

<b>Einleitung .....</b>	<b>6</b>
<b>1 Typische Lernfehler .....</b>	<b>11</b>
1.1 »Hauptsache bestehen« .....	12
1.2 »Ich brauche einfach Motivation« .....	17
1.3 »Ich bin nicht intelligent genug« .....	20
1.4 »Das schaffe ich am Abend vorher« .....	22
1.5 »Ich muss nur eine gute Lernmethode für mich finden« ..	23
1.6 Worum es in diesem Kapitel ging .....	26
<b>2 Bevor das Lernen anfängt .....</b>	<b>27</b>
2.1 Baue dir ein Organisationssystem .....	27
2.2 Wie du den Unterricht am besten nutzt .....	42
2.3 Wie schreibst du mit? .....	46
2.4 Anforderungen ans Lernen verstehen: Schule vs. Uni ..	54
2.5 Hausaufgaben und eigenständiges Nacharbeiten .....	58
2.6 Wie du aus Mitschriften Lernmaterialien erstellst .....	61
2.7 Wie du dir Hilfe suchst .....	65
2.8 Worum es in diesem Kapitel ging .....	68
<b>3 Lernmethoden .....</b>	<b>69</b>
3.1 Zusammenfassungen .....	70
3.2 Erinnerungsstützen .....	74
3.3 Loci-Methode .....	79
3.4 Wiederholungsmethode .....	83
3.5 Erklärmethode .....	87
3.6 Active Recall .....	90
3.7 Leitner-System .....	94
3.8 Pomodoro-Technik .....	96
3.9 Altklausuren und Co. .....	100
3.10 Passives Lernen .....	105
3.11 Worum es in diesem Kapitel ging .....	112

<b>4 Klausurvorbereitung .....</b>	<b>114</b>
4.1 Der Lehrplan ist dein bester Freund .....	115
4.2 Erstelle deine Bestandsaufnahme .....	118
4.3 Auswendiglernen vs. Verstehen vs. Anwenden .....	123
4.4 Erstelle deinen Lernplan .....	126
4.5 Tipps gegen Prokrastination: Wie hältst du deinen Lernplan ein? .....	135
4.6 Stressbewältigung in der Klausur .....	142
4.7 Der Notfallplan: Was machst du, wenn du nicht gelernt hast? .....	150
4.8 Worum es in diesem Kapitel ging .....	154
<b>5 Seminararbeiten, Bachelorarbeiten und Co. ....</b>	<b>155</b>
5.1 Erstelle deinen Zeitplan .....	157
5.2 Verfassen wissenschaftlicher Arbeiten .....	164
5.3 Themenfindung .....	170
5.4 Deine (vorläufige) Gliederung .....	180
5.5 Recherchieren - wo, wie und wann hast du genug getan? .....	186
5.6 Das Schreiben deiner Arbeit .....	198
5.7 Der Feinschliff: Formatierung und Co. ....	205
5.8 Der letzte Schritt: die Verteidigung .....	208
5.9 Worum es in diesem Kapitel ging .....	212
<b>6 Präsentationen vorbereiten und halten .....</b>	<b>213</b>
6.1 Deine Zielgruppe .....	214
6.2 Der falsche Freund: Folien .....	218
6.3 Wie du selbstsicher deine Präsentation hältst .....	223
6.4 Wie du dich auf Rückfragen vorbereitest .....	228
6.5 Was auf dein Handout gehört (und was nicht) .....	230
6.6 Worum es in diesem Kapitel ging .....	232
<b>7 Lernen ist nicht alles .....</b>	<b>233</b>
<b>Übersicht der digitalen Tools .....</b>	<b>242</b>
<b>Endnotenverzeichnis .....</b>	<b>248</b>