

Weitere Angebote des Grundlagen- und Orientierungsstudium (GOS)
im Herbst und Wintersemester 2019/20

Wie verfasse ich eine wissenschaftliche Arbeit in den Naturwissenschaften?
[ohne ECTS]

Dozentin	Dr. Daniela Bernhardt, Dr. Annette Arend
Ort und Zeit	Blockveranstaltung 11.9.2019-12.9.2019 Mi, Do 14:00 - 16:30 00.233 - Seminarraum Pharmazie/Lebensmittelchemie, Nikolaus-Fiebiger-Str. 10
Beschreibung	Sie müssen bald eine wissenschaftliche Arbeit schreiben und wissen gar nicht so richtig, wie? In diesem Kurs geht es um die Grundlagen, den Aufbau und allgemeine Tipps zum Schreiben einer ersten wissenschaftlichen Arbeit speziell für Studierende der Naturwissenschaften. In zwei Einheiten werden praktische Tipps inklusive kleineren Übungen gegeben.

(Lern-)Strategien für die Prüfungsvorbereitung [Online-Kurs]

Dozentin	Sabine Dika
Ort und Zeit	Online-Kurs über StudOn, 7.10.2019-11.11.2019
Beschreibung	Der Online-Kurs vermittelt auf unterhaltsame und kurzweilige Art die wichtigsten (Lern-)Strategien zur Prüfungsvorbereitung. Folgende Inhalte werden u.a. anhand von einprägsamen Lerninputs, Reflexionsaufgaben und interaktiven Übungen zum Selbstlernen behandelt: <ul style="list-style-type: none"> • Grundlagen des Lernens • Konkrete Lernstrategien • Vorbereitung auf die Prüfung • Spezielle Herausforderungen Lernziele/Kompetenzen: Methodenkompetenzen (Lerntechniken, Analysefähigkeit); Persönlichkeitskompetenzen (Reflexionsvermögen, Eigenverantwortung, Leistungsbereitschaft, Offenheit für Neues, Kreativität, Kooperationsfähigkeit)

Wie zähme ich den inneren Schweinehund? Neue Gewohnheiten aufbauen, Verhalten dauerhaft ändern

Dozentin	Dr. Daniela Bernhardt
Ort und Zeit	Blockveranstaltung 25.10.2019-26.10.2019 Fr, Sa 14:00 - 18:00, Einzeltermine am 6.11.2019, 27.11.2019, 18.12.2019, 8.1.2020 16:15 - 17:45 Seminarraum der Villa an der Schwabach, Hindenburgstr. 46a, 1. Stock
Beschreibung	Wer kennt das nicht? Man startet voller Elan und mit zahlreichen guten Vorsätzen in das neue Jahr. Die tatsächliche Umsetzung dieser Vorsätze ist dann jedoch oft mühsamer als gedacht, man wirft schon nach wenigen Wochen das Handtuch und wieder hat der innere Schweinehund gesiegt. – Warum fällt es uns so schwer, unsere Vorsätze in die Tat umzusetzen, aus alten Gewohnheiten auszurechnen und unser Verhalten dauerhaft zu verändern? Mit dieser Frage werden wir uns im Seminar auseinandersetzen und gemeinsam Strategien entwickeln, wie man den inneren Schweinehund zähmen und neue Gewohnheiten aufbauen kann. Zunächst werden wir anhand theoretischer Inputs, kritischer Selbstreflexion und praktischer Übungen die Grundlagen zu den Themen Gewohnheiten, Selbstmotivation und Selbstregulation erarbeiten (Blocktermine: 26. und 27.04., jeweils 14:00 – 18:00). Im Anschluss führen die Studierenden ein eigenes Projekt

	<p>durch, im Rahmen dessen sie eine konkrete neue positive Gewohnheit aufbauen oder ein lange aufgeschobenes Vorhaben anpacken. Dabei geht es nicht darum, das eigene Leben von dem einen auf den anderen Tag komplett umzukrempeln, sondern es sollte sich um ein kleines, gut überschaubares Projekt handeln (z.B. täglich vor dem Schlafengehen einen Lernplan für den nächsten Tag erstellen, jede Lehrveranstaltung 15 Minuten vorbereiten, feste Schreib- oder Lesezeiten etablieren, etc.). In 3-wöchigen Abständen berichten die Studierenden im Plenum von ihrem Projekt und dokumentieren ihre Fortschritte in einem Projektbericht. Das übergeordnete Ziel des Projekts ist es, durch die praktische Anwendung der im Seminar vermittelten Inhalte zu lernen, wie man Vorsätze zukünftig (d.h. auch über das Seminar hinaus) konsequenter umsetzen kann.</p> <p>Geförderte Kompetenzen: Selbst-/ Zeitmanagement, Reflexionsvermögen, Eigenverantwortung, Selbstmotivation und -kontrolle, Ausdauer, Flexibilität</p>
--	---

Souveränes Konfliktmanagement

Dozentin	Dr. Daniela Bernhardt
Zeit und Ort	Einzeltermine am 16.11.2019 10:00 - 18:00, 23.11.2019 10:00 - 18:00 00.3 PSG
Beschreibung	<p>Ob in Studium, Beruf oder Privatleben: Konfliktsituationen gehören zu unserem Alltag. Die Fähigkeit, souverän und lösungsorientiert mit solchen Situationen umzugehen, ist nicht nur förderlich für ein erfolgreiches Studium, sondern wird auch im späteren Berufsleben von Hochschulabsolvent/-innen aller Fachrichtungen erwartet.</p> <p>In diesem Blockseminar lernen Sie anhand theoretischer Inputs, kritischer Selbstreflexion und praktischer Übungen das Handwerkszeug für effektives Konfliktmanagement und erfolgreiche Verhandlungsführung. Dabei werden u.a. folgende Fragen behandelt: Was ist ein Konflikt? Wie kommt es zu Konflikten und wie können sie verlaufen? Welche Möglichkeiten der Konfliktbewältigung gibt es? Wie bereite ich konstruktive Konfliktgespräche vor und führe sie durch? Wie kann ich in Konflikten authentisch und wertschätzend kommunizieren, aber auch strategisch agieren? Wie erziele ich im besten Fall eine „Win-Win“-Situation in Konflikten? Wie gehe ich mit starken Emotionen und schwierigen Konfliktsituationen um?</p> <p>Geförderte Kompetenzen: Konfliktlöse-/ Verhandlungsfähigkeit, Team-/ Kooperationsfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit, Reflexionsvermögen, Eigenverantwortung, Gelassenheit/ Souveränität</p>

Ins Schreiben kommen

Dozentin	Dr. Annette Arend
Ort und Zeit	Einzeltermine am 22.11.2019, 29.11.2019, 6.12.2019 10:00 - 18:00 Learning Lab, Henkestr. 91, 1. Stock, Haus 8, Raum 1.275 und 1.276
Beschreibung	<p>Dauert es ewig, bis Sie den ersten Satz aufs Papier bringen? Sitzen Sie manchmal am Computer und fragen sich, was der Text, den Sie da tippen, mit Ihrem Thema zu tun hat?</p> <p>In diesem Kurs lernen Sie Techniken kennen, die Ihnen helfen, schneller ins Schreiben einzusteigen, Ihre Texte gut zu strukturieren und zu überarbeiten. Sie setzen sich mit Schreibprozessen und ganz konkret mit ihrem eigenen Schreiben auseinander – und sie befassen sich mit der Frage, was eigentlich einen guten Text</p>

	<p>ausmacht. Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs ist die Offenheit, sich mit anderen über das eigene Schreiben auszutauschen. Parallel zum Seminar ist Zeit für die Bearbeitung kleinerer Lese- und Schreibaufgaben einzuplanen.</p> <p>Als Prüfungsleistung wird die Einreichung eines selbst verfassten kurzen Textes sowie eines Schreibprotokolls und einer Reflexion über den eigenen Schreibprozess erwartet.</p> <p>Das Seminar ist als Bestandteil der neuen SchreibtutorInnen-Ausbildung anerkannt.</p>
--	--

Studieren mit guter Work-Life-Balance: Selbst- und Zeitmanagementtechniken für mehr Ausgeglichenheit und weniger Stress

Dozentin	Dr. Daniela Bernhardt
Zeit und Ort	Blockveranstaltung 29.11.2019-30.11.2019 Fr, Sa 10:00 - 18:00 Seminarraum in der Villa an der Schwabach, Hindenburgstr. 46a, 1. Stock
Beschreibung	<p>Haben Sie manchmal den Eindruck, dass Sie die Anforderungen Ihrer verschiedenen Lebensbereiche (Studium, Nebenjob, Privatleben) nicht „unter einen Hut bringen“ können und irgendetwas immer zu kurz kommt? Fühlen Sie sich häufig überfordert oder gestresst?</p> <p>In diesem Blockseminar lernen Sie anhand theoretischer Inputs, kritischer Selbstreflexion und praktischer Übungen, wie Sie durch effizientes Selbst- und Zeitmanagement Ihre Work-Life-Balance verbessern und Stress reduzieren können. Dabei werden u.a. folgende Fragen behandelt: Wie setze ich mir motivierende Ziele und sinnvolle Prioritäten? Wie identifiziere und eliminiere ich falsche Gewohnheiten und Zeitdiebe? Wie plane ich meinen Tages-, Wochen- und Jahresablauf unter Berücksichtigung aller Lebensbereiche, die mir wichtig sind? Wie kann ich meinen Umgang mit Stress und Belastungen verbessern? Wie schaffe ich es, mich selbst zu motivieren und gefasste Vorsätze auch in die Tat umzusetzen? Wie kann ich mein Studium an meinem Berufsziel ausrichten?</p> <p>Geförderte Kompetenzen: Selbst-/ Zeitmanagement, Reflexionsvermögen, Eigenverantwortung, Selbstmotivation, Flexibilität, Stressresistenz</p>

Beratungskompetenzen für SchreibtutorInnen und andere Schreibinteressierte

Dozentin	Dr. Annette Arend; Shira Richman
Ort und Zeit	Einzeltermine am 14.12.2019, 11.1.2020 10:00 - 18:00 Learning Lab, Henkestr. 91, 1. Stock, Haus 8, Raum 1.275 und 1.276
Beschreibung	<p>Wie kann man andere dabei unterstützen, ihre Schreibkompetenz zu erweitern? Was kann man tun, um Schreibprozesse zu erleichtern? Diese und weitere Fragen möchte der Kurs beantworten. Er richtet sich an alle, die sich für die Beratung von Schreibenden interessieren. Kurselemente sind u.a.: Rolle und Aufgabe von SchreibberaterInnen, die Gestaltung von Beratungssituationen in der Schreibberatung sowie die Beratung von internationalen Studierenden.</p> <p>Für das Seminar ist eine Anmeldung erforderlich. Voraussetzung für die Teilnahme ist die Teilnahme am Seminar „In den Schreibfluss kommen“. Studierende mit Interesse für eine Tätigkeit als SchreibtutorIn am Schreibzentrum / Writing Centre werden bevorzugt aufgenommen. Zur Vorbereitung auf das Seminar sind Texte über die Schreibberatung zu lesen. Im Anschluss an das Seminar sind Hospitationen und eigene Schreibberatungen durchzuführen und zu reflektieren.</p>

Grundkurs wissenschaftliches Arbeiten: Wie erarbeite ich mir ein Hausarbeitsthema?

Dozentin	Dr. Simone Hespers
Ort und Zeit	Blockveranstaltung 10.2.2020-13.2.2020 Mo-Do 10:00 - 16:00 00.5 PSG
Beschreibung	<p>Sie müssen eine Hausarbeit schreiben, wissen aber nicht recht wie sie zu einer geeigneten Fragestellung kommen? Oder wie Sie Ihre Arbeit sinnvoll strukturieren und gliedern können? Sie haben einen Stapel Literatur und können noch ein paar Tipps gebrauchen, wie sie den möglichst effizient bearbeiten? Oder Sie fragen sich, wie Sie denn überhaupt die wirklich relevante Literatur finden? In diesem Kurs erwerben Sie Techniken für den Einstieg in eine wissenschaftliche Seminararbeit. Ausgehend von ersten Ideen und Texten zu einem im Rahmen des Seminars vorgegebenen Thema erarbeiten Sie nach und nach eine eigene Fragestellung. Sie erfahren, dass es gar nicht so schwer ist, wissenschaftliche Texte effizient zu lesen, dass eine gute Fragestellung schon die halbe Miete ist und dass die in eine gute Literaturrecherche investierte Zeit sich am Ende immer auszahlt.</p> <p>Aus dem Inhalt:</p> <ul style="list-style-type: none">• Wissenschaftliche Texte effizient lesen und bearbeiten• Techniken zur Ideenfindung und Strukturierung• Eine Fragestellung konkretisieren• Eine Gliederung entwickeln• Literaturrecherche zielgerichtet vorbereiten und durchführen• Literatur bewerten• Wissenschaftliche Sprache