

|                            |   |           |
|----------------------------|---|-----------|
| Modulbezeichnung           | <b>Modul Selbstmanagement</b>   |           |
| Kurzbezeichnung            | FE-KO-SE  | FE   5600 |
| Verantwortlicher           | Daniela Dlugosch / Zentrum für Schlüsselqualifikationen<br>dlugosch@zfs.uni-kiel.de   |           |
| ECTS-Punkte Gesamt         | 5   |           |
| Workload                   | 150 Std   |           |
| Semesterlage               | Ab 1. Semester  |           |
| Dauer                      | 1 Semester  |           |
| Turnus                     | einmalig  |           |
| Zugangsvoraussetzungen     | Keine   |           |
| Modulprüfung               | Modulprüfung  |           |
| Pflichtveranstaltungen     | 1   |           |
| Wahlpflichtveranstaltungen | -   |           |
| Modulveranstaltungen       |   |           |
| Bezeichnung                | Selbstmanagement  |           |
| Lehrform                   | Seminar   |           |
| Status                     | Pflicht   |           |
| Turnus                     | Jedes Semester  |           |
| Semesterwochenstunden      | 4   |           |
| Leistungspunkte            | 5   |           |
| Prüfung                    | Modulprüfung (unbenotet)*   | FE   5610 |
| Maximale Teilnehmerzahl    | 20  |           |
| Inhalte                    | Eine der wichtigsten Schlüsselqualifikationen ist die Selbstkompetenz, ihre Förderung ist Ziel dieses Seminars. Es geht dabei um die Themen Selbst- und Zeitmanagement und den Umgang mit Stress und besonderen Herausforderungen. Selbstmanagement umfasst Methoden der Entscheidungs- und Zielfindung, Umgang mit Veränderungen, Lernstrategien und Selbstorganisation in Studium und Beruf und neue Möglichkeiten der Problemlösung und Kreativitätsentwicklung.   |           |
| Lernziele                  | Die Studierenden <ul style="list-style-type: none"> <li>- haben Kenntnis von verschiedenen Methoden des Selbstmanagements</li> <li>- analysieren ihre bisherigen Strategien der Selbstorganisation</li> <li>- entwickeln neue Kompetenzen im Umgang mit sich, ihrer Zeit und ihrem Umfeld</li> <li>- wenden diese praktisch an</li> <li>- erschaffen Strategien, die es Ihnen erleichtern, die besonderen Herausforderungen des Studien- und Berufslebens zu meistern</li> </ul>  |           |
| Anmerkungen                | Nähere Informationen über das Anmeldeverfahren mit dem Anmeldesystem LSF finden Sie unter folgender URL: <a href="http://www.zfs.uni-kiel.de">www.zfs.uni-kiel.de</a><br><br>Voraussetzungen für Ihre Teilnahme:<br>1. Zulassung im LSF<br>2. Anwesenheit bei der Vorbesprechung (wichtige Gründe für Ihre Abwesenheit teilen Sie bitte dem Dozenten per E-Mail mit)<br>Nachrückverfahren:<br>In der Nachrückphase (Termine werden online bekanntgegeben) werden im LSF freie bzw. frei gewordene Plätze nach der Reihenfolge der Anmeldung vergeben.<br><br>Bitte sichern Sie Ihre Jacken und Taschen in den abschließbaren Schränken vor dem ZfS. Sie brauchen ein Vorhängeschloss.<br><br>* Das Modul ist grundsätzlich unbenotet. Es wird lediglich mit "bestanden" oder "nicht bestanden" bewertet. Ausnahmsweise ist die Vergabe einer Note möglich. Das ist der Fall, wenn der Nachweis der Erforderlichkeit einer Benotung (Bsp.: Prüfungsordnung) geführt wird. Ob diese etwaig erteilte Note von Ihrem Prüfungsamt anerkannt werden kann, müssen Sie bitte selbst und im Vorwege klären |           |