

Inhalt

Damit wir uns nicht mißverstehen . . . Eine Art Vorwort, worin sich der Autor für eine ganze Menge entschuldigt	5
Teil I	
Ein Panorama aus wissenschaftlichen Höhen <i>Eine kurze Einführung in die Lernpsychologie, wobei es trotz allem verständlich zugeht</i>	15
Kapitel 1: Die Hunde des Herrn Pawlow und noch andere Tiergeschichten Einige gar nicht so selbstverständliche Überlegungen, was Lernen im Grunde ist	16
Kapitel 2: Wenn Nerven feuern, fließt kein Blut Über Wahrnehmung, Informationen und die Theorien da- zu	24
Kapitel 3: Nichts als Hemmungen Ein kleiner Blick ins Hirn, wie man sich etwas merkt, und wie wichtig die Pausen beim Lernen sind	39
↘ Kapitel 4: »Feed-Back« oder was hat der Zimmerofen mit Vokabellernen zu tun? Die Bedeutung der dauernden Kontrolle, was schon gelernt ist und was noch nicht	48
↘ Kapitel 5: Zauberwort »Motivation«! Warum es mit dem Lernen manchmal so leicht geht und manchmal gar nicht	56
Kapitel 6: Kommt der elektronische Pauker? Was es mit Lernmaschinen und dem programmierten Un- terricht auf sich hat	72

Teil II

»Countdown« vor dem Start oder bevor es losgeht

Über das Drumherum des Lernens 89

Kapitel 1: Es muß kein Platz an der Sonne sein
Selbstverständlichkeiten über den Arbeitsplatz, die es leider
nicht immer sind 90

Kapitel 2: Man lernt nicht mit dem Kopf allein
Einiges über das schnöde materielle, doch trotzdem recht
notwendige Zubehör usw. 94

Kapitel 3: Rhythmus gibt es nicht nur in der Musik
Wann ist die beste Zeit zum Lernen? 100

Kapitel 4: Nicht nur ein voller Bauch studiert nicht gern
Wie macht man sich zum Lernen fit? 107

Kapitel 5: Blick in die Zukunft
Wie Planung nicht Zeit und Nerven kostet, sondern beides
spart 112

Kapitel 6: Gelehrtenstübchen contra Teamwork
Wann lernt man besser allein, wann mit anderen zusam-
men? 117

Teil III

Etliche Gebrauchsanweisungen für etliche Fächer
*Wie man es in der Praxis in den einzelnen Fächern
anstellt* 123

Kapitel 1: Von Aurora bis Bonne Nuit
↳ Wie lernt man Fremdsprachen? 124

Kapitel 2: Von Adam Riese bis zu Heisenberg
Wie lernt man Mathematik, Physik und Chemie? 142

Kapitel 3: Vom Komma bis zum Nibelungenlied
Wie lernt man Deutsch? 159

Kapitel 4: Von Cannae bis zum Wasserfloh
Wie lernt man Geschichte, Sozialkunde, Erdkunde, Biologie
und ähnliches? 180

Teil IV

Gedächtnis zwo: Papier und Bleistift

Wie man Wissen festhält, ordnet und zusammenfaßt 191

Kapitel 1: Nur manchmal ist der Unterricht zum Schlafen da

Über Aufmerksamkeit, Konzentration, Aufzeichnungen und wie man sonst noch am meisten mitbekommt 192

Kapitel 2: Heil'ge Ordnung, segensreiche . . .

Zehn Erste-Hilfe-Regeln für Ertrinkende im Papierwust 200

Kapitel 3: Ohje — ein Referat

Diesmal eines über das Abfassen selbiger 206

Kapitel 4: Literarisches — ziemlich prosaisch

Über den Umgang mit Büchern und Büchereien 212

Teil V

Luxusartikel Prüfungsangst

Einige Rezepte, um den Schrecken vor Prüfungen etwas weniger schrecklich zu machen 219

Kapitel 1: Nur für Liebhaber von klopfenden Herzen

Zehn goldene Regeln für Leute, die Aufregung vor Prüfungen lieben 220

Kapitel 2: Manchmal wünscht man sich drei Köpfe

Wie man für Prüfungen lernt, ohne dabei auch noch den einzigen zu verlieren 222

Kapitel 3: Baldrian und Pervitin?

Wie man seine Nerven nicht schon vorher aufreibt, da man sie noch dringend benötigt 229

Kapitel 4: Die Hinrichtung findet nicht statt

Wie man sich statt dessen in schriftlichen und mündlichen Prüfungen benehmen soll 235

Kapitel 5: Abitur ohne Nervenzusammenbruch

Ratschläge zum Abbau eines Schreckgespenstes 244

Teil VI

Kleiner Knigge für besondere Begebenheiten

Einige Ratschläge für verzwickte Situationen und solche, die es werden können 247

Kapitel 1: Kapitalverbrechen oder Lebensnotwendigkeit?
Kühle Betrachtungen zum heißen Thema Abschreiben 248

Kapitel 2: Katastrophe Sitzenbleiben
Was man dagegen tun kann; vorher, und wenn es schließlich doch passiert ist 254

Kapitel 3: Nur für reiche Trottel?
Sinn und Unsinn des Nachhilfeunterrichts 261

Kapitel 4: Wenn einem das Ganze zum Hals heraushängt
Wann man die Schule an den Nagel hängen sollte, und wann es eine Riesendummheit ist 265

Kapitel 5: Manchmal heilbar: Unbeliebtheit
Einige elementare Regeln für den Umgang mit Mitschülern und Lehrern 270

Einige Literaturhinweise 275

Quellenwerke 281

Was steht denn wo? — Register 283