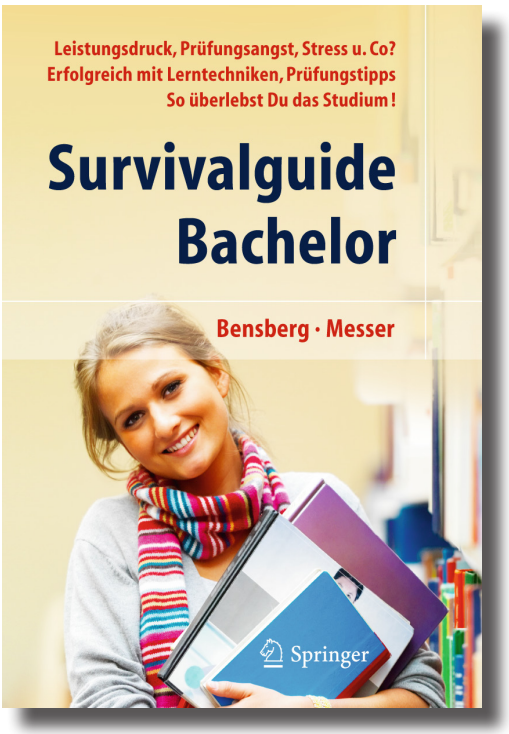
Gabriele Bensberg & Jürgen Messer, Studentenwerk Mannheim

Survivalguide Bachelor

Leistungsdruck, Prüfungsangst, Stress und Co? Erfolgreich mit Lerntechniken, Prüfungstipps ... so überlebst Du das Studium!



Studieren im »Bachelor« hat es in sich: Ständig Prüfungen, überfrachtete Studienpläne, jede Note zählt, mehr Zeitdruck, Studiengebühren! – Du kennst das? Fühlst Dich unter Druck, hast Angst vor der nächsten Prüfung, oder es fällt Dir schwer, Dein Lernpensum zu bewältigen? Dann schau doch mal in dieses Buch, denn es bietet Hilfen für jede Phase des Studiums, von der Zeit kurz vor Studienbeginn bis zu den letzten Prüfungen. Die Autoren kennen alle kleinen und großen Nöte der »Studis« genau, denn sie leiten seit Jahrzehnten sehr erfolgreich eine studentische Beratungsstelle.

Alles drin!

- Wie werde ich fit fürs Studium? Mit Bewegung, Ernährung, Entspannungstechniken, Genuss, Verstärkungstechniken und Selbstgesprächen
- Was hilft beim Lernen? Arbeitsplatz optimieren, Lernpläne erstellen, Zeitmanagement, Lern-/Gedächtnistechniken und Prüfungsstrategien
- Was tun im Notfall? Hilfen bei Motivations- und Konzentrationsproblemen, Prüfungsangst und Schreibblockaden

Gut geschrieben !

- Nicht belehrend, sondern helfend: Die Autoren schreiben in lockerer, verständlicher Sprache
- Mut machend: Das Buch gibt konkreten Rat, baut nach Misserfolgen wieder auf, tritt auch mal »in den Hintern« und verführt zum Lachen
- Mit Merksätzen, Zusammenfassungen sowie einem Bachelor-Quiz und vielen Arbeitsblättern zum Download im Internet

+ONLINE SPECIALS

Mit Online-Arbeitsmaterialien und einem Quiz „Bin ich fit für den Bachelor?“ auf www.springer.com/978-3-642-12855-4.

2011. XIV, 270 S. 58 Abb. Mit online files/update., Softcover ISBN: 978-3-642-12855-4
► € (D) 19.95 **lieferbar**

☐ Bitte liefern Sie gegen Rechnung _____Ex. Bensberg, Messer: Survivalguide Bachelor
ISBN: 978-3-642-12855-4 ► € (D) 19.95

☐ Kreditkarte ☐ Eurocard/Access/Mastercard ☐ Visa/Barclaycard/Bank/Americard ☐ AmEx

Nummer ☐☐☐☐ ☐☐☐☐ ☐☐☐☐ ☐☐☐☐ ☐☐☐☐ Gültig bis: ☐☐☐☐

Springer Customer Service Center
Kundenservice Bücher
Haberstraße 7 , 69126 Heidelberg, Deutschland
Tel: ++ 49 6221 345-4301
Fax: ++ 49 6221 345-4229
E-Mail: orders-HD-individuals@springer.com

Name _____

Abteilung _____

Institution _____

Straße _____

PLZ, Ort _____

Land _____

E-Mail: _____

Datum/Unterschrift

Michael Barton. 09.10.28

€ (D) sind gebundene Ladenpreise in Deutschland und enthalten 7% MwSt; € (A) sind gebundene Ladenpreise in Österreich und enthalten 10% MwSt. Die mit * gekennzeichneten Preise für Bücher und die mit ** gekenn-zeichneten Preise für elektronische Produkte sind unverbindliche Preisempfehlungen und enthalten die landesübliche MwSt. Programm- und Preisänderungen (auch bei Irrtümern) vorbehalten. Es gelten unsere Allgemeinen Liefer- und Zahlungsbedingungen. Zweigniederlassung der Springer-Verlag GmbH. Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Amtsgericht Berlin-Charlottenburg, HRB 91881B. Geschäftsführer: Derk Haank, Martin Mos, Peter Hendriks. Springer ist Teil der Fachverlagsgruppe Springer Science+Business Media.