

Inhalt

Vorwort zur 4. Auflage	5
Kapitel 1: Das Projekt der erfolgreichen Examensvorbereitung	13
I. Auf dem Weg zu einer selbstbestimmten Examensvorbereitung	14
II. Über die Arbeit mit diesem Buch	17
III. Das Examen als Projekt	19
1. Die magische Wirkung von Zielvorgaben	20
2. Die magische Wirkung der schriftlichen Zielfixierung	21
3. Mein Examenstermin	22
a) Vorlaufphase (ca. sechs Monate)	24
b) Erarbeitungs- und Wiederholungsphase (neun bis zwölf Monate)	24
c) Wiederholungs- und Anwendungsphase (drei bis sechs Monate)	24
d) Regenerationsphase: Die letzte Woche vor dem Examen	25
IV. Strategische Überlegungen zum Schwerpunktstudium	26
1. Allgemeines	26
2. Strategie 1: Abschluss des Schwerpunktbereichs vor Beginn der Examensvorbereitung	28
3. Strategie 2: Parallele Erarbeitung von Schwerpunktbereich und Examensstoff in vollem Umfang	29
4. Strategie 3: Parallele Erarbeitung von Schwerpunktbereich und reduziertem Examensstoff	29
5. Übersicht über die Strategien zum Schwerpunktstudium	30
V. Exkurs: Der Lerntyp	31
1. Übersicht über die Lerntypen	32
2. Bestimmung Ihres Lerntyps	33
VI. Die Wahl der richtigen Vorbereitungsart	34
1. Die Mängel der klassischen Examensvorbereitung	36
2. Die Mär vom auditiven Lerntyp	36
3. Die aktive Examensvorbereitung in einer privaten Arbeitsgemeinschaft	41
a) Die Nachteile einer privaten Arbeitsgemeinschaft	42

b) Die Vorteile der privaten Arbeitsgemeinschaft	45
VII. Die erfolgreiche Behandlung der Examensangst	47
1. Rationale Betrachtung der Examensangst	48
2. Emotionale Betrachtung der Examensangst	49
VIII. Zusammenfassung	51
IX. Übung	52
Kapitel 2: Die Arbeitsgemeinschaft	53
I. Was Sie am Ende dieses Kapitels erreicht haben	54
II. Die Gründung der AG	54
1. Die AG-Typen	56
2. Die AG-Partner	60
3. Der AG-Vertrag	64
III. Der AG-Plan	66
1. Grundprinzipien	67
2. Erstellen des AG-Plans	72
a) 1. Schritt: Berechnung der zur Verfügung stehen- den AG-Wochen	72
b) 2. Schritt: Berechnung der zur Verfügung stehen- den AG-Sitzungen	74
c) 3. Schritt: Berechnung der pro Rechtsgebiet zur Ver- fügung stehenden AG-Sitzungen	75
IV. Die Durchführung der AG	81
1. Die Vorbereitung der AG-Sitzung als Teilnehmer	81
2. Die Vorbereitung der AG-Sitzung als Leiter	83
3. Der Ablauf der Sitzung	87
4. Die Nachbereitung der Sitzung	89
V. Problemprävention/Kontrolle	90
1. Grundlegendes	90
2. Risk-Management: AG-unabhängige Risiken	91
a) Motivation und Disziplin	91
b) Teilen und Einstecken lernen	93
c) Examensangst und Selbstvertrauen	96
d) Rollenverhalten hinterfragen	97
3. Risk-Management: AG-spezifische Risiken	99
a) Motivation und Disziplin	99
b) Der Umgang miteinander	104
c) Gegen den „Herdentrieb“ kämpfen	105
d) Leistungsunterschiede, Krankheit und Urlaub	106

e) Notbremse	108
4. Feedbackregeln zur proaktiven Problemvermeidung	109
VI. Besonderheiten der AG im Studium	111
VII. Besonderheiten der repetitoriums begleitenden AG	112
1. Das Problem	112
2. Tipps und Tricks der Examensvorbereitung beim Repetitor	113
VIII. Besonderheiten der AG begleitend zum Referendariat	114
1. Warum eine AG während des Referendariats?	114
2. Die spezifischen Probleme der AG im Referendariat	116
3. Die Organisation	116
IX. Besonderheiten der AG zur mündlichen Prüfung	118
1. Allgemeines	118
2. Im Öffentlichen Recht	121
3. Im Strafrecht	122
4. Im Zivilrecht	123
X. Zusammenfassung	124
Kapitel 3: Lernen und Wiederholen	127
I. Was Sie am Ende dieses Kapitels erreicht haben	127
II. Die Lernphasen	129
1. Die Lernphasen	129
2. Die Funktionsweise des Gehirns	131
3. Die Funktionsweise des Gedächtnisses	133
4. Effektivität und Effizienz	133
III. Der Lernalltag	134
1. Zeitliche Rahmenbedingungen	134
2. Örtliche Rahmenbedingungen	139
IV. Lernmethoden	142
1. Allgemeines	142
2. SQ3R Active Reading	145
3. Richtig markieren	146
4. Karteikarten und Skripten selbst erstellen	147
5. Fälle lösen	149
6. Allgemeines Gedächtnistraining	150
7. Randnummernmethode/Fragen formulieren	151
V. Effektives Wiederholen	151
1. Wiederholungsmethoden	152
2. Wiederholungszyklen	154

VI. Pausen und Entspannungsmethoden (mit praktischen Übungen)	156
1. Lernerfolg durch Pausen	156
2. Pausengestaltung und Erholungstechniken (mit praktischen Übungen)	158
VII. Zusammenfassung	161
Kapitel 4: Zusammenfassung und Kurzanleitung zum erfolgreichen Examen	163
I. Das Projekt der erfolgreichen Examensvorbereitung	163
1. Der erste Schritt: Die Rahmenbedingungen Ihres Projekts	164
2. Der zweite Schritt: Ihr Lerntyp – ein erster Anhaltspunkt	164
3. Der dritte Schritt: Die richtige Wahl der Vorbereitungsmethode	165
II. Die private Arbeitsgemeinschaft	165
1. Der erste Schritt: Die Gründung	165
2. Der zweite Schritt: Der AG-Plan	166
3. Der dritte Schritt: Die Durchführung und Nachbereitung der AG	167
4. Problemprävention	169
III. Lernen und Wiederholen	170
1. Lernmethoden	171
2. Wiederholungsmethoden	173
Anhang 1: Unser Muster-AG-Plan für das Erste Staatsexamen	175
Anhang 2: Unser Muster-AG-Plan für das Zweite Staatsexamen	187
Anhang 3: Literaturempfehlungen	191
Anhang 4: Checklisten und Lösungen	214
Stichwortverzeichnis	219