

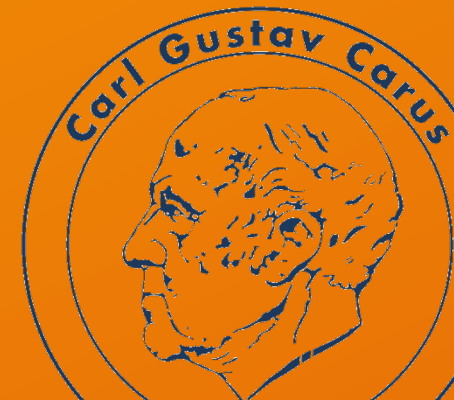


MEDiC

Ernst Peter Richter
Psychosoziale Medizin und Entwicklungsneurowissenschaften

Kurzpräsentation

Fit für MEDiC - PROGRAMM ZUR VERBESSERUNG DER STUDIERTECHNIKEN



Informationen

Das fakultative Gruppen-Programm **Fit für MEDiC** besteht aus drei Modulen im Rahmen des MEDiC-Mentorings. Es soll alle Studierenden optimal beim Einstieg in das Medizinstudium in Chemnitz unterstützen. Der erste Programmpunkt wird Mitte April 2022 stattfinden.

In interaktiven Workshops und begleitenden Vorlesungen werden dabei zu den Themen Lernstrategien, Zeitmanagement und Prüfungen Kenntnisse und Skills vermittelt.

Das Programm wurde von Mitarbeitenden des eigenständigen Bereichs für Psychosoziale Medizin und Entwicklungsneurowissenschaften entwickelt. Es basiert auf Erfahrungen der langjährigen psychosozialen Beratung von Dresdner Medizinstudierenden, sowie auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und Manualen.

Rahmenbedingungen von Fit für MEDiC

Module

1. Gehirngerecht lernen & effiziente Lernstrategien
2. Ich mach das jetzt – Zeitmanagement und Umgang mit Prokrastination
3. Schriftliche und Mündliche Prüfungen meistern, Umgang mit Prüfungsangst

optimales Lernen durch Blended Learning Lehrformen

Vorlesungen



jederzeit und von überall
abrufbare Lernvideos

Workshops



gemeinsames Lernen in Kleingruppen

E-Learning / Hausaufgaben

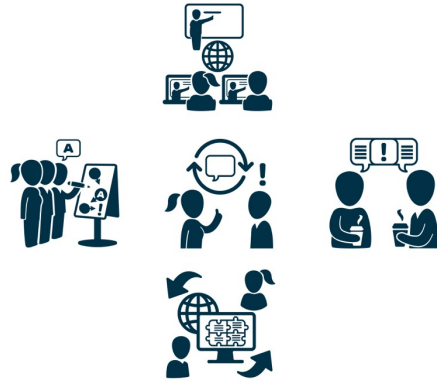


selbstgesteuerte Vorbereitung
via Moodle-Lernplattform

Modul 1 - Gehirngerecht lernen & effiziente Lernstrategien

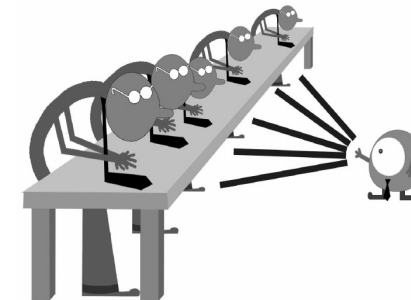
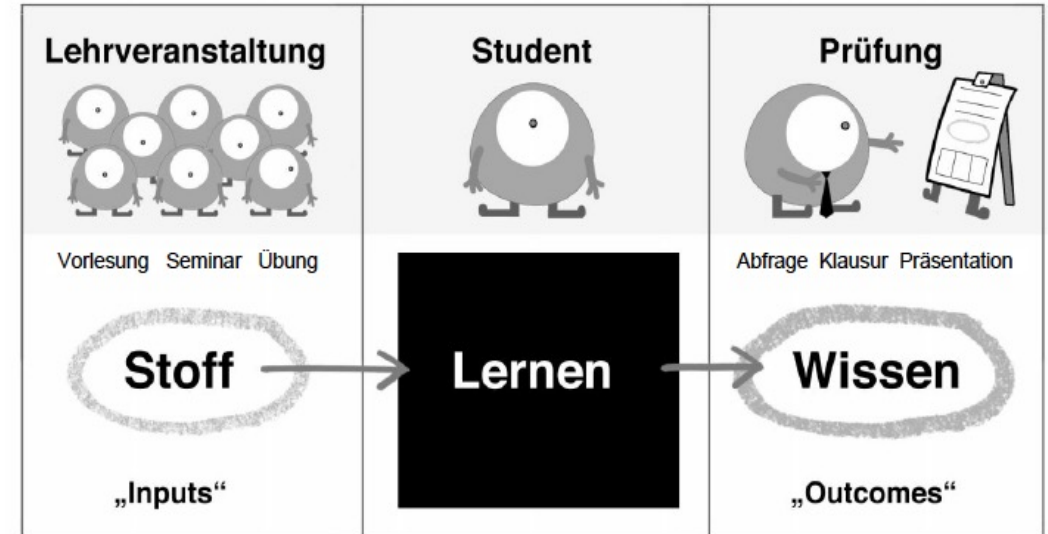
Vermittlungsform:

- Video-Vorlesung
- Workshop
- E-Learning



Inhalte:

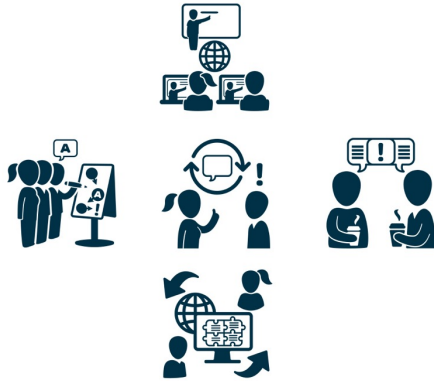
- ✓ Gehirngerechtes Lernen
- ✓ Effiziente Lernstrategien fürs Medizinstudium
- ✓ Selbstmotivation



Modul 2 - Zeitmanagement und Umgang mit Prokrastination

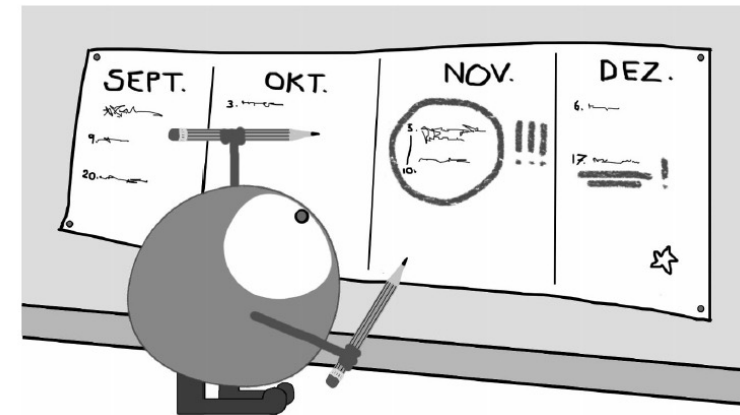
Vermittlungsform:

- Video-Vorlesung
- Workshop
- E-Learning



Inhalte:

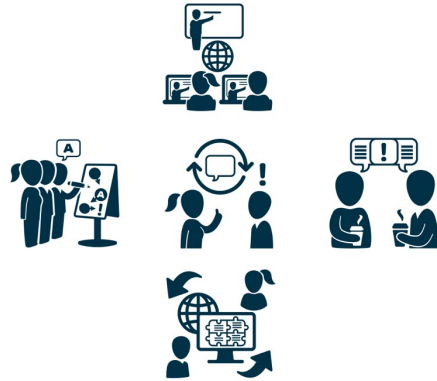
- ✓ Optimale Rahmenbedingungen schaffen
- ✓ SMARTe Zielsetzung
- ✓ Effektive Zeit- und Lernplanung
- ✓ Krisenmanagement bei Fehlplanung
- ✓ Warum schieben wir auf und was kann man dagegen tun?



Modul 3 - Prüfungen optimal meistern, Umgang mit Prüfungsangst

Vermittlungsform:

- Video-Vorlesung
- Workshop
- E-Learning



Inhalte:

- ✓ Tipps und Tricks für schriftliche und mündliche Prüfungen meistern
- ✓ Do's & Don'ts vor-, während- und nach der Prüfungen
- ✓ Zusammenhang zwischen Anspannung und Leistungsvermögen
- ✓ Prüfungsangst erkennen und überwinden



Kontaktdaten



Ernst Peter Richter,
Wissenschaftlicher Mitarbeiter

TU Dresden
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus
Psychosoziale Medizin und
Entwicklungsneurowissenschaften

Telefon: + 49 351 458-2919

E-Mail: ErnstPeter.Richter@uniklinikum-dresden.de