



Technische  
Universität  
Braunschweig



Arbeits-,  
Organisations- und  
Sozialpsychologie



# Trainings handlungsbezogener Kompetenzen

Ein Angebot des Lehrstuhls für Arbeits-, Organisations- und Sozialpsychologie unter der Leitung von Prof. Dr. Simone Kauffeld

Wintersemester 2023/2024

# Hinweise für das WiSe 23/24

Seit dem Sommersemester 2023 finden alle Trainings als Blended Learning-Format statt. Das bedeutet, dass alle Trainings Termine in Präsenz sowie ein Selbststudium über ein E-Learning beinhalten. Es gibt in der Regel jeweils einen kürzeren Auftakttermin sowie zwei ganztägige Tage. Genaue Infos für die jeweiligen Trainings erhalten Sie nach der Anmeldung.

## Anmeldungszeiträume

Die Anmeldung zu den Trainings erfolgt über die Stud.IP-Veranstaltungen.

Anmeldezeiträume:

- Der erste Anmeldezeitraum für die Trainings ab November startet ab dem 25.10.2023. Die Plätze werden am 30.10.2023 (10:00 Uhr) ausgelost.
- Der zweite Anmeldezeitraum für die Trainings von Mitte Januar bis Ende März startet voraussichtlich am 11.12.2023. Die Plätze werden am 18.12.2023 (10:00 Uhr) ausgelost.

Während des Anmeldezeitraums können Sie sich nur für zwei Veranstaltungen anmelden. Nach dem Losverfahren können Sie sich für die Warteliste für alle Trainings anmelden und werden automatisch informiert, wenn Sie einen Platz erhalten.

Bitte informieren Sie sich zudem auf unserer Webseite über freie Trainingsplätze und aktuelle Ankündigungen. Sie finden dort auch ein FAQ, um z.B. Regularien zu Leistungspunkten nachzulesen.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen!



## „Individuelles Feedback zu den Bewerbungsunterlagen und zum Bewerbungsgespräch“

Teilnehmerzitat aus dem Evaluationsbericht

# Bewerbung & Assessment Center

Im Training lernen die Teilnehmenden den Ablauf von Bewerbungsverfahren kennen, von der eigenen Standortbestimmung bis hin zum Auswahlverfahren. Die Teilnehmenden lernen, wie sie Bewerbungsmappen gestalten sollten und wie man sich auf häufig eingesetzte Auswahlverfahren vorbereiten kann. Dabei wird das Auswahlverfahren Assessment Center (AC) vertieft behandelt und typische Übungen wie z. B. Gruppendiskussionen und Präsentationen vorgestellt. Darüber hinaus nehmen sie an einem Online Assessment sowie an einem Online-Vorstellungsgespräch teil, um eigene Erfahrungen mit den Besonderheiten digitaler Personalauswahl zu machen. Die Teilnehmenden erfahren, worauf im AC geachtet wird, und erhalten Einblicke in die Perspektive der Personalverantwortlichen.

## Voraussetzungen und Vorbereitung

Das Training beinhaltet neben den Präzenterminen zusätzlich die Bearbeitung eines E-Learnings.

Zur Vorbereitung auf das Training gehören ein Literaturstudium sowie die Abgabe einer Bewerbungsmappe (eine Woche vor dem Training).

Detaillierte Informationen erhalten Sie nach erfolgreicher Anmeldung in der Trainings-Info-Mail.

## Termine (2 Trainingsangebote)

Training	Auftakt	Tag 1	Tag 2
Bewerbung & Assessment Center 1 *	12.01.2023 (16:30-18:30)	18.01.2024	19.01.2024
Bewerbung & Assessment Center 2 *	20.03.2024 (16:00-18:00)	28.03.2024	29.03.2024



**„Ein hoher Praxisbezug und das  
Erarbeiten eigener Projekte“**

Teilnehmerzitat aus dem Evaluationsbericht

# Design Thinking

Egal ob global agierendes Unternehmen, Start-Up oder NGO, immer mehr Organisationen interessieren sich für Design Thinking als Methode und Mindset, Probleme kreativ und nutzerorientiert anzugehen. In diesem Training werden die Teilnehmenden die grundlegenden Prinzipien des Design Thinkings, wie Nutzerorientierung, Kollaboration sowie Mut zum Experimentieren, sowie den Design Thinking-Prozess und seine Methoden hautnah erleben können. Dafür sorgt vor allem das eigene, zweitägige Teamprojekt mit enger Begleitung durch die Dozenten. Neben einem wissenschaftlich unterfütterten, praxisnahen Einblick in die „brave new (working) world“ des Design Thinking bietet dieses Training somit auch einen hervorragenden, realitätsnahen Einstieg in die wichtigsten Tools für digitale Kollaboration. Abgerundet wird das Ganze durch aktuelle Fallbeispiele, eine fundierte Einordnung von Design Thinking zu anderen agilen Methoden, sowie immer wieder Zeit für Austausch und Reflexion.

## Tipp

Die im Training „Kommunikation und Motivation“ vermittelten Gesprächskompetenzen eignen sich ideal auch zur Anwendung im Rahmen von Design Thinking Prozessen. Probieren Sie es aus!

## Voraussetzungen und Vorbereitung

Zur Vorbereitung auf das Training gehören die Bearbeitung eines E-Learnings.

Detaillierte Informationen erhalten Sie nach erfolgreicher Anmeldung in der Trainings-Info-Mail.

## Termine (4 Trainingsangebote)

Training	Auftakt	Tag 1	Tag 2
Design Thinking 1	19.11.2023	25.11.2023	26.11.2023
Design Thinking 2	19.11.2023	01.12.2023	02.12.2023
Design Thinking 3	16.01.2024	20.01.2024	21.01.2024
Design Thinking 4	29.02.2024	14.03.2024	15.03.2024



**„Ich habe gemerkt, dass ich mit  
meiner Kommunikation viel mehr  
Einfluss habe als gedacht.“**

Teilnehmerzitat aus dem Evaluationsbericht

# Kommunikation und Motivation

Ob während der Arbeit in einem Projektteam, in einer beratenden Tätigkeit, oder in der Rolle als Führungskraft: Menschen werden immer wieder mit der Herausforderung konfrontiert, eine andere Person für eine Veränderung zu motivieren. Doch wie gelingt mir das und wie gehe ich dabei mit Widerstand um? Diese Frage ist in diesem Training zentral. Es werden die Grundlagen der motivierenden Gesprächsführung nach Miller und Rollnick vermittelt. Diese Methode der Gesprächsführung stellt eine Art Schlüsselqualifikation für alle Berufe dar, die mit Kommunikation und Motivationsarbeit zu tun haben, und ist vielseitig einsetzbar (z. B. in Gesprächen, Gruppendiskussionen usw.). Anhand verschiedener Übungen wird das Gelernte reflektiert und vertieft. Während des gesamten Trainings haben die Teilnehmenden im Rahmen von Einzelarbeit im Selbststudium, in Gruppenarbeiten und in Plenumsdiskussionen die Gelegenheit, die Trainingsinhalte unmittelbar praktisch anzuwenden.

## Schon gewusst?

Das Trainingskonzept „Kommunikation und Motivation“ wurde erfolgreich wissenschaftlich evaluiert. Die Ergebnisse sind nachzulesen in: Klonek, F.E. & Kauffeld, S., (2015) „Providing engineers with OARS and EARS: Effects of a skills-based vocational training in Motivational Interviewing for engineers in higher education“, Higher Education, Skills and Work-Based Learning, 5, 2, 117-134.

## Voraussetzungen und Vorbereitung

Zur Vorbereitung auf das Training gehören die Bearbeitung eines E-Learnings. Detaillierte Informationen erhalten Sie nach erfolgreicher Anmeldung in der Trainings-Info-Mail.

## Termine (2 Trainingsangebot)

Training	Auftakt	Tag 1	Tag 2
Kommunikation und Motivation 1	30.11.2023 (17:00-19:00)	08.12.2023	16.12.2023
Kommunikation und Motivation 2	30.11.2023 (17:00-19:00)	09.12.2023	17.12.2023



## „Eingehen auf jeden einzelnen Teilnehmer“

Teilnehmerzitat aus dem Evaluationsbericht

# Kommunikation und Teamarbeit

Auf Basis ausgewählter Theorien, werden gezielte Übungen eingesetzt, um Mechanismen der Teamarbeit kennenzulernen, die eigene Rolle im Team zu reflektieren und Ergebnisse aus der Forschung zu Team-Entwicklung und Gruppenphänomenen praxisnah zu erleben. Im digitalen Trainingsformat wird dabei ein besonderer Fokus auf die Themen virtuelle Kommunikation und virtuelle Zusammenarbeit gelegt, da diese in modernen Arbeitswelten zunehmend an Bedeutung gewinnen. Darüber hinaus werden Grundlagen zu agilen Projektmanagement Methoden vermittelt und anhand der SCRUM-Methode im Rahmen einer Praxis Simulation vertieft. Ziel des Trainings ist es, die eigenen sozialen und methodischen Fähigkeiten zu stärken, den Handlungsspielraum zu erweitern und ein besseres Verständnis für andere Teammitglieder zu erlangen. Sie lernen, wie erfolgreiche Kommunikation und das Anforderungsmanagement zwischen Auftraggebenden und Dienstleistenden im Job gut gelingen können.

## Voraussetzungen und Vorbereitung

Zur Vorbereitung auf das Training gehören die Bearbeitung eines E-Learnings.

Detaillierte Informationen erhalten Sie nach erfolgreicher Anmeldung in der Trainings-Info-Mail.

## Termine (2 Trainingsangebote)

Training	Auftakt	Tag 1	Tag 2
Kommunikation und Teamarbeit 1 *	05.02.2024 (17:00-19:00)	12.02.2024	13.02.2024
Kommunikation und Teamarbeit 2 *	05.02.2024 (17:00-19:00)	16.02.2024	17.02.2024
Kommunikation und Teamarbeit 3 *	04.03.2024 (10:00-12:00)	18.03.2024	19.03.2024



## „Offene Trainingsatmosphäre“

Teilnehmerzitat aus dem Evaluationsbericht

# Personalführung

Das Training soll auf die Anforderungen von Führungspositionen vorbereiten. Verschiedene Führungstheorien werden vorgestellt und ihre Praxistauglichkeit diskutiert. Teilnehmende erproben ausgewählte Führungsinstrumente in Rollenspielen. Dabei sammeln sie erste Erfahrungen als Führungskraft und Mitarbeitende. Sie lernen außerdem, welche Aspekte für Führungskräfte wichtig sind, damit sie mit Mitarbeitenden und im Team gut arbeiten können.

## Voraussetzungen und Vorbereitung

Zur Vorbereitung auf das Training gehören die Bearbeitung eines E-Learnings sowie die Vorbereitung einer Gruppenpräsentation.

Detaillierte Informationen erhalten Sie nach erfolgreicher Anmeldung in der Trainings-Info-Mail.

## Termine (4 Trainingsangebote)

Training	Auftakt	Tag 1	Tag 2
Personalführung 1 *	11.01.2024 (17:00-19:00)	27.01.2024	03.02.2024
Personalführung 2 *	11.01.2024 (17:00-19:00)	28.01.2024	04.02.2024
Personalführung 3 *	04.03.2024 (14:00-16:00)	13.03.2024	16.03.2024
Personalführung 4 *	04.03.2024 (14:00-16:00)	14.03.2024	17.03.2024



## „Neue Perspektiven und Schaffung persönlicher Ressourcen“

Teilnehmerzitat aus dem Evaluationsbericht

## Stressprävention durch Selbstreflexion stärken

### Individuelle Ressourcen nutzen um Herausforderungen erfolgreich zu meistern

Stress lässt sich nicht immer vermeiden. Im Training entwickeln Teilnehmende eine individuelle Haltung, mit der sie Stress vorbeugen können. Dazu werden individuelle Ressourcen zur Stressprävention erarbeitet und Ziele formuliert.

In praktischen Übungen werden die Ressourcen und Ziele dann ausprobiert und weiterentwickelt. Dabei erwerben die Teilnehmenden Selbsterfahrung in der Anwendung von Elementen aus dem Zürcher Ressourcenmodell (ZRM®, Storch & Krause 2017). Außerdem werden Warnsignale für Stress erarbeitet und konkrete Reaktionen für den Alltag entwickelt. Zwischen dem zweiten und dritten Trainingstag vertiefen die Teilnehmenden mittels E-Learning Inhalte zu unterschiedlichen Stressmodellen und wenden die erarbeiteten Ziele & Methoden mittels eines mind. 2-wöchiges Reflexionswochenbuches aktiv an. Am letzten Trainingstag wird die Umsetzung der Trainingsinhalte umfassend reflektiert und entsprechend der individuell erlebten Herausforderungen optimiert.

#### Voraussetzungen und Vorbereitung

Das Training lebt von der Bereitschaft an einem eigenen Stressthema zu arbeiten. Dazu ist eine individuelle Vor- und Nachbereitung der Trainingstage inkl. Reflexion erforderlich. Gute Deutschkenntnisse sind von Vorteil. Detaillierte Informationen erhalten Sie nach erfolgreicher Anmeldung in einer Trainings-Info-Mail.

#### Termine (1 Trainingsangebot)

Training	Tag 1	Tag 2	Tag 3 *
Stressprävention 1	09.01.2024	10.01.2024	20.02.2024

\* Der dritte Trainingstag findet etwa einen Monat nach den ersten beiden Trainingstagen statt.

# Kontakt

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Frau M. Sc. Ann-Kathrin Windmann  
[a.windmann@tu-braunschweig.de](mailto:a.windmann@tu-braunschweig.de)

oder an  
[trainingsinfo.aos@tu-braunschweig.de](mailto:trainingsinfo.aos@tu-braunschweig.de)



Dieses Vorhaben wird aus Studienqualitätsmitteln gefördert.

© Technische Universität Braunschweig  
Institut für Psychologie  
Arbeits-, Organisations- und Sozialpsychologie  
Prof. Dr. Simone Kauffeld  
Spielmannstraße 19  
38106 Braunschweig

