

Angebote des Grundlagen- und Orientierungsstudiums (GOS) im Wintersemester 2020/21 (chronologisch geordnet)

Orientierungswoche des Grundlagen- und Orientierungsstudiums [ohne ECTS] [Online]

Dozentin	Dr. Annette Arend, Dr. Daniela Bernhardt, Dr. Leonie Distler, Dr. Simone Hespers
Ort und Zeit	Online-Kurs ab 26.10.; Anmeldung über StudOn ab 29.7.
Beschreibung	Die Orientierungswoche des GOS richtet sich vornehmlich an alle Studienanfängerinnen und Studienanfänger der Philosophischen Fakultät und Fachbereich Theologie, Studierende anderer Fakultäten sind herzlich willkommen. Wenn Sie Ihr Studium an der FAU im Wintersemester 2020/21 aufnehmen, dann erhalten Sie in diesem Online-Kurs wichtige Tipps für die Gestaltung des ersten Semesters. Sie können jederzeit in den Kurs einsteigen, die einzelnen Lernmodule können nach Freigabe flexibel von Ihnen genutzt und bearbeitet werden.

Grundlagen und Orientierung für ein erfolgreiches Studium [ohne ECTS] [Online]

Dozentin	Dr. Leonie Distler
Ort und Zeit	Online-Angebot für Erstsemesterstudierende verschiedener Fächer der Naturwissenschaftlichen Fakultät; <i>Termine noch ausstehend</i>
Beschreibung	Dieses Angebot hat zum Ziel, Ihnen Orientierung zu bieten und den Studieneinstieg an der Naturwissenschaftlichen Fakultät zu erleichtern. Hier bekommen Sie viele Informationen und Tipps rund um die zwei Hauptthemen Ankommen an der Uni (z.B. Onlineportale, Informationsbeschaffung), sowie Lernen und Prüfungsvorbereitung (z.B. Zeitmanagement, Lernstrategien).

Digital und selbstorganisiert Lernen [Online]

Dozentin	Dr. Simone Hespers, Dr. Katrin Götz-Votteler
Zeit und Ort	Online-Kurs ab 12.11.; Anmeldung über StudOn ab 14.9.
Beschreibung	<p>Digitales Lernen stellt uns vor eigene Herausforderungen: Der feste Stundenplan mit aufeinanderfolgenden Präsenzveranstaltungen wird abgelöst von einer wesentlich freieren Struktur, in der Lerninhalte selbstständig erarbeitet werden müssen und direktes Feedback von Dozierenden und Kommiliton/-innen zeitverzögert kommt – wenn es überhaupt kommt. Das verlangt einerseits wesentlich mehr Selbstdisziplin, andererseits aber auch eine verstärkte Reflexion darüber, ob die Art und Weise, wie man eine Online-Veranstaltung besucht und bearbeitet, auch sinnvoll und zielführend ist. Dieser Kurs begleitet das digitale und selbstorganisierte Lernen während des Semesters und leitet dazu an, mit den Herausforderungen der Online-Lehre erfolgreich umzugehen. In einzelnen Modulen, die nacheinander freigeschaltet werden, werden folgende Inhalte behandelt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zeitplanung und Zeitmanagement • Semesterorganisation • Aufbereiten von Lerneinheiten und Erstellen von Lernmaterialien • Erarbeitung eines wissenschaftlichen Themas • Erarbeitung von wissenschaftlichen Texten • fachwissenschaftliche Methodik • Literaturrecherche • Selbstdisziplin und Motivation

	<ul style="list-style-type: none"> • Lernstrategien • Anforderungen an wissenschaftliche Präsentationen (als eines von zwei Wahlmodulen) • wissenschaftliche Hausarbeiten schreiben (als eines von zwei Wahlmodulen) <p>Diese Inhalte werden zunächst über Lernmodule vermittelt; zusätzlich werden Sie sich mit Kommiliton/-innen zu den Themen austauschen. Darüber hinaus wird jede Woche eine (optionale) Sprechstunde über Zoom zum Kurs angeboten.</p>
--	---

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

Dozentin	Dr. Daniela Bernhardt
Ort und Zeit	Online-Kurs ab 2.11.; Anmeldung über StudOn ab 14.9.
Beschreibung	<p>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 auszubrechen und unser Verhalten dauerhaft zu verändern? In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie Ihren inneren Schweinehund zähmen und neue Gewohnheiten aufbauen können.</p> <p>Zunächst erarbeiten Sie anhand digitaler Lerneinheiten die Grundlagen zu den Themen Gewohnheiten, Motivation und Selbstregulation. Im Anschluss führen Sie ein eigenes Projekt durch, im Rahmen dessen Sie eine konkrete neue positive Gewohnheit aufbauen. 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, feste Schreib- oder Lesezeiten etablieren, etc.). In regelmäßigen Abständen findet ein Austausch über den Status des Projekts statt. Zudem dokumentieren Sie Ihre Fortschritte in einem Projektbericht. Das übergeordnete Ziel des Projekts ist es, durch die praktische Anwendung der durch das Seminar vermittelten Inhalte zu lernen, wie man Vorsätze zukünftig (d. h. auch über das Seminar hinaus) konsequenter umsetzen kann.</p>

Die Macht der Gedanken - wie Denkmuster und intuitive Denkprozesse unser Erleben und Verhalten steuern [nachgeholter Kurs aus dem SoSe] [Online]

Dozentin	Dr. Daniela Bernhardt
Ort und Zeit	Online via Zoom ab 5.11.; aktuell keine Anmeldung möglich (nachgeholter Kurs aus dem Sommersemester 2020)
Beschreibung	<p>Viele Situationen des studentischen und alltäglichen Lebens erfordern konzentrierte und (zeit-)aufwändige Denkkraft, z.B. das Verfolgen einer Vorlesung in einem überfüllten Hörsaal oder das Ausfüllen einer Steuererklärung. Neben diesem bewusst-kontrollierten Denken gibt es aber auch zahlreiche Denkprozesse, die weitgehend automatisch, mühelos und ohne willentliche Steuerung ablaufen (z.B. sich einen ersten Eindruck über die Professorin zu verschaffen) sowie tief verwurzelte Denkmuster und Überzeugungen, die für uns zur Gewohnheit geworden sind (z.B. unsere Einstellung zu uns selbst). Dieses „Denken auf Autopilot“ hilft uns, im Alltag schnell Urteile zu fällen und Entscheidungen zu treffen und somit kognitive Überlastung zu vermeiden, kann aber auch zu systematischen Urteilsverzerrungen führen.</p>

	<p>Im Seminar werden wir uns mit diesen intuitiven Denkprozessen und Denkmustern auseinandersetzen, sie sowohl von wissenschaftlich-theoretischer Seite beleuchten, als auch durch Selbstreflexion und praktische Übungen innerhalb und außerhalb der Sitzungen „greifbar“ machen. Wir werden Stärken und Schwächen des intuitiven Denkens reflektieren, eigene Denkmuster hinterfragen und gemeinsam Ideen entwickeln, was man gegen „Denkfallen“ und ungünstige Denkmuster tun kann.</p>
--	--

Ins Schreiben kommen [Online]

Dozentin	Dr. Annette Arend
Ort und Zeit	Online via Zoom am 6.,13.+20.11., 10:00-16:00; Anmeldung über StudOn ab 14.9.
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. 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>

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

Dozentin	Dr. Daniela Bernhardt
Ort und Zeit	Online via Zoom am 27.+28.11., 10:00-18:00; Anmeldung über StudOn ab 14.9.
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>

Schreibberatungen am Schreibzentrum des Learning Lab [Online]

Dozentin	Dr. Annette Arend
Ort und Zeit	Terminbuchungen sind voraussichtlich noch bis Dezember über die Webseite des Learning Lab möglich: https://learninglab.fau.de/schreiben-auf-deutsch/
Beschreibung	<p>Die Schreibberatung am Learning Lab ist ein Angebot für Studierende und DozentInnen, die Tipps, Unterstützung und/oder Feedback zu ihren Schreibprojekten wünschen. In der Schreibberatung können Sie über Texte in jedem Entwicklungsstadium, von der Planungs- bis zur Überarbeitungsphase, sprechen. Sie können Schreib- und Überarbeitungsmethoden testen und erhalten konkretes Feedback auf Gliederungen und kurze Textabschnitte.</p> <p>Durch das intensive Gespräch über den Prozess des Schreibens und die Hürden, die dabei zu nehmen sind, kann die Schreibberatung zu einer wichtigen Ergänzung der Gespräche mit den jeweiligen BetreuerInnen wissenschaftlicher Arbeiten werden.</p> <ul style="list-style-type: none">• Ein Schreibberatungstermin dauert in der Regel 45 Minuten.• Aktuell finden die Schreibberatungen über Zoom statt. Den Link zum Online-Meeting-Raum erhalten Sie jeweils kurz vor Beginn des jeweiligen Beratungstermins. <p>Die Schreibberatung wird von Mitarbeiterinnen des ZiWiS und des Sprachenzentrums, sowie SchreibtutorInnen angeboten. Weitere Informationen über die Schreibberatung sind der Webseite des Learning Lab zu entnehmen.</p>