

Veranstaltungs- und Workshop-Programm

Career Service

Wintersemester 2018/19

Lern- und Arbeitsstrategien

Workshop

Prüfungen, Klausuren, Hausaufgaben und die tägliche Arbeit – Schüler/innen, Auszubildende und Studierende müssen stets viele Aufgaben erledigen und eine Vielzahl an Informationen verarbeiten, speichern und wieder abrufen. Das bedeutet viel Stress! Deswegen ist es besonders wichtig, sich auch über einen längeren Zeitraum konzentrieren und Störungen ausblenden zu können. In diesem Workshop lernen Sie, Prüfungsinhalte sinnvoll zu strukturieren. Außerdem werden verschiedene Techniken vermittelt, mit deren Hilfe man sich Inhalte schneller, präziser und langfristiger aneignen kann.

Inhalte:

- Was bedeutet Lernen?
- Welcher Lerntyp bin ich?
- Die richtige Lerntechnik für sich selbst finden
- Prioritäten setzen (einfache und schwierige Aufgaben gewichten und einteilen)
- Zielgerichtetes Lernen: Aneignung, Transfer, Wiederholung und Rückkopplung
- Kreativitätstechniken (zum Beispiel Mindmapping)
- Festlegung von Zeitperspektiven: Tages- und Wochenplanung
- Die richtigen Lernzeiten herausfinden
- Zeitkiller – die beliebtesten Ablenkungen
- Ordnung und Organisation des Arbeitsplatzes

Diese Veranstaltung wird durchgeführt von:



www.tk.de/vt/hans-norbert.blome

Hesse/Schrader

Erfolg haben. Mensch bleiben.

Termin: 17.01.2019, 10:00 – 17:00 Uhr s. t.

Raum: I1.407

Referent: Rudolf Röhl | Techniker Krankenkasse in Kooperation mit dem Büro für Berufsstrategie Hesse/Schrader

Die Teilnahme ist kostenlos. Bitte melden Sie sich bis spätestens zum **10.01.2019** über unser Anmeldeformular für diese Veranstaltung an: upb.de/career