



Training gegen das Aufschieben im Studium



Inhalt:

- Verbesserung des Zeitmanagements
- Steigerung der Selbstmotivation
- Verringerung der Ablenkbarkeit
- Aufbau der Trainingssitzung:
Austausch, Theorie, Übungen, Aufgabe

Setting:

- Gruppentraining (Gruppen à ca. 10 TN)
- 5 Wochen (1 x wöchentlich)
- Trainerin: Dipl.-Päd. Yvonne Staack