

Inhaltsverzeichnis

Vorwort zur 19. Auflage	8
Vorwort zur 1. Auflage	9
1. Einführung	11
1.1 Wer muss das Lernen lernen?	12
1.2 Aufbau	16
1.2.1 Arbeiten mit diesem Buch	16
1.2.2 Aufbau des Stoffes	17
2. Grundlagen für die Lernarbeit	21
2.1 Bevor Sie beginnen – lernen Sie lesen	22
2.1.1 Vorbereitung der Lektüre	23
2.1.2 Lesen	27
2.1.3 Nachbereitung	35
2.1.4 Zusammenfassung	37
2.2 Ergebnisse der Lernpsychologie	40
2.2.1 Arten des Lernens	40
2.2.2 Speichern und Reproduzieren	47
2.2.3 Das Lernplateau	54
2.3 Zusammenarbeit	56
2.3.1 Möglichkeiten und Grenzen der Zusammenarbeit	56
2.3.2 Diskussionen	57
2.3.3 Zusammenarbeit beim Lernen	63

3. Innere Voraussetzungen	69
3.1 Motivation	70
3.1.1 Warum lernen wir?	70
3.1.2 Praktische Anwendung	72
3.2 Konzentration	77
3.3 Wie arbeitet das Gehirn?	80
3.4 Denken und Problemlösen	83
3.4.1 Erziehung zum selbstständigen Denken?	83
3.4.2 Hindernisse und Blockaden	83
3.4.3 De Bonos »Denkhüte«	87
3.4.4 Praktische Anwendung	89
3.5 Physiologische Voraussetzungen	92
3.5.1 Gesundheit	92
3.5.2 Arbeitszeit	95
3.5.3 Pausen	97
 4. Äußere Bedingungen	 99
4.1 Lernort und Arbeitsplatz	100
4.1.1 Zurechtfinden an der Universität	100
4.1.2 Arbeitsort und Arbeitsplatz	101
4.2 Quellen	106
4.2.1 Die eigenen Bücher	106
4.2.2 Bibliotheken	107
4.2.3 Archive	114
4.2.4 Suche im Internet	116
4.3 Speicher	120
4.3.1 Karteien	120
4.3.2 Literaturverarbeitungsprogramme	124
4.4 Planung und Zeiteinteilung	126
4.4.1 Die fehlende Zeit	126
4.4.2 Die Planung der Zeit	134

5. Aufnehmen und Weitergeben von Wissen	151
5.1 Lernen im Unterricht.....	152
5.1.1 Richtiges Zuhören.....	152
5.1.2 Mitschreiben	154
5.1.3 Beiträge der Lernenden.....	163
5.2 Vorbereiten einer größeren schriftlichen Arbeit oder eines Vortrags.....	166
5.2.1 Wahl des Themas	166
5.2.2 Planung des weiteren Vorgehens	168
5.2.3 Materialsuche	169
5.2.4 Strukturierung des Materials	173
5.2.5 Schreiben der Arbeit	176
5.2.6 Halten eines Vortrags	179
5.3 Prüfungen.....	183
5.3.1 Vorbereitung	183
5.3.2 Umgang mit der Prüfungsangst.....	189
5.3.3 Während der Prüfung.....	193
 Schlusswort	 196
 Anhang: Übungen, Kontrollfragen und Auswertungen.....	 198
 Verzeichnis der verwendeten und weiterführenden Literatur	 221
 Register.....	 223