

Natascha Miljković
René Merten (Hg.)

Erfolg in Studium und Karriere

Studium



Natascha Miljković
René Merten (Hrsg.)

Erfolg in Studium und Karriere – Studium

Verlag Barbara Budrich
Opladen & Toronto 2017

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen
Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über
<http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten.

© 2017 Verlag Barbara Budrich, Opladen & Toronto
www.budrich-verlag.de

utb-Bandnr. 4770
utb-ISBN 978-3-8385-4774-9

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Satz: Ulrike Weingärtner, Gründau – info@textakzente.de
Umschlaggestaltung: Atelier Reichert, Stuttgart

Inhalt

STUDIUM	6
1. Lernen lernen	7
1.1. Lernort und -situation	7
1.2. Lernmotivation	10
1.3. Vielfältige Lernstrategien	16
1.4. Persönliches Lernportfolio	19
2. Study Life Balance – Ihr Studium und Sie	22
2.1. Bummelstudium oder Wunderwuzzi – Was für ein Studientyp sind Sie?	22
2.2. Studienbedingungen schaffen und akzeptieren	27
2.3. An- und Entspannung – Resilienz durch Balance	31
3. Tipps für gutes wissenschaftliches Arbeiten	36
3.1. Prinzipien der Wissenschaft(lichkeit)	36
3.2. Effiziente Literaturrecherche	39
3.3. Wissenschaftliche Literaturarbeit	42
4. Tipps für wissenschaftliches Schreiben	47
4.1. Vom Thema zur Forschungsfrage – Eine wissenschaftliche Arbeit planen, strukturieren und schreiben	47
4.2. Texte effizient lesen und große Literaturmengen bearbeiten	54
4.3. Aspekte der Wissenschaftssprache	59
4.4. „Pimp your Text!“ – Texte fokussiert überarbeiten und zu einem überzeugenden Endprodukt verfeinern	62
5. Wissenschaftliche Unredlichkeiten und Plagiate vermeiden	66
5.1. Wissenschaftliche Integrität steigern	67
5.2. Spezialfall akademisches Ghostwriting	71
5.3. Spezialfall Plagiate	72
6. Studium done or undone – Studienübergänge sind auch Gänge!	74
6.1. Kurz vor der Zielgeraden – Studienwechsel oder Studienabbruch? ..	75
6.2. Studienabschluss in der Tasche – und nun?	80
Literaturempfehlungen	89
Über die AutorInnen	92

STUDIUM

Natascha Miljković

Das Studium. Einerseits eine freie und bereichernde Zeit: Endlich selbstständig werden, in eine andere Stadt ziehen, neue FreundInnen finden, inspirierende Lehrende hören, spannende Lerninhalte kennenlernen und Prüfungen erfolgreich meistern. Es kann aber auch anstrengende und freudlose Phasen haben, wenn lange Stunden in öden Nebenjob(s), familiäre Verpflichtungen, Erfolgsdruck und Lernprobleme belasten.

In der Theorie ist das Studium ein einfach zu fassender Begriff: Die Zeit von der Anmeldung an einer Hochschule (Immatrikulation), der erfolgreichen Absolvierung eines Curriculums (Studienplan), bis zur bestandenen Abschlussprüfung oder dem erfolgreichen Verfassen einer Abschlussarbeit. Dazwischen liegen sprichwörtliche Welten!

Eigentlich beginnt ein Studium schon mit der Auswahl eines Faches, vielleicht noch während der Schulzeit: Möglichkeiten zur Mobilität und Auslandserfahrungen sind entscheidend für diese Wahl, ebenso die Employability, also die Vermittelbarkeit von AbsolventInnen am Arbeitsmarkt, in manchen Ländern auch die Schulnoten (Numerus clausus) und der Studienstandort.

Noch bevor es an den Studienabschluss geht, gilt es dann auch schon wieder an das „Danach“ zu denken: Will ich noch ein Masterstudium anhängen? Muss ich weitere Kompetenzen erwerben? Welche meiner Kontakte können mir bei der Jobsuche behilflich sein? Wie komme ich an EntscheiderInnen meiner WunscharbeitgeberInnen heran?

In Hauptkapitel II beschäftigen wir uns mit diversen Aspekten des Studiums: Studiertypen werden unter die Lupe genommen, gefolgt von Lerntechniken und dem schriftlichen Zusammenfassen als zwei der größten Herausforderungen für Studierende. Das „Danach“ kommt allerdings auch nicht zu kurz, denn wir besprechen auch die Optionen Studienwechsel, -abbruch und -abschluss.

Mit den eingeschobenen Übungen können Sie Ihre Kenntnisse sofort vertiefen oder Antworten auf Ihre Fragen finden: Um die Übungen rasch zu finden, sind sie mit dem **Stift-Symbol** gekennzeichnet.

Darüber hinaus werden auch Tipps als Denkanstöße und weiterführende Informationen angeboten. Achten Sie daher ganz besonders auf das **Turnschuh-Symbol**, das die Tipps markiert. Wer weitere Unterstützung sucht, wird in den Literaturempfehlungen am Ende des Kapitels fündig.

1. Lernen lernen

(Natascha Miljković)

Zu lernen und neue Dinge zu erleben ist eine biologische Notwendigkeit: Das menschliche Gehirn ist so gebaut, dass es immer lernen muss – vom Fötus im Mutterleib bis ins hohe Alter. Manches lernt man unbewusst und meist auch ohne große Anstrengung (essen, trinken, gehen). Andere Formen des Wissens und Könnens hingegen müssen wir uns erst durch intensive Beschäftigung aneignen (schreiben, tanzen, Auto fahren). Unsere Erlebnisse und Erfahrungen prägen uns dabei im Laufe der Zeit individuell und jede Form von neu aufgenommenener Information trägt zu unserer Persönlichkeitsentwicklung bei.

Wie kann etwas, das so natürlich und einfach für den Menschen ist wie das Lernen, zugleich häufig auch so mühevoll sein? Lernen ist zwar ein natürlicher Vorgang, doch unterschiedliche Arten von Lernstoff brauchen auch unterschiedliche Auf- und Erarbeitung. Es heißt also, strategisch vorgehen! Alle Anstrengungen wären allerdings umsonst, wenn wir uns das Gelernte nicht merken oder bei praktischen Erfordernissen dieses nicht vorzeigen können.

Für einen guten Lernerfolg sind mehrere Faktoren ausschlaggebend:

- Innere (intrinsische) Bedingungen wie eine gute körperliche und seelische Verfassung, hohe Lernmotivation, die individuelle Ausprägung von Lerntypen und das Vorwissen zum jeweiligen Lernstoff
- Das konkrete Lernziel und eine passende Lernstrategie
- Äußere Faktoren wie Lernort, Zeitrahmen und Prüfungsart

1.1. Lernort und -situation

Ausschlaggebend für den Lernerfolg sind nicht nur intrinsische Faktoren, wie zum Beispiel die eigene Lernmotivation oder Lernziele. Diese Faktoren kann man bis zu einem gewissen Grad selbst beeinflussen, meist lohnt es sich allerdings, zunächst bei den äußeren Faktoren anzusetzen und diese so angenehm wie möglich zu gestalten. Ziel ist, die ideale Lernsituation zu schaffen: Diese entsteht, wenn man auf einiges Vorwissen aufbauen kann, sich kompetent fühlt den restlichen, neuen Lernstoff auch noch zu begreifen und ausreichend Zeit hat sich an einem ruhigen Lernort auf die jeweilige Prüfungssituation optimal einzustellen.

Angenehme Lernbedingungen sind nicht lediglich ein „nice to have“ sondern entscheiden wesentlich darüber mit, ob Ihr Lernen nur bemüht oder wirklich erfolgreich ist. Erfährt man beim Lernen eine annähernd ideale Lernsituation immer wieder, steigen das Selbstvertrauen und die Lernmotivation meist von selbst an. Einen passenden Lernort zu finden, ist der erste Schritt dafür.

Störzone Schreibtisch?

Haben Sie beim Lernen öfter das Gefühl, Sie lernen viel und lange, aber der Erfolg ist geringer, als Sie sich für den Aufwand wünschen? Vielleicht lernen Sie doch nicht so intensiv, wie gedacht? Als erstes empfiehlt es sich auf die Suche nach Störfaktoren zu gehen. Ablenkung ist wunderbar ..., aber nur, wenn man sich entspannen will! Gerade beim Lernen ist es eine der schlechtesten Ideen, sich durch äußere Einflüsse stören zu lassen, da Sie nach jeder einzelnen Störung einige Minuten brauchen, um sich erneut zu konzentrieren. Stellen Sie daher als erstes unbedingt Ihr Mobiltelefon und andere technische Geräte lautlos! Ihnen wird auch beim Lernen nichts Wichtiges entgehen, Sie erfahren es sofort nach der Lerneinheit in allen Details und können Anfragen und verpasste Anrufe bearbeiten.



Auch zu viele Dinge um Sie herum können Sie unbewusst ablenken. Die Spurensuche kann beginnen: Setzen Sie sich zu Beginn Ihrer nächsten Lernsituation an Ihren Schreibtisch und sehen Sie sich um, ganz langsam von links nach rechts, dann oben und unten. Zählen Sie danach alle Gegenstände in Reichweite Ihrer Hände: Wie viele Stifte, Spitzer, Textmarker, Büroklammern, Hefte usw. liegen um Sie herum? Wählen Sie jetzt aus all Ihren Utensilien nur die, die Sie unmittelbar zum Lernen brauchen: Lernstoff, Textmarker, Bleistift oder Kuli, Notizblock und/oder Laptop, eventuell Klebezettel und Karteikärtchen. Räumen Sie alles andere auf und direkt um Ihren Schreibtisch in einen Korb oder auf ein Tablett und bringen Sie alles außer Sichtweite in den nächsten Raum. Jetzt können Sie sich voll auf den Lernstoff konzentrieren und werden nicht so leicht abgelenkt!