

Teilnahmebestätigung

iversity bestätigt, dass **Martin Beck** an folgendem Online-Kurs teilgenommen hat:

MOOCen gegen chronisches Aufschieben!

Zeitraum: August 2015 bis zum Oktober 2015 von Eliane Dominok und Sarah Holstein .

Ziel des Trainings ist die Verbesserung der Selbstregulation und Selbstkontrolle zur Optimierung der individuellen Lern- und Arbeitseffizienz. Trainingskomponenten: Zeitmanagement, Motivation, Emotionsregulation sowie Start- und Impulskontrolle.

Über Karlsruher Institut für Technologie (KIT)



iversity.org ist eine Plattform für universitäre Online-Kurse, auf der eine globale Gemeinschaft von Lernenden die Möglichkeit erhält, bei exzellenten Lehrenden aus der ganzen Welt zu studieren. Diese Teilnahmebescheinigung ist keine Immatrikulationsbescheinigung einer der genannten Institutionen. Weiterhin gewährt dieses Dokument keinen Abschluss, Credit Points oder eine Benotung. Die Identität des Teilnehmers wurde von iversity nicht geprüft.