





Inhaltsverzeichnis

Vorwort	11
Einleitung	13
Ist dieses Buch etwas für dich?	13
Warum schreibt jemand wie ich ein Buch wie dieses?	13
Kapitel 1 Ziele	15
1.1 Mehrwertziele	20
1.2 1A- und Zielekategorien	21
Kapitel 2 Wie man in Mindestzeit studiert	23
2.1 Prüfungen und die Dauer deines Studiums	27
2.2 Was, wenn ich nicht bestehe?	28
Kapitel 3 Arbeitsplatzcoaching	31
3.1 <u>Abheften</u> und <u>Ablegen</u>	32
3.2 <u>Ausmisten</u>	32
3.3 <u>Stammplätze</u> für oft gebräuchliche Dinge	33
3.4 Feng Shui für Studenten?	33
3.4.1 <u>Ordnung</u>	34
3.4.2 <u>Licht</u>	34
3.4.3 <u>Luft</u>	34
3.4.4 Kanten und Ecken	34
3.4.5 Türen	34
3.4.6 „Rückenstärkung“	35
3.4.7 <u>Kraft spendende Objekte</u>	35
3.5 <u>Ordnung</u>	35
3.6 <u>Ablagen</u>	36
3.7 Das Geheimnis eines <u>ordentlichen</u> zu Hause	37
Kapitel 4 WIIFM – What’s In It For Me	41
4.1 Spieltheorie	42
4.2 Altruismus	43
Kapitel 5 Selbstmanagement	47
5.1 Autogenes Training – mehr als ein Mittagsschläfchen	48
5.2 <u>Mission Statement</u>	49
5.3 <u>To-Do-Listen</u>	51
5.4 <u>Der Masterplan</u>	52