

Bezeichnung Training emotionaler und sozialer Kompetenzen II – TESK II

Modul-Kennnummer (JOGU-StiNe)	Arbeitsaufwand (workload)	Moduldauer (laut Studienverlaufsplan)	Regelsemester (laut Studienverlaufsplan)	Leistungspunkte (LP)
M.03.	180 h	1 Semester	frei	6 LP
1.	Lehrveranstaltungen/Lehrformen	Kontaktzeit	Selbststudium	Leistungspunkte
	...			
	a) Vorlesung (Pfl)	2 SWS/21 h	69 h	3 LP
	b) Übung (Pfl)	2 SWS/21 h	69 h	3 LP
2.	Gruppengrößen 15 Gemäß aktueller Satzung über die Betreuungsrelationen von Lehrveranstaltungen in Bachelor- und Masterstudiengängen und zur Festsetzung der Normwerte für den Ausbildungsaufwand (Curricularnormwerte) der Johannes Gutenberg-Universität Mainz (http://www.uni-mainz.de/studlehr/ordnungen/CNW_Satzung_aktuell.pdf).			
3.	Qualifikationsziele/Lernergebnisse/Kompetenzen Vermittlung von theoretischem und praktischem Wissen in Bezug auf soziale Kompetenz, Kommunikation, Umgang mit Konflikten sowie Stressmanagement			
4.	Inhalte TESK II („Ich und die Anderen“) fokussiert die soziale Kompetenz und die Kommunikation mit Anderen sowie den konstruktiven Umgang mit Konflikten und Stress (als Fortsetzung von TESK I).			
	1. Soziale Kompetenz <ul style="list-style-type: none"> Theorie und Modelle zu sozialer Kompetenz Umgang mit unterschiedlichen Situationen je nach Beziehung zum Gegenüber Einüben sozial kompetenten Verhaltens mit Rollenspielen und Gruppenübungen 			
	2. Kommunikation <ul style="list-style-type: none"> Kommunikationsmodell nach Virginia Satir Grundlagen nach Paul Watzlawick (Axiome der Kommunikation) Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg Ansätze von Friedemann Schulz von Thun (Kommunikationsquadrat / 4-Ohren Modell u.a.) Aktives Zuhören nach Carl Rogers 			
	3. Umgang mit Konflikten <ul style="list-style-type: none"> Was sind Konflikte? Wie entstehen Konflikte? Symptome eines Konflikts Eskalation/Deeskalation – Stufen der Konfliktlösung, Strategien der Konfliktlösung 			
	4. Umgang mit Stress <ul style="list-style-type: none"> Wie entsteht Stress? Stresstheorien und Modelle Instrumentelles, mentales und regeneratives Stressmanagement Erarbeitung von konstruktiven Bewältigungsstrategien bei Stress 			
5.	Verwendbarkeit des Moduls Evtl. anrechenbar im freien Bereich			
6.	Empfohlene Voraussetzung(en) für die Teilnahme Keine			
7.	Zugangsvoraussetzung(en) Ausfüllen des Fragebogens auf https://www.macro.economics.uni-mainz.de/studienmodul-emotionale-und-soziale-kompetenz/ . Falls Teilnehmer TESK I absolviert haben, entfällt die Zugangsvoraussetzung bzw. ist sie aus TESK I erfüllt.			
8.	Leistungsüberprüfungen <p>8.1. Aktive Teilnahme Die Veranstaltung ist durch ein Viertel Wissensvermittlung im klassischen Stil („Frontalunterricht“) und durch drei Viertel aktive Teilnahme und Übungen mit Selbsterfahrungskomponenten sowie Arbeit an eigenen, persönlichen Themen gekennzeichnet. Die Teilnahme und das Engagement in Prüfungen fließen in die Gesamtbewertung ein.</p> <p>8.2. Studienleistung(en) Keine.</p> <p>8.3. Modulprüfung TeilnehmerInnen schreiben 10 bis 15 Seiten über ein vorher ausgegebenes Thema abstrakt und in Anwendung auf sich selbst („Ich und die Anderen“). Die Themen werden 4 Wochen vor Abgabe an alle gleichzeitig ausgegeben und 3 Wochen vor Abgabe individuell besprochen.</p>			

9.	Stellenwert der Note in der Endnote 6 von 12 Leistungspunkten.
10.	Häufigkeit des Angebots Jährlich im Sommersemester.
11.	Modulbeauftragte oder -beauftragter sowie hauptamtlich Lehrende Prof. Dr. Klaus Wälde, Dr. Sarah Tran-Huu
12.	Sonstige Informationen Unterrichtssprache deutsch