



Stipendiaten des Jahrgangs 6/2008

Skill-Seminar Zeit- und Selbstmanagement

Auch in diesem Jahr fanden im April die Skill-Seminare für die einzelnen Jahrgänge statt. Der jüngste Jahrgang nahm an dem Skill-Seminar „Zeit- und Selbstmanagement“ teil, das von Frau Katja Wonerow durchgeführt wurde.

Das Seminar soll den Mummert-Stipendiaten, die sich im ersten Jahr ihres Master-Studiums befinden, Instrumente zu einer termingerechten Erfüllung der mit ihrem Studium verbundenen Verpflichtungen verleihen.

Der Seminarverlauf war im Vergleich zu den Tutorien, die den Stipendiaten bisher aus dem Studium bekannt waren, sehr unterschiedlich. Frau Wonerow konnte den Stipendiaten in einer relativ kurzen Zeit die sonst ziemlich umfangreichen Inhalte über Zeiteinteilung, Aufgabenorganisation und häufig begangene Fehler vermitteln. Praktische Übungen machten den Stipendiaten die Anwendbarkeit des Mitgeteilten bewusst.

Durch die Fragestellung der Seminarleiterin wurden die Stipendiaten dazu gebracht, sich auf persönliche Probleme und verbesserungsbedürftige Eigenschaften zu besinnen. Groß war ihre Überraschung, als sie festgestellt haben, dass sie fast alle unter „Aufschieberitis“ leiden. Gemeinsam haben anschließend die Stipendiaten versucht, Lösungsansätze für dieses Problem zu finden.

Damit die Erkenntnisse aus dem Zeit- und Selbstmanagementseminar langfristig einen positiven Einfluss auf das Verhalten der Stipendiaten nehmen, hat Frau Wonerow die Stipendiaten dazu aufgefordert, sich zwei Ziele zu setzen. Das erste Ziel sollte sich auf etwas beziehen, das sich die Stipendiaten vorgenommen, aber nie realisiert haben, und das zweite Ziel auf etwas völlig Neues. Beide Ziele mussten realistisch und hinsichtlich Art, Zeit und Aufwand messbar sein.

Es stellt sich natürlich die Frage, inwiefern die Stipendiaten die erworbenen Kenntnisse bewusst umsetzen werden. Vielleicht werden sie nicht unbedingt die ALPEN-Methode anwenden oder eine Matrix erstellen, um zu einer Entscheidung zu gelangen, aber sie werden sicherlich versuchen, „Aufschieberitis“ künftig zu meiden.

*Diana Andreea Patrascoiu
Köln, 29. April 2009*