

FRANKFURTER AKADEMISCHES  
**SCHLÜSSELKOMPETENZ**  
TRAINING

**Erfolgreich durch  
den Unialltag!**



# Die Uni ist anders!

- Stundenplan selbst erstellen
- Freie Zeiteinteilung
- Freiwilligkeit **mit Konsequenzen**
- Neue Lern- und Arbeitsformen
- Größeres Arbeitspensum

## Wir unterstützen Euch!





# Unsere Workshops...

- ✓ Einführung ins Studieren
- ✓ Lernstrategien und Prüfungsvorbereitung
- ✓ Präsentation und Kommunikation
- ✓ Zeitmanagement
- ✓ Einsatz von Medien
- ✓ Englisch an der Uni



## Frankfurter Akademisches Schlüsselkompetenz-Training Workshops im Wintersemester 2017/18

**Oktober**

- Der perfekte Stundenplan - Zeitmanagement zu Studienbeginn\*** (Ullke Gerken & Marco Ungeri) | Mo 23.10.2017, 10:15-11:45 Uhr
- Englisch Reading Club** (Paul Abbott) | Do 26.10., 23.11., 21.12.2017, 18.01., 22.02. & 22.03.2018, 14-16 Uhr s.t.
- Der perfekte Stundenplan - Zeitmanagement zu Studienbeginn\*** (Ullke Gerken & Marco Ungeri) | Fr 27.10.2017, 10:15-11:45 Uhr

**November**

- Konzentriert lernen - Entspannungstechniken nutzen** (Martin Straka) | Do 02.11., 08.11. & 16.11.2017, 10:15-11:45 Uhr
- Freiäume schaffen mit Projektmanagement Tools** (Julia Bieri) | Fr 03.11.2017, 16:15-18:45 Uhr
- Selbstorganisation und Zeitmanagement im naturwissenschaftlichen Studium** (Katharina Lemke) | Fr 03.11.2017, 14-19 Uhr & Sa 04.11.2017, 10-16 Uhr s.t.
- Studieren lernen in den Naturwissenschaften\*** (Sandra Vogel) | Di 07.11. & 14.11.2017, 14-18 Uhr s.t.
- Lernstrategien für große Stoffmengen** (Johanna Frenschhahn) | Mi 08.11.2017, 16:15-18:45 Uhr
- Tipps und Tricks für ein effektives Zeitmanagement** (Johanna Frenschhahn) | Mi 08.11.2017, 15:15-17:45 Uhr
- Vorlesung, Seminar und Co. - Wie funktioniert Studieren?** (Ulrike Gerdien) | Do 09.11.2017, 16:15-18:45 Uhr
- Tipps und Tricks für ein effektives Zeitmanagement** (Johanna Frenschhahn) | Do 09.11.2017, 10:15-12:45 Uhr
- Effektiv und effizient lernen im Studium** (Johanna Frenschhahn) | Do 09.11.2017, 15:15-18:45 Uhr
- Motiviert durch Studium - Bekanntheit mit dem inneren Schweinehund** (Katharina Lemke) | Fr 10.11.2017, 10:15-12:45 Uhr
- Mehr Zeit im Studium - Arbeiten mit Projektmanagement Tools** (Katharina Lemke) | Fr 10.11.2017, 13:15-16:45 Uhr
- Dem Lampenfieber keine Chance - Sicheres und kompetent vortragen** (Katharina Lemke) | Fr 10.11.2017, 16:15-18:45 Uhr
- Kein Lust, aber Muss? Problem's doch mal mit einem Methodend** (Katharina Lemke) | Mo 13.11.2017, 10:15-12:45 Uhr
- Presenting with Power!** (Paul Abbott) | Fr 17.11. & 24.11.2017, 12:15-14:45 Uhr
- Ohren auf und durch - Gekonnt Mitschreiben in Vorlesungen** (Katharina Lemke) | Fr 17.11.2017, 10:15-12:45 Uhr
- Reden wie Cicero: Rhetorik im wissenschaftlichen Vortrag** (Hilke Zurek) | Fr 17.11.2017, 10:15-12:45 Uhr
- Alles im Blick? Parallele Studienprojekte meistern** (Anja Ries) | Mi 20.11.2017, 10:15-12:45 Uhr
- Stressmanagement im Studium** (Edina Casavici) | Di 21.11. & 28.11.2017, 10:15-12:45 Uhr
- Vortragen und Diskutieren? Kein Problem!** (Edina Casavici) | Mi 22.11. & 29.11.2017, 10:15-12:45 Uhr
- Montale Strategien für den Umgang mit Stress** (Manja Schäfer) | Do 23.11., 30.11. & 07.12.2017, 10:15-12:45 Uhr
- Lernen und Selbstorganisation - Eine Einsteigerhilfe ins Studium** (Venus Rostami) | Fr 24.11.2017, 10:15-12:45 Uhr

**Dezember**

- Paulieren ist wichtig! - Arbeiten mit der Tomate** (Katharina Lemke) | Fr 01.12.2017, 10-12 Uhr s.t.
- Mit Storymaps die Welt erklären - Ein Werkzeug zur Präsentation multimediale Inhalte** (Lena Fuchs & Klaus Herrmann) | Fr 01.12.2017, 9:15-10:45 Uhr
- Nie wieder langweilige Diskussionsforen im Seminar! Gekonnt argumentieren** (Monika Steingange-Hoppe) | Fr 01.12. & 08.12.2017, 10:15-12:45 Uhr
- Mit Mnemotechniken Klausuren meistern** (Monika Steingange-Hoppe) | Fr 01.12.2017, 13:15-14:45 Uhr
- Körpersprache - Schemen - Präsentieren** (Nicolas Bernhart) | Mo 04.12.2017, 16:15-18:45 Uhr
- Umfragebögen als Forschungswerkzeuge** (Nina Schneider) | Di 05.12.2017, 13-16 Uhr s.t.
- Ohren auf und durch - Gekonnt Mitschreiben in Vorlesungen** (Katharina Lemke) | Fr 08.12.2017, 10-13 Uhr s.t.
- Stressrezepte für Studierende der Naturwissenschaften** (Katharina Lemke) | Fr 08.12.2017, 14-19 Uhr s.t. & Sa 09.12.2017, 10-16 Uhr s.t.
- Finger weg von meinem Daten! Tools zur Veranschaulichung** (Linda Rustermeier) | Fr 15.12.2017, 12-14:30 Uhr s.t.

**Januar**

- Blackout-Phänomene - Tipps zum Umgang mit Prüfungsangst** (Lenore Saeblich) | Fr 12.01.2018, 9-12 Uhr s.t.
- Warum Spätklausuren wichtig sind\*** (Christina Hilde) | Mo 15.01.2018, 12:15-13:45 Uhr
- Wie sag ich's meinem Prof. - Kommunikation an der Uni** (Ulrike Gerken) | Mi 17.01.2018, 14-17:30 Uhr s.t.
- Klausuren mit offenen Fragen vorbereiten und bearbeiten** (Friederike Gries) | Fr 19.01.2018, 9-12 Uhr s.t.
- In fünf Schritten zum fertigen Referat** (Katharina Lemke) | Fr 19.01.2018, 13:15-14:45 Uhr
- Multiple Choice Klausuren? Kein Problem** (Linda Rustermeier) | Fr 19.01.2018, 12-13 Uhr s.t.
- Referate à la YouTuber: Mit Erklärvideos Inhalte kreativ vermitteln** (Linda Rustermeier) | Fr 19.01.2018, 12-14:30 Uhr s.t.
- Präsentieren im naturwissenschaftlichen Kontext** (Sandra Vogel) | Mo 22.01. & 29.01.2018, 14-18 Uhr s.t.
- Mit Mnemotechniken Klausuren meistern** (Monika Steingange-Hoppe) | Do 25.01.2018, 13:15-14:45 Uhr
- Reden wie Cicero: Rhetorik im wissenschaftlichen Vortrag** (Hilke Zurek) | Mo 28.01.2018, 10:15-12:45 Uhr
- Read Better!** (Paul Abbott) | Do 25.01. & 01.02.2018, 12:45-14:45 Uhr
- Prüfungen erfolgreich meistern** (Edina Casavici) | Fr 26.01.2018, 10:15-12:45 Uhr
- Keine Angst vorm Programmieren - Ein Workshop für Einsteiger** (Linda Rustermeier) | Fr 26.01.2018, 12-14:30 Uhr s.t.
- Ein starker Auftritt - Selbstbewusst präsentieren mit Körper und Stimme (exklusiv für Studenten)** (Ulrike Gerdien) | Sa 27.01.2018, 10:15-16:45 Uhr

**Februar**

- Diskussionen, Rastisamen, Vorreife - Was geht mich das an?** (Sabine Chermak & Anja Korte) | Fr 02.02.2018, 10-16:45 Uhr
- Englisch Writing for Natural Scientists** (Paul Abbott) | Mi 14.02., 21.02. & 28.02.2018, 10-13 Uhr s.t.

**März**

- Kompetent und sicher vortragen - damit die Spannung steigt und die Aufmerksamkeit bleibt!** (Monika Steingange-Hoppe) | Mo 05.03. & 06.03.2018, 10:15-12:45 Uhr
- Interviews und Applikations** (Paul Abbott) | Mo 05.03., 14.03. & 21.03.2018, 10-13 Uhr s.t.
- Presenting for Natural Scientists** (Paul Abbott) | 09.03. & 16.03.2018, 12-17 Uhr s.t.

**regelmäßige Beratungsangebote**

Wenn es brennt im Studium - Akut-Beratung bei Fragen zum Lernen und Organisieren  
Ulrike Gerdien

Englisch Repair Shop - Ein Beratungsangebot für alle, die mit englischen Texten arbeiten  
Paul Abbott

Termine am Campus Rindberg: Mi 18.10., 01.11., 15.11., 29.11., 13.12.2017, 17.01. (nur Campus Rindberg) 31.01., 14.02., 28.02., 14.03. & 28.03.2018, 14-16 Uhr  
Termine am Campus Westend: Do 26.10., 09.11., 23.11., 07.12., 21.12.2017, 11.01. (nur Akut-Beratung), 25.01., 08.02., 22.02., 08.03. & 22.03.2018, 16-18 Uhr

\* empfohlen für Studienanfänger:innen

Workshopangebot und Anmeldung unter:  
<http://schluesselkompetenzen.uni-frankfurt.de>

Die Initiative wurde ermöglicht durch:  
STARKER  
JTART  
im Studium



# Individuelle Sprechstunde



Terminabsprache:  
[abbott@em.uni-frankfurt.de](mailto:abbott@em.uni-frankfurt.de)



Terminabsprache:  
[u.gerdiken@em.uni-frankfurt.de](mailto:u.gerdiken@em.uni-frankfurt.de)

<http://schluesselkompetenzen.uni-frankfurt.de>



# Anmeldung

ab 16.10.17 um 12 Uhr

auf unserer Homepage:

<http://schluesselkompetenzen.uni-frankfurt.de>



The screenshot shows the website 'Starker Start ins Studium' with a blue header. The main navigation includes 'HOME', 'STRUKTUR', 'AKTUELLES', 'ANGEBOTE FÜR LEHRENDE', 'ANGEBOTE FÜR STUDIERENDE', and 'SCHREIBZENTRUM'. A search bar is located in the top right. The sidebar on the left lists 'Angebote für Studierende' with sub-items like 'Schlüsselkompetenzen: Angebote Westend', 'Kursarchiv', 'Schlüsselkompetenzen in der Presse', 'Schreibzentrum', 'Schlüsselkompetenzen: Angebote Riedberg', 'Mentoring', 'Tutorenprogramme', 'VORbereitungskurs Literaturwissenschaften', 'IG Farben-Haus 3D', 'ReBiB', 'Alphabete und Strukturen', 'USE: Universität Studieren / Studieren Erforschen', and 'Schlüsseltexte der Geisteswissenschaften'. The main content area features the 'FRANKFURTER AKADEMISCHES SCHLÜSSELKOMPETENZ TRAINING' logo and text explaining the program's focus on developing study skills and competencies. A calendar widget on the right shows 'OKT 17 Montag, den 17.10.2016' and mentions a workshop program for the winter semester 2016/17.

**Kontakt: [schluesselkompetenzen@uni-frankfurt.de](mailto:schluesselkompetenzen@uni-frankfurt.de), Tel.: 069-798-32643**