



SELBSTORGANISATION & ZEITMANAGEMENT

Organisierter studieren und weniger aufschieben!
Finde Struktur und Motivation mit hilfreichen Tools und Techniken.



LERNSTRATEGIEN

Manövriere gekonnt durch die Prüfungsphase mit Merktechniken, effizienten Mitschriften und mehr Überblick.



KOMMUNIZIEREN & PRÄSENTIEREN

Körpersprache, Stimme, Rhetorik und roter Faden – werde fit und selbstbewusst für deine Präsentationen und Redebeiträge.



MENTALE GESUNDHEIT

Lerne neue Strategien für mehr Achtsamkeit, Gelassenheit und Selbstbestimmtheit im oft stressigen Studienalltag.



INTERKULTURELLE KOMPETENZ

Sensibilisiere dich für deine kulturelle Prägung und gewinne mehr Sicherheit in interkulturellen Kommunikationssituationen.



DIGITALES (ZUSAMMEN-)ARBEITEN

Optimiere den Workflow bei deinen (Gruppen-)Projekten mit Hilfe von digitalen Tools und praktischen Programmen.