

Inhalt

Einleitung	7
I Der Bachelor	11
<i>Rosaria Chirico / Andreas Kahler</i>	
I.1 Studium Bolognese – Zur Halbzeit im Bologna-Prozess	11
I.2 Mitmachen, mitgestalten, mitmischen!	20
I.3 Mini-ABC der Bologna-Reform	23
I.4 Service-Teil	26
II Ohne Burnout	27
<i>Rosaria Chirico / Julia Košinár / Daniela Liebscher / Ulrike Scheuermann / Beate Selders / Jana Zegenhagen</i>	
II.1 Entspannt studieren – Wie geht das?	27
II.2 Stress! – Mentale und körperbasierte Möglichkeiten der Selbstregulation	33
II.3 Projekte organisieren und Sprechstunden nutzen	46
II.4 Wenn das Zeitmanagement versagt	57
II.5 Das Wesentliche erkennen – Schreiben als Denk- und Selbstcoaching-Methode	69
II.6 Wenn die Uni fremdes Terrain ist – Studieren in der ersten Generation ...	77
II.7 Service-Teil	83
III Mittendrin	85
<i>Sven Arnold / Rosaria Chirico / Katrin Girgensohn / Ella Grieshammer / Franziska Liebetanz / Lorenz Matzat / Nora Peters / Beate Selders</i>	
III.1 Der Computer als Werkzeug	85

III.2	Erst mal googeln, dann mal scha'n? – Wissenschaftliche Recherche im Internet	93
III.3	Prüfungsvorbereitung mit System	101
III.4	Lernen in Gruppen	108
III.5	Peer-Feedback-Verfahren in Schreibgruppen	112
III.6	Hausarbeiten schreiben: Schritt für Schritt	120
III.7	Tipps gegen Schreibblockaden	130
III.8	Referate	133
III.9	Service-Teil	143
IV	Hinterher und Drumherum	145
	<i>Elke Bohnaker / Rosaria Chirico / Patricia Wohner</i>	
IV.1	Wie geht's weiter nach dem Bachelor?	145
IV.2	Berufsprofilung – Tipps aus der Laufbahnberatung	149
IV.3	Service-Teil	158
V	Literatur	160
VI	Stichwortverzeichnis	167
VII	Die Autorinnen und Autoren	173