



## **Schlüsselkompetenzworkshops für Studierende der Fakultät Verkehrswissenschaften**

Tutorenprogramm des Career Service

### **Wintersemester 2009/2010**

#### **Team- und Konflikttraining**

Sowohl im universitären als auch später im beruflichen Alltag spielen das Verständnis für Teambildungsprozesse und Strategien zur Konfliktbewältigung eine entscheidende Rolle. Das Wissen um bestimmte Verhaltensweisen und Kommunikationsmuster kann helfen, spannungsgeladene Situationen zu entschärfen und zu einem positiven Arbeitsklima beizutragen. Im Seminar werden u.a. Teamtypen charakterisiert, Empfehlungen zu einer effektiven Teamzusammensetzung gegeben, Konfliktbeispiele aus dem Berufsalltag analysiert und deren Lösung in Rollenspielen simuliert und trainiert.

**Termin** 16.11., 15.00-21.00 Uhr + 21.11., 09.00-18.00 Uhr

**Dozentin** Marie-Kathrin Anders, Dozentin des Tutorenprogramms

#### **Lerntyp "Erfolgreich" - Lern- und Arbeitstechniken**

Um ein Hochschulstudium mit Erfolg zu absolvieren, bedarf es einer Vielzahl an Kompetenzen. Zu den grundlegendsten Kompetenzen zählen das Wissen und die Anwendung effektiver Lern- und Arbeitstechniken. Diese beinhalten Techniken zur Motivation, zum Zeitmanagement, Lese- und Lerntechniken für die Erarbeitung, Aufbereitung und langfristige Speicherung von Wissen und Techniken zur Konzentration und Entspannung. Der Workshop erarbeitet mit den Studierenden vielseitig praktisch anwendbare Techniken, die zum erfolgreichen Abschluss eines Studiums aber auch zum späteren Arbeitserfolg wesentlich beitragen werden.

**Termin 1** 01./08./15./22.10., je 16.45-20.30 Uhr

**Dozent** Alexander Mark, Dozent des Tutorenprogramms

**Termin 2** 17./19.11., 16.45-20.45 Uhr + 20.11., 13.00-20.00 Uhr

**Dozent** Marco Benedix, Dozent des Tutorenprogramms

#### **Zeit- und Stressmanagement**

Dieses Seminar thematisiert das überall präsente Phänomen „Ich habe keine Zeit.“ Doch haben wir tatsächlich keine Zeit? Im Verlauf des Studiums wird Zeit in verschiedene Aktivitäten investiert – zum Lernen, zum Erreichen von Studienzielen, privaten Aktivitäten oder den Nebenjob. Zunächst soll der Umgang mit der eigenen Zeit näher untersucht

werden (Wie verbringe ich meine Zeit? Welche Zeitressourcen habe ich?). Im Anschluss werden verschiedene Methoden des Zeit- und Stressmanagements besprochen, analysiert und ausprobiert.

**Termin** 23.10., 13.00-20.00 Uhr + 24.10., 09.00-17.00 Uhr

**Dozent** Marco Benedix, Dozent des Tutorenprogramms

### **Anmeldung**

Bitte melden Sie sich unter [career.service@tu-dresden.de](mailto:career.service@tu-dresden.de) für die Workshops an. Für Ihre vollständige Anmeldung benötigen wir folgende Daten: Name, Anschrift, Telefonnummer, E-Mail, Geburtsdatum, Matrikelnummer, Studiengang, Fachsemester, Kurstitel, Datum. Die Teilnahme ist kostenfrei.

### **Kontakt + Veranstaltungsort**

TU Dresden  
Career Service  
Würzburger Str. 35  
01187 Dresden  
Seminarraum 101/102  
Tel.: 0351 463-42404  
<http://tu-dresden.de/careerservice/>