



ZSB

Die **Zentrale Studienberatung (ZSB)** ist eine Beratungs- und Serviceeinrichtung der Universität Hildesheim. Sie berät Studieninteressierte, Studierende und Absolvent_innen zu allgemeinen Fragen rund um Wahl und Durchführung eines Studiums. Die Zentrale Studienberatung (ZSB) bietet Ihnen eine persönliche Beratung zu den offenen Sprechzeiten oder nach vorheriger Terminvereinbarung. Weiterhin informieren wir Sie im Rahmen von Vorträgen, Messen, Schulbesuchen und halten entsprechendes Informationsmaterial bereit.

Kontakt

- ☎ 05121 883 55555 (Infoline)
- ✉ infoline@uni-hildesheim.de
- 🌐 www.uni-hildesheim.de/zsb
- 📍 Zentrale Studienberatung (ZSB), Universitätsplatz 1, Forum, 1. OG

Career Service

Wenn Sie aktuell dabei sind sich beruflich zu orientieren oder Unterstützung bei Ihrer Zielfindung im Berufsleben benötigen, dann sind Sie im Career Service der Zentralen Studienberatung richtig. Ob Sie konkret auf Stellensuche sind, Ihre Kompetenzen erweitern möchten oder einfach nur Anregungen oder Tipps für den Übergang in den Berufseinstieg brauchen – kontaktieren Sie uns gerne.

Kontakt: Anna-Elise Aupperle

- ☎ 05121 883 92204
- ✉ career@uni-hildesheim.de
- 🌐 www.uni-hildesheim.de/careerservice

Fachübergreifende Schlüsselkompetenzen (FüSK)

Nicht verpassen! Das Fächerübergreifende Schlüsselkompetenzangebot (FüSK) geht ab dem Wintersemester 2018/2019 wieder an den Start. Das Programm beginnt im Januar, läuft vor allem in der vorlesungsfreien Zeit und findet künftig wieder regelmäßig in jedem Semester statt. Nähere Informationen auf den Seiten der ZSB unter www.uni-hildesheim.de/zsb sowie auf der www.uni-hildesheim.de/fuesk

Kontakt: Marion Kammritz

- ☎ 05121 883 92242
- ✉ marion.kammritz@uni-hildesheim.de
- 🌐 www.uni-hildesheim.de/fuesk

Willkommen in der Wissenschaft

Willkommen in der Wissenschaft – Ihr Kompass für das erste Studienjahr! Herzlichen Glückwunsch zu Ihrem Studienplatz an der Uni Hildesheim! Endlich kann es losgehen. Aber wie studiert man eigentlich? Wir unterstützen Sie beim Erlernen hilfreicher Kompetenzen für einen gelungenen Studienstart und einen erfolgreichen Studienverlauf! Unser Angebot beinhaltet Orientierung sowie die Organisation Ihres Studiums.

Kontakt: Friederike Pagel

- ✉ friederike.pagel@uni-hildesheim.de
- ☎ 05121 883 92246
- 🌐 www.uni-hildesheim.de/willkommeninderwissenschaft

Seminar: Ich schaffe das! – Lernen und Selbstmanagement in Klausurenzeit und Hausarbeitsphase

Termin/e: Fr, 14. Dezember 2018, 14.00 – 18.00 Uhr (s.t.) und Sa, 15. Dezember 2018, 09.00 – 17.30 Uhr (s.t.)

Trainer_innen: Tobias Gottschalk und Sarah Mölleken, *stud. Trainer_innen*

Zielgruppe: alle Semester, alle Fachbereiche

Anmeldung: LSF Veranstaltungsnummer: 9002

Lernen, Sport, Freunde, Pausen, gute Noten, Hausarbeiten schreiben ... Man sitzt am Schreibtisch und will loslegen, doch hat man zu viele andere Dinge im Kopf, welche dringend erledigt werden müssen und jede produktive Arbeit verhindern. Das muss so nicht sein. Wir wollen euch zeigen, dass ihr Meister_in eurer Planung und auch Umsetzung sein könnt.

Januar 2019

So überzeugend kann ich wirken – Selbstpräsentation mit Videotraining

Termin: Mi, 9. Januar 2019,

Trainer: Rainer Hariefeld, *Dipl. Handelslehrer*

Zielgruppe: alle Semester, alle Fachbereiche

Anmeldung: www.uni-hildesheim.de/fusk

Wie Sie bei einem öffentlichen Auftritt oder bei einem Redebeitrag in Ihren Vorlesungen oder Seminaren wirken, hängt nicht nur vom Inhalt des Gesagten ab. Ebenfalls entscheidend für Ihren Erfolg sind Ausstrahlung, Stimme, Körpersprache, die richtigen Formulierungen und vor allem der Glaube an sich selbst. In diesem Workshop werden Sie die Gelegenheit bekommen, anhand von Fallbeispielen und konkreten Situationen Ihren Auftritt aktiv zu üben und so Ihre Selbstsicherheit und Rhetorik zu optimieren. Den Höhepunkt dieses Tagesseminars bildet eine Videoaufzeichnung von Ihrem Vortrag und ein Feedback hierzu.



**Stark im Studium –
Durchstarten im WiSe 2018/2019**

Zentrale Studienberatung (ZSB)

Stark im Studium: Durchstarten im WiSe 2018/2019

November 2018

Webinar und Präsenzworkshop: Referate an der Uni - Wirkungsvoll und gekonnt präsentieren

Die Veranstaltungsreihe besteht aus vier Modulen. Drei Module (Module 1-3) können Sie online von zuhause aus, in Form eines Webinars, wahrnehmen. Das vierte Modul ist ein Präsenzworkshop an der Universität Hildesheim.

Trainerin: Friederike Pagel, Zentrale Studienberatung
Zielgruppe: 2. und 3. Semester Bachelor, alle Fachbereiche
Anmeldung: www.uni-hildesheim.de/willkommeninderwissenschaft

Modul 1 (Webinar) „4 Säulen einer guten Präsentation“

Termin: Mi, 7. November 2018, 18.00 – 19.00 Uhr (s.t.)

In diesem Webinar zeigen wir Ihnen auf, welche Aspekte bei der Planung und Erstellung einer überzeugenden Präsentation zu beachten sind. Die theoretischen Grundlagen werden anhand einer Videoanalyse erarbeitet.

Modul 2 (Webinar) „Inhalte auswählen, strukturieren und visualisieren“

Termin: Mi, 14. November 2018, 18.00 – 19.00 Uhr (s.t.)

Dieses Webinar vermittelt theoretische Ansätze zur Strukturierung von Vorträgen und berücksichtigt beim Aufzeigen unterschiedlicher Visualisierungsmedien auch verschiedene Lerntypen.

Modul 3 (Webinar) „Gruppenpräsentationen: Fluch oder Segen?“

Termin: Mi, 21. November 2018, 18.00 – 19.00 Uhr (s.t.)

Das Webinar geht dem Mythos auf den Grund, warum Gruppenpräsentationen – zumindest gefühlt – immer nervenaufreibend sind und zeigt Organisationstools auf, mit denen es beim nächsten Mal besser funktioniert.

Modul 4 (Präsenzworkshop) „Sicher und gekonnt präsentieren“

Termin: Fr, 30. November 2018, 14.00 – 18.00 Uhr (s.t.)

In diesem Präsenzworkshop haben Sie die Möglichkeit, an Ihrem Präsentationsstil zu arbeiten. Nach einigen Aufwärmübungen und einer Kurzpräsentation (ca. 3-5 Minuten) erhalten Sie videogestütztes Feedback durch die Dozentin und die Gruppe. Dabei nehmen wir sowohl die Körpersprache, als auch Ihr gewähltes Präsentationsmedium in den Blick. In diesem Rahmen können Sie zum Beispiel die Präsentation eines anstehenden Referates üben. Am Ende des Workshops sind Sie sich Ihrer Stärken bewusst und haben Aspekte identifiziert, an denen Sie weiterarbeiten möchten. (Max. 8 Teilnehmende)

Mini-Workshop: Motivation und Aufschieben

Termin: Fr, 9. November 2018, 14.00 – 16.00 Uhr (s.t.)
Trainerin: Arite Heuck-Richter, Zentrale Studienberatung
Zielgruppe: alle Fachsemester, alle Fachbereiche
Anmeldung: LSF Veranstaltungsnummer: 9001

Was ist Motivation? Selbstmotivation ist Energie, Anschub und Richtung. Leider treten Aufschieberitis und Motivationsprobleme auch immer wieder bei Studierenden auf. In diesem ZSB-Mini-Workshop erfahren Sie, wie Sie Ihre Selbstmotivation bewusst steuern können und welche Tricks es bei Motivationslöchern gibt.

Themen: Definition von Motivation und Aufschieben, Selbstmotivation, Motivationslöcher – was tun?

Workshop: Cool bleiben! Stress und Entspannung im Studium

Termin: Sa, 10. November 2018, 10.00 – 16.00 Uhr (s.t.)
Trainer_in: Sarah Mölleken und Tobias Gottschalk, stud. Trainer_innen
Zielgruppe: 2. und 3. Semester Bachelor, alle Fachbereiche
Anmeldung: www.uni-hildesheim.de/willkommeninderwissenschaft

Stress ist ein Thema, welches nahezu in jedem Studium seinen Ausdruck findet. Der Umgang damit muss individuell gelernt und erprobt werden. In unserem Workshop wird dafür der Grundbaustein gesetzt. Um einen Ausgleich zu finden, wird außerdem noch das Thema Entspannung behandelt. Der Workshop ist aus einer Mischung von theoretischen Inhalten und praktischen Übungen konzipiert.

Workshop: Lektüre wissenschaftlicher Texte – Wie kann ich Literatur effektiv auswählen, lesen und verstehen?

Termin: Mi, 14. November 2018, 16.00 – 18.00 Uhr (s.t.)
Trainer_in: Lese – und Schreibzentrum
Zielgruppe: 1. und 2. Semester Bachelor, alle Fachbereiche
Anmeldung: www.uni-hildesheim.de/willkommeninderwissenschaft

Wissenschaftliche Literatur zu lesen und zu verarbeiten, stellt die Grundlage für die Produktion eigener Texte (u. a. Hausarbeit, Essay, Exposé) dar. Der Fokus des Workshops liegt auf der Vermittlung von Arbeitstechniken, die sich der Rezeptionsseite des wissenschaftlichen Arbeitens annehmen. Theoretischer Input rund um Fragen zur Literaturrecherche und zu Lesestrategien

steht – auf Grundlage eines gemeinsamen Erfahrungsaustausches – im Wechsel mit praktischen Übungen, die auch den Übergang ins Schreiben erleichtern.

Seminar: Sich selbst optimal organisieren - Methoden des Zeitmanagements vertiefen und anwenden

Termin/e: Fr, 23. November 2018, 14.00 – 18.00 Uhr (s.t.) und Sa, 24. November 2018, 9.00 – 17.00 Uhr (s.t.) (1,5 Tage)
Trainer: Thomas Seliger, Diplom Ökonom & Diplom MasterCoach (DVNLP)
Zielgruppe: 2. und 3. Semester Bachelor, alle Fachbereiche
Anmeldung: www.uni-hildesheim.de/willkommeninderwissenschaft

„Ich habe keine Zeit!“ ist eine gern genutzte Aussage und für uns selbst auch immer so gemeint. Doch wie viel Zeit nutzen wir tatsächlich und wie viel Zeit davon ist eigentlich nicht optimal genutzt? In diesem 1,5-tägigen Intensivseminar erfahren Sie, wie sie sich selbst gut organisieren können. Sie lernen erweiterte Methoden kennen, reflektieren diese und wenden sie bewusst an.

Interaktiver Vortrag: Eine Uni für alle?! Studieren mit Behinderung oder chronischer Erkrankung

Termin: Di, 27. November 2018, 18.00 – 20.00 Uhr (s.t.)
Trainer_innen: Dr. rer. nat. Petra Sandhagen, *Senatsbeauftragte für Studierende mit Behinderung oder chronischer Krankheit*, Kristina Schmidt und Dr. Marc Ruhlandt, *Plattform Zukunft INKLUSION (ZINK)*, Isabelle C. M. Lohrengel, *Allgemeiner Studierendenausschuss - Referat Inklusion*
Zielgruppe: alle Fachsemester, alle Fachbereiche
Anmeldung: www.uni-hildesheim.de/willkommeninderwissenschaft

An der Universität Hildesheim gibt es verschiedene Beratungs- und Unterstützungsangebote um chancengleiche Studienbedingungen zu ermöglichen. Um Menschen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen (bspw. Sinnes- oder Bewegungsbeeinträchtigungen, chronischer oder psychischer Erkrankung, Teilleistungsstörungen, wie Legasthenie, Autismus oder anderen längerfristigen Erkrankungen) ein selbstbestimmtes und gleichberechtigtes Studieren zu ermöglichen, besteht unter anderem ein Anspruch auf Nachteilsausgleich. Im ersten Teil der Veranstaltung spricht Petra Sandhagen über Wissenswertes zum Nachteilsausgleich und erklärt dessen formalen Ablauf.

Weiterhin berichten Kristina Schmidt und Marc Ruhlandt von ZINK über die Gestaltung der Universität Hildesheim als inklusionssensible Organisation. Im zweiten Teil der Veranstaltung haben Sie an runden Tischen die Gelegenheit, Ihre individuellen Fragen zu stellen, aber auch Ihre Erfahrungen zu teilen. Diese sind unverzichtbar für die Weiterentwicklung chancengleicher und barrierefreier Studienbedingungen an der Uni Hildesheim.

Dezember 2018

Workshop: Überzeugende Einstellungsgespräche mit LWP

Termin: Di, 4. Dezember 2018, 9.00 – 17.00 Uhr (s.t.)
Mi, 5. Dezember 2018, 9.00 – 17.00 Uhr (s.t.)
Trainer_in: Marc Buddensieg, LWP-Trainer
Zielgruppe: Studienausgangsphase, alle Fachbereiche
Anmeldung: LSF Veranstaltungsnummer: 9020
Hinweis: Bitte melden Sie sich nur für die Veranstaltung an, sofern Sie an beiden Tagen teilnehmen können.

In dem zweitägigen Workshop lernen, erproben und üben Studierende Strukturen für die Vorbereitung von Einstellungsgesprächen. Im Anschluss können die Teilnehmenden die Strukturen selbstständig nutzen, um sich effektiv und authentisch auf Einstellungsgespräche vorzubereiten. Sie finden die Sprache, um sich selbst authentisch und überzeugend zu präsentieren.

Workshop: Thema, Fragestellung, Zielsetzung – Auf dem Weg zur (ersten) Hausarbeit

Termin: Mi, 12. Dezember 2018, 16.00 – 18.00 Uhr (s.t.)
Trainer_in: Lese – und Schreibzentrum
Zielgruppe: 1. und 2. Semester Bachelor, alle Fachbereiche
Anmeldung: www.uni-hildesheim.de/willkommeninderwissenschaft

Das Verfassen einer Hausarbeit ist ein umfangreicher Prozess, der insbesondere zu Beginn des Schreibens verschiedene Fragen aufwirft: Wie suche ich nach einem passenden Thema? Wie entwickle ich eine Fragestellung? Welche Zielsetzung verfolge ich, für wen schreibe ich und warum? Anliegen und Ziel des Workshops wird sein, sich dem Einstieg in die Textproduktion der (ersten) eigenen Hausarbeit zu widmen. Dabei werden praktische Übungen und ein experimentierender Umgang mit Methoden und Techniken, die das Schreiben befördern, im Mittelpunkt des Workshops stehen.