



# Inhaltsverzeichnis

Vorwort . . . . .	V
Autoren . . . . .	XII

## 1 Studieren mit Erfolg! . . . . . 1

### 2 Erfolgreiches Lernen und Behalten . . . . . 3

2.1 Erkennen Sie Ihren Lerntyp . . . . .	7
2.2 Lernen Sie durch Bilder . . . . .	8
2.3 Lernen Sie durch Hören, Lieder und Reime . . . . .	9
2.4 Lernen Sie in Bewegung . . . . .	10
2.5 Lernen Sie durch Kommunikation . . . . .	11
2.6 Beteiligen Sie möglichst viele Sinneskanäle . . . . .	12
2.7 So lernen Sie grundlegend richtig . . . . .	13
2.8 Lernen Sie durch elaborieren und memorieren . . . . .	14
2.9 Seien Sie unbedingt wissenshungrig . . . . .	15
2.10 Schaffen Sie eine positive Lernatmosphäre . . . . .	16

### 2.11 Legen Sie regelmäßige Lernpausen ein . . . . . 17

2.12 Ein gut geplanter Lerntag – ein Beispiel . . . . .	18
2.13 Finden Sie Ihren eigenen Rhythmus . . . . .	19
2.14 Lernen Sie differenziert . . . . .	20
2.15 Reduzieren Sie die Lernanstrengung strategisch . . . . .	21
2.16 Lernen »auf der Bettkante«. . . . .	22
2.17 Nutzen Sie die Kniffe der Mnemotechnik . . . . .	23
2.18 Lernen geht mit Wort-Assoziationen leichter . . . . .	24
2.19 Bilder und Geschichten prägen sich besser ein . . . . .	25
2.20 Lernen Sie mit Filmszenen . . . . .	27
2.21 Nutzen Sie ähnlich klingende Begriffe . . . . .	28
2.22 Binden Sie neue Infos ins bestehende Netz ein . . . . .	29
2.23 Prägen Sie sich Zahlen durch Symbole ein . . . . .	30
2.24 Nutzen Sie das Master-System . . . . .	31
2.25 Merken Sie sich historische Daten professionell . . . . .	32
2.26 Merken Sie sich Namen mittels Assoziationen . . . . .	33
2.27 Lernen Sie meisterhaft mit der Loci-Methode . . . . .	34
2.28 Nutzen Sie die Kettenmethode . . . . .	35
2.29 Akronyme, Eselsbrücken und Wortspiele . . . . .	36
2.30 Der Taschentrick hilft aus der Patsche . . . . .	37
2.31 Lernen Sie durch Lehren . . . . .	38
2.32 Gehirngerecht lernen mit Mind-Maps . . . . .	39
2.33 Resignieren Sie nicht bei Lernplateaus . . . . .	41
2.34 Passwörter merken kann kinderleicht sein . . . . .	42
2.35 Lernen Sie mit der Lernmaschine/-kartei . . . . .	43
2.36 Und weiter geht es mit der Lernpatience . . . . .	44

2.37	Denken Sie sich selber Übungsaufgaben aus!	45
2.38	Fazit – Lernen Sie stets erfolgreich	47

### **3 Erfolgreiches Selbstmanagement. . . . . 48**

3.1	Finden Sie Ihren persönlichen Coach/Mentor	49
3.2	Setzen Sie sich Ziele im Studium	50
3.3	Planen Sie Ihr gesamtes Studium systematisch	52
3.4	Konkretisieren Sie die Planung regelmäßig	53
3.5	»Verschriftlichen« Sie Ihre konkreten Ziele	54
3.6	Managen Sie Ihre Zeit professionell	55
3.7	Nutzen Sie ein Planungssystem	56
3.8	Planen Sie Ihre Termine konsequent	57
3.9	Erkennen Sie Ihre persönlichen Zeitfresser	58
3.10	Berücksichtigen Sie Ihre Leistungskurve	59
3.11	Planen Sie Ihre Aufgaben mit Prioritäten	60
3.12	Unterscheiden Sie Wichtiges und Dringliches	61
3.13	Delegieren Sie nach Möglichkeit	63
3.14	Probleme müssen auf den Tisch	64
3.15	Verwalten Sie Ihre Adressen/Kontakte	65
3.16	Nutzen Sie standardisierte Abkürzungen und Symbole	66
3.17	Professionelle Planung ist effizient	67
3.18	Wählen Sie ein passendes Planungssystem	68
3.19	Professionelle Planung auf Papier	69
3.20	Planung mittels professioneller Software	70
3.21	Planung mit Hilfe von Textverarbeitung	71
3.22	Planung mittels Handheld PC	72
3.23	Synchronisation von Handheld PC und Software	73
3.24	Üben Sie für den Ernstfall	74
3.25	Die Memostud-Datei – ein praktischer Helfer	75
3.26	Planung mittels Mind-Maps	76
3.27	Kommunizieren Sie per E-Mail	77
3.28	Sagen Sie bei geeigneter Gelegenheit »Nein«	78
3.29	Chaotische Ablagen bringen Ordnung	79
3.30	Nutzen Sie den elektronischen Desktop	80
3.31	Eine übersichtliche Roadmap auf der Festplatte	81
3.32	Effektiv und effizient studieren	82
3.33	(Selbst)Marketing – in Meilenstiefeln zum Erfolg	83
3.34	Den Anspruchsgruppen erfolgreich gerecht werden	85
3.35	Der Marketingprozess führt garantiert zum Erfolg	86
3.36	Nutzen Sie ein persönliches Leitbild	88
3.37	Konkretisieren Sie Ihr persönliches Leitbild	89
3.38	Wer viel weiß, handelt tendenziell »richtiger«	90
3.39	Nutzen Sie die persönliche SWOT-Analyse	91
3.40	Werden Sie Allrounder oder Spezialist?	93
3.41	Positionieren Sie sich strategisch	95
3.42	Qualität ist Ihr Aushängeschild	97
3.43	Nutzen Sie Ihr strategisches Veranstaltungsportfolio	98

3.44	Finden Sie Wichtiges treffsicher heraus . . . . .	100
3.45	Sie sind ja vielleicht eine Marke . . . . .	101
3.46	Arbeiten Sie, »wo immer Sie stehen und sitzen« . . . . .	102

## **4 Erfolgreicher EDV-Einsatz – Basistipps . . . . .103**

4.1	Nutzen Sie kostenlose Software . . . . .	104
4.2	Nutzen Sie die Bürosoftware Open Office . . . . .	105
4.3	Erstellen Sie Mind-Maps mit Freemind . . . . .	108
4.4	Nutzen Sie weitere Open Source Systeme . . . . .	109
4.5	Dynamisieren Sie Ihre Dokumente mittels Hyperlinks. . . . .	110
4.6	Sparen Sie Papier beim Ausdruck . . . . .	111
4.7	Kopieren Sie Inhalte ohne Formatierungs-Ballast . . . . .	112
4.8	Nutzen Sie Screenshots . . . . .	113
4.9	Nutzen Sie die Funktion Suchen + Ersetzen. . . . .	114
4.10	Arbeiten Sie mit PDF-Dateien . . . . .	118
4.11	Nutzen Sie Kontextmenüs . . . . .	119
4.12	ZIP(pen) Sie, wo immer es geht . . . . .	120
4.13	Nutzen Sie die F4 – Taste konsequent . . . . .	121
4.14	Tastaturkürzel in Microsoft Word und Open Office. . . . .	123

## **5 Nutzen Sie E-Learning erfolgreich . . . . .124**

5.1	Das ist und das bringt E-Learning . . . . .	125
5.2	Blended Learning ist nicht gefährlich . . . . .	130
5.3	Nutzen Sie Multimedia . . . . .	131
5.4	Lernmanagement mit System . . . . .	134
5.5	Der XML und der SCORM-Standard. . . . .	136
5.6	Nutzen Sie Content (Lerninhalte) . . . . .	137
5.7	Erwartungen an Lerncoaching. . . . .	138
5.8	Lernen Sie selbstgesteuert . . . . .	139
5.9	Machen Sie mit in einer E-Learning-Community . . . . .	140
5.10	E-Learning besonders kreativ . . . . .	141
5.11	Durch ein Portal zu relevanten Angeboten! . . . . .	142
5.12	Nutzen Sie ein Content-Management-System. . . . .	143

## **6 Erfolgreich in Bachelor und Master. . . . .145**

	Glossar zum Bologna-Prozess . . . . .	146
	Anhang: Tastaturkürzel . . . . .	152

## **7 Literaturverzeichnis . . . . .161**