

Inhalt

Vorwort zur 5. Auflage	5
Kapitel 1: Das Projekt der erfolgreichen Examensvorbereitung	15
I. Auf dem Weg zu einer selbstbestimmten Examensvorbereitung	16
II. Über die Arbeit mit diesem Buch	19
III. Das Examen als Projekt	21
1. Die magische Wirkung von Zielvorgaben	22
2. Die magische Wirkung der schriftlichen Zielfixierung	23
3. Mein Examenstermin	24
a) Vorlaufphase (ca. sechs Monate)	26
b) Erarbeitungs- und Wiederholungsphase (neun bis zwölf Monate)	26
c) Wiederholungs- und Anwendungsphase (drei bis sechs Monate)	27
d) Regenerationsphase: Die letzte Woche vor dem Examen	27
IV. Strategische Überlegungen zum Schwerpunktstudium	28
1. Allgemeines	28
2. Strategie 1: Abschluss des Schwerpunktbereichs vor Beginn der Examensvorbereitung	30
3. Strategie 2: Parallele Erarbeitung von Schwerpunktbereich und Examenstoff in vollem Umfang	31
4. Strategie 3: Parallele Erarbeitung von Schwerpunktbereich und reduziertem Examenstoff	32
5. Übersicht über die Strategien zum Schwerpunktstudium	33
V. Exkurs: Der Lerntyp	34
1. Übersicht über die Lerntypen	35
2. Bestimmung Ihres Lerntyps	37
VI. Die Wahl der richtigen Vorbereitungsart	38
1. Die Mängel der klassischen Examensvorbereitung	40
2. Die Mär vom auditiven Lerntyp	40
3. Die aktive Examensvorbereitung in einer privaten Arbeitsgemeinschaft	45
a) Die Nachteile einer privaten Arbeitsgemeinschaft	45
	11

b) Die Vorteile der privaten Arbeitsgemeinschaft	49
VII. Die erfolgreiche Behandlung der Examensangst	51
1. Rationale Betrachtung der Examensangst	52
2. Emotionale Betrachtung der Examensangst	53
VIII. Zusammenfassung	55
IX. Übung	56
Kapitel 2: Die Arbeitsgemeinschaft	57
I. Was Sie am Ende dieses Kapitels erreicht haben	58
II. Die Gründung der AG	58
1. Die AG-Typen	60
2. Die AG-Partner	64
3. Der AG-Vertrag	68
III. Der AG-Plan	70
1. Grundprinzipien	71
2. Erstellen des AG-Plans	76
a) 1. Schritt: Berechnung der zur Verfügung stehen-	
den AG-Wochen	76
b) 2. Schritt: Berechnung der zur Verfügung stehen-	
den AG-Sitzungen	78
c) 3. Schritt: Berechnung der pro Rechtsgebiet zur Ver-	
fügung stehenden AG-Sitzungen	79
IV. Die Durchführung der AG	85
1. Die Vorbereitung der AG-Sitzung als Teilnehmer	85
2. Die Vorbereitung der AG-Sitzung als Leiter	87
3. Der Ablauf der Sitzung	91
4. Die Nachbereitung der Sitzung	93
V. Problemprävention/Kontrolle	94
1. Grundlegendes	94
2. Risk-Management: AG-unabhängige Risiken	95
a) Motivation und Disziplin	95
b) Teilen und Einstecken lernen	97
c) Examensangst und Selbstvertrauen	100
d) Rollenverhalten hinterfragen	101
3. Risk-Management: AG-spezifische Risiken	103
a) Motivation und Disziplin	103
b) Der Umgang miteinander	108
c) Gegen den „Herdentrieb“ kämpfen	109
d) Leistungsunterschiede, Krankheit und Urlaub	110

e) Notbremse	112
4. Feedbackregeln zur proaktiven Problemvermeidung	113
VI. Besonderheiten der AG im Studium	115
VII. Besonderheiten der repetitoriumsbegleitenden AG	116
1. Das Problem	116
2. Tipps und Tricks der Examensvorbereitung beim Repetitor	117
VIII. Besonderheiten der AG begleitend zum Referendariat	118
1. Warum eine AG während des Referendariats?	119
2. Die spezifischen Probleme der AG im Referendariat	120
3. Die Organisation	121
IX. Besonderheiten der AG zur mündlichen Prüfung	122
1. Allgemeines	122
2. Im Öffentlichen Recht	125
3. Im Strafrecht	126
4. Im Zivilrecht	127
X. Zusammenfassung	128
Kapitel 3: Lernen und Wiederholen	133
I. Was Sie am Ende dieses Kapitels erreicht haben	133
II. Die Lernphasen	135
1. Die Lernphasen	135
2. Die Funktionsweise des Gehirns	137
3. Die Funktionsweise des Gedächtnisses	139
4. Effektivität und Effizienz	139
III. Der Lernalltag	141
1. Zeitliche Rahmenbedingungen	141
2. Örtliche Rahmenbedingungen	145
IV. Lernmethoden	149
1. Allgemeines	149
2. SQ3R Active Reading	152
3. Richtig markieren	153
4. Karteikarten und Skripten selbst erstellen	154
5. Fälle lösen	156
6. Allgemeines Gedächtnistraining	157
7. Randnummernmethode/Fragen formulieren	158
V. Effektives Wiederholen	158
1. Wiederholungsmethoden	159
2. Wiederholungszyklen	161

VI. Pausen und Entspannungsmethoden (mit praktischen Übungen)	163
1. Lernerfolg durch Pausen	163
2. Pausengestaltung und Erholungstechniken (mit praktischen Übungen)	165
VII. Zusammenfassung	168
Kapitel 4: Zusammenfassung und Kurzanleitung zum erfolgreichen Examen	169
I. Das Projekt der erfolgreichen Examensvorbereitung	169
1. Der erste Schritt: Die Rahmenbedingungen Ihres Projekts	170
2. Der zweite Schritt: Ihr Lerntyp – ein erster Anhaltspunkt	170
3. Der dritte Schritt: Die richtige Wahl der Vorbereitungsmethode	171
II. Die private Arbeitsgemeinschaft	171
1. Der erste Schritt: Die Gründung	171
2. Der zweite Schritt: Der AG-Plan	172
3. Der dritte Schritt: Die Durchführung und Nachbereitung der AG	173
4. Problemprävention	175
III. Lernen und Wiederholen	177
1. Lernmethoden	178
2. Wiederholungsmethoden	179
Anhang 1: Unser Muster-AG-Plan für das Erste Staatsexamen	181
Anhang 2: Unser Muster-AG-Plan für das Zweite Staatsexamen	193
Anhang 3: Literaturempfehlungen	197
Anhang 4: Checklisten und Lösungen	221
Stichwortverzeichnis	225