

Stichwortverzeichnis

A

Abschreiben
126, 158, 316
ADHS 293–294,
300, 302
ADS 293–294, 300, 302
Ähnlichkeits-
hemmung 86
Angst 238–239, 245
Anschauungs-
material 64, 201
Arbeitsgedächtnis 43
Arbeitsmaterial
229, 312, 321
Arbeitsplan 320
Arbeitsplatz 72–73,
75, 78, 108, 224,
288, 309
Arbeitsspeicher 42–43
Aufgabenblatt 225–226
Aufgabenstellung 212,
215, 225, 227, 322
Aufmerksamkeit 89–92,
107, 112, 166, 239,
294, 301, 321
Aufregung 69
Aufsatz 212
Augen-Lerner 57, 156,
166, 266, 276, 313–314
Ausdauer 68
Auswendiglernen 62,
81, 158, 270, 316–317
Autogenes
Training 115, 243

B

Beamer 201
Begriffsbildung 64
Belohnung 99–101, 308
Selbstbelohnung 99
Beobachten 64
Beobachtung 63–64
Beteiligung 138,
143–144, 205–206
Bewegung 162, 166,
279, 287–289, 312, 316

Bewertungsangst 139
Bewusstsein 66, 112
Bibliothek 78–80,
191–192
Bilder 39, 52, 56, 64,
112, 148, 149, 150, 161,
166, 167, 168, 173, 180,
198, 200–201, 266,
276, 314, 317
Biorhythmus 83, 87,
310
Blackout 247–248,
323
Blickspanne 298
Blockade 159, 209, 212,
223, 248, 315
Brainstorming
176–178, 228, 261
Brainwriting 177
Regeln 177
Brainwriting 177, 261
Buch 78, 165–167,
190
Burn-out 291–292

C

Computer 62, 72, 77,
83, 94, 127, 130,
134, 165, 168, 186,
189–191, 196, 198,
201, 206, 265–269,
271, 274, 276–277,
288, 297–299,
311–312, 321

D

Deckblatt 199
Denken 170, 172
divergentes 170
konvergentes 170
kreatives 170
vernetztes 184
Diktiergerät 58, 311,
317
Disziplin 100
Duft 289–291

Dyskalkulie
293, 296, 304

E

E-Book 270–271,
298
Einleitung 195
Einstellung 67, 225,
239, 308, 321
E-Mail 191
Entspannung 114–115,
291, 309
Atemübung 243
Entspannungs-
technik 243
Handkreis-
Methode 244
Meditation 244
Erfahrung 63–64, 66,
171, 239, 246–247
Erfolgserlebnis 101–102,
172, 185, 196, 323
Erfolgstagebuch 101
Erinnerung 239
Ernährung 108, 222,
282–286, 312
Trinken 223
Erziehungsstil 239
Eselsbrücken
159–160, 315
Exkursionen 45, 59
Experiment 60, 64–66,
73, 201, 204, 314
Experte 190–192

F

Facharbeit 174, 178, 184,
186, 189, 193–196,
198–199, 204
Fachbegriffe 186, 196,
199, 225, 316
Farbe 75, 149,
157, 200, 224
Fehler 142, 226
Flow 185
Folie 200–201, 273

Formeln 155, 162, 316
 Fotografieren 167
 Fragen 109, 138,
 140–144, 146,
 177–178, 180, 190,
 203, 206–207, 228,
 232–233, 262, 322
 Fünf-Schritt-Lese-
 technik 120

G

Gedächtnis 42–43, 56,
 126–127, 154, 163,
 174, 256, 266, 268,
 280, 283, 313
 Arbeitsgedächtnis 43
 Kurzzeitgedächtnis 43
 Langzeitgedächtnis
 43, 291
 sensorisches 42
 Gehirn 35, 40–41,
 43–45, 81, 88,
 111–112, 118, 121, 134,
 136, 147, 174–175,
 179, 184, 222, 248,
 280–290, 307, 309,
 311–317, 320
 Gesichtsausdruck 235
 Gespräch 215, 314
 Gewohnheit 66, 84, 286
 Gliederung 188,
 193–195, 206, 208
 Glücksbringer 225
 Grafiken 59, 168,
 198, 234, 314
 Gruppenarbeit 143,
 164–165, 177,
 253–263, 275
 Regeln 257, 259, 262
 Gruppenpuzzle 261

H

Hand-Lerner 152,
 267, 313–314
 Handout 202
 Hausarbeit 49, 126,
 182–186, 193–196,
 198–199, 203–204
 Vorbereitung 186, 189
 Hausaufgaben 41
 Hilfsmittel 74, 101, 288,
 299, 312, 321
 Hinsehen 136
 Hobby 291

Hochbegabung 296–297,
 302–303
 Hörbücher 58

I

Interessen
 90–92, 95–96
 Internet 56, 167,
 190–191, 213, 267, 298

K

Kalender 85, 101, 111
 Kamera 274
 Karteikarten 74, 81,
 126, 127, 129, 150, 154,
 164–165, 166, 185,
 200–201, 249, 277, 316
 Kategorien 44–45, 61,
 63, 184, 311
 Ketten-Methode 164
 Kindheit 245
 Klausur 49, 173,
 174, 185, 195, 214,
 225, 227–228
 Aufbau 227
 Einleitung 229
 Kontrolle 231
 Klebezettel 163, 194
 Kleidung 222
 Kontrolle 175, 199, 212
 Konzentration 68,
 107–112, 114, 184,
 283, 285, 290,
 294, 308–309
 Konzentrations-
 killer 113
 Konzentrations-
 schwäche 293–295,
 300–302
 Körper 112
 Körperhaltung
 136–137, 203, 235
 Kreativität 152,
 169–170, 172, 175,
 180
 Bildassoziation 180
 Hinsehen 172
 Kreativitätskiller
 174
 Phasen 175
 Prozess 175
 Techniken 173, 176
 Voraussetzung 170
 Zufall 178

Kreativitätstechniken
 149, 171, 173–174,
 176–180, 227
 Kritik 186, 245
 Kurzzeitgedächtnis
 42–43, 127

L

Lampenfieber 223,
 237, 243, 321
 Langzeitgedächtnis
 43, 127, 291
 Laptop 141, 269,
 312, 317
 Lebenssituation 90, 97
 Lebensweise 114, 279
 Legasthenie 293, 295,
 297, 299, 304
 Lehrplan 207
 Leistungsnachweis 183
 Lernauffälligkeit 297
 Lernbiografie 53, 171,
 217, 219, 239, 245,
 297, 307, 323
 Lernbox 154–156,
 165, 277, 316
 Lerncoach 114
 Lernen 147, 307
 auditives 57–58, 136,
 158, 166, 266, 274,
 277–278, 313–314
 Computer
 265–266, 271
 Gruppe 253–263, 275
 haptisches
 59–60, 313–314
 in der Gruppe
 164–165, 177
 Portionen 92
 Reihenfolge 209
 vernetztes 147, 314
 visuelles 55–57, 156,
 166, 266, 276,
 313–314
 Lernerfolg 36–37, 45,
 47–49, 52, 58, 66, 69,
 71–72, 79, 81, 86, 92,
 134, 136–137, 157, 216,
 262, 275, 279–280,
 282, 287–289, 299,
 309–310, 312, 317
 Lernerlebnisse 53
 Lerngegenstand 92,
 96

- Lerngruppe
 253–263, 275
 Lernkartei 154–156,
 165, 277, 314, 316
 Lernleistung 69
 Lernmaterial 74, 76, 78
 Lernort 309
 Lernpinnwand 83, 100
 Lernplakat 152–153,
 314
 Lernplattformen 275
 Lernplatz 42, 67,
 73, 75, 78, 80,
 94, 97, 110–111,
 170, 288, 309
 Lernposter 45,
 152–153, 314
 Lernprobleme 293
 Lernprogramm 40, 270
 Lernprozess 35, 64
 Lernring 81
 Lernschwäche 295,
 297
 Lernsituation 114
 Lernstil 63–65
 Denker 64
 Entdecker 64
 Entscheider 65
 Macher 66
 Lernstoff 46, 50,
 92, 315–316
 Lernstörung 297
 Lernstrategien 109,
 147–148, 257, 277,
 307
 Lernthema 92, 118,
 320
 Lerntyp
 Augen-Lerner 55–57
 Ohren-Lerner 57–58
 Tast-Lerner 59–60
 Lernumgebung 110
 Lernzeit 83–86,
 108, 110–111,
 156, 210, 310
 Reservezeit 85
 Zeitbedarf 85
 Lesen 58, 65, 117–124,
 126, 141, 194, 215, 272,
 310, 314, 322
 5-Schritt-
 Lesetechnik 119
 Blickspanne 124
 Lesehilfe 123
 Lesetempo 122–125
 Symbole 130
 Textauswahl 118
 Überschrift 121
 Lese-Rechtschreib-
 Schwäche 293, 295,
 297–299, 304
 Leserunde 262
 Leseschwäche 293, 295,
 297–298, 304
 Licht 74
 Literaturliste 187, 190,
 193, 198–199
 Loci-Technik
 162–163, 315
- M**
 Major-System 161
 Markieren 56, 123, 150,
 200, 233, 322
 Medikamente 242
 Merkspiel 164
 Merkstechniken 170,
 313
 Mikrofon 274
 Mindmap 45, 56, 81,
 121, 148–149, 166,
 189, 201, 209, 217,
 241, 261, 273,
 277, 314
 Mitschreiben 127–129
 Symbole 130
 Mitschrift 76, 128,
 129, 144, 266, 270,
 273–274, 298, 310
 Mnemotechnik 154
 Modelle 59
 Motivation 47, 73,
 78, 90, 93, 96–97,
 101–102, 108, 152,
 184–185, 196,
 218, 242, 256,
 275, 308, 322
 Belohnung 99–100
 Einflussfaktoren 96
 extrinsische 98
 Formen 98–99
 intrinsische 98
 Selbstmotivation
 100
 Vermeidung 99
 von außen 98–99
 von innen 98
 Motivationshelfer
 99–100
- N**
 Nachteilsausgleich 304
 Nervosität 223, 238,
 240–243, 247
 Netbook 269
 Neugier 91, 172, 240
 Note 187
 Notebook 309
 Notfallkoffer 249
 Notizen 76, 123, 130,
 134, 144, 149, 192, 194,
 208, 272, 274, 310
 Nürnberger Trichter
 217
- O**
 Ohren-Lerner 58,
 136, 138, 158, 166,
 266, 274, 277–278,
 313–314, 317
 Ohrstöpsel 110
 Ordner 61–62, 75–76,
 184, 191, 311
 Ordnung 41,
 68, 134, 309
 Organisation 62,
 68–69, 72, 75, 301
 Osborn-Tech-
 nik 177–178
- P**
 Pausen 88, 115, 200, 211,
 224, 230, 281, 292
 PDF-Wandler
 191, 273, 298
 Persönlichkeit 66,
 94, 97, 108, 111,
 171–172, 239, 255
 Offenheit 172
 Pinnwand 74, 83, 150
 Plan B 241
 Poster 56
 Präsentation 143, 178,
 200–202, 261, 273
 Probeklausur 214, 230
 Progressive Mus-
 kelentspannung
 115–116, 243
 Projektmanagement
 226
 Prüfer 232
 Prüfung
 Vorbereitung 320

Prüfungen 49, 112–113, 134, 141, 149, 153, 182, 184–186, 205–208, 212, 215–218, 221–223, 227, 239–242, 244, 246–247, 258, 286, 317, 319–323
 Aufgaben 227
 Begleitung 223–224
 Einstimmung 216–217, 219
 Erfahrungen 219
 Erfolg 205
 Generalprobe 215
 Gespräch 215
 Ideensammlung 227–228
 lesen 233
 mündlich 215–216, 221, 231–232, 234, 236, 248, 323
 Probeklausur 214, 230
 Prüfungs-
 aufgaben 207
 Prüfungsthe-
 men 208, 210
 Reihenfolge 209
 Schluss 235
 schriftlich 214, 221, 225, 230, 322
 Selbstein-
 schätzung 209
 Selbstvertrauen 218
 sprechen 234
 Textbausteine 212
 Vorbereitung 207, 210, 215, 221, 234, 319, 320–321, 323
 Wiederholung 216
 Prüfungsangst 224, 237–241, 245, 247, 319, 323
 Anzeichen 238
 Ursachen 238, 244
 Prüfungsaufgaben 212–213, 321
 Aufgabentyp 213
 Prüfungstag 221
 Prüfungsthemen 206–208, 320
 Prüfungsvorbereitung 206, 209, 213, 215
 Reihenfolge 209

R

Ranschburg 47, 86–87
 Rechenschwäche 293, 296, 304
 Recherche 185, 190, 192
 Rechtschreibpro-
 gramm 198, 299
 Rechtschreibschwäche 299–300, 304
 Rechtschreibung 126, 131, 198, 225, 298
 Referat 41, 49, 118, 165, 182–185, 190, 193, 195, 199, 202–203
 Themenauswahl 187
 Vorbereitung 186, 189
 Regeln 258
 Reihenfolge 86, 226, 227–228, 230, 323
 Reizwort-Methode 178
 Rhetorik 144, 146
 Aufzählung 146
 Beispiele 145
 Gegenargumente 146
 rhetorische
 Fragen 146
 Übertreibung 145
 Vergleiche 145
 Wiederholung 145
 Ringelmann-Effekt 257
 Rollenspiel 158, 201, 216

S

Schlaf 108, 217, 222, 280–282, 291
 Schlüsselbegriffe 150
 Schlüsselwörter 122, 128, 190
 Schreiben 125, 129, 131–132, 149, 156, 158, 163, 177, 185, 195–197, 200, 224–225, 228–229, 299, 311
 Schreibtempo 130
 Textaufbau 132–133
 Textkontrolle 133
 Textkorrektur 134
 Schreibhemmung 212
 Schreibschwäche 293, 295, 297
 Schrift 130, 150, 157, 188, 230
 Schriftgröße 195, 298

Selbsteinschätzung 209
 Selbstgespräche 102, 111, 158, 166, 311
 Selbstkontrolle 212–213
 Beispielthemen 212
 Selbstmotivation 100
 Selbststeuerung 67
 Selbstvertrauen 67, 97, 171, 185, 222, 231, 242
 Seminar 76–77
 Teilnahme 205
 Seminarbeteiligung 135, 137, 140, 144, 146
 Aufgabe lösen 141
 Fragen 138, 140, 142
 Hemmung 139, 144
 Training 144
 Übersetzen 142
 Vorlesen 141
 Wortbeitrag 138
 Zusammen-
 fassung 143
 Seminareinstieg 136
 Seminarunterlagen 211
 Sensorisches
 Gedächtnis 42
 Sicherheit 225
 Sinne 54
 Sinneskanäle 55, 63, 158, 278, 313
 haptisch 152
 Situation 97, 307
 Smartphone 58, 141, 167, 189–190, 214, 231, 270, 274, 311, 317
 Speicher 36, 281
 Spickzettel 151, 153, 217
 Spiel 59, 164–165, 314
 Sport 289
 Sprachbilder 160
 Sprache 40
 Sprechen 58, 142, 158, 166, 311, 316–317
 Stichwörter 81, 128–129, 133, 143, 148–149, 185, 189, 192, 196, 200, 227, 314
 Stichwortliste 121
 Stifte 224

Stoffsammlung 190,
192–193, 214, 227
Storytelling 164
Stress 134, 225
Studie 204
Stundenplan 87, 210,
302
Suchmaschine 314
Symbole 149, 194
Synapsen 41, 287

T

Tabellen 179, 189, 198,
227, 234, 272, 277, 321
Tablet 270, 312
Tageslichtprojektor
200
Tastenschreiben
266–267, 299, 311
Terminposter 83
Textaufbau
Einleitung 228, 230
Hauptteil 228–230
Schluss 230
Textbausteine 212
Textverarbei-
tung 272, 298
Thesen 228
Thesenpapier 202
Trinken 286

U

Übung 111
Ultrakurzzeitgedächtnis
136

Umfeld 71, 89, 94, 97,
171, 239, 309
Umgebung 156, 309
Unterforderung 303
Unterstreichen 123

V

Vergleiche 145
Vernetzt lernen
149, 154, 314
Vokabeln 154–155, 272,
277, 291, 316
Vorbereitung 175,
183, 200–201, 205,
207–208, 225, 231
Vorlesen 141
Vorstellungskraft 315
Vortrag 57–58, 65, 129,
186, 195, 199, 200–201,
202, 203, 314

W

Wahrnehmung 36, 52,
54, 60, 239
Wiederholung 37, 62,
81, 120, 138, 140, 143,
145, 153–154, 156–157,
166, 201, 211, 216,
266, 273–274, 288,
311, 317, 320
Wissensarchiv
45, 52, 147
Wissensfragen 213
Wissensspeicher 53,
316–317

Wörterbücher 52,
74, 80, 124, 179,
197, 276, 299
Wortschatz 124, 316

Z

Zahlen 160–161
Zehnfingersystem 130
Zeit 108, 180, 215, 231,
320
Zeitbedarf 85
Zeitplan 72, 85, 230
Zeitplanung 67, 82,
87, 100, 188–189,
209–210, 223,
226, 320–321
Computer 82
Kalender 82
Lernpinnwand 83
Smartphone 83
Timer 82
Zeitpuffer 210
Ziele 93–97, 99, 101,
144, 183, 207–208, 241,
260, 289, 308, 319–320
Auswahl 94
Zwischenziele 95
Zitate 185, 188, 194, 197,
199–200, 230
Zitieren 126–127,
188, 197, 200
Zuhören 135, 137–138
aktives 137
Zusammenfassung 194,
206, 316
Zusammenhänge 314

