

▶ Literaturliste zur Selbsthilfe

Thema: Aufschieben

- Münchhausen, Marco von und Aulfes, Gisela (2005). **So zähmen sie ihren inneren Schweinehund: Vom ärgsten Feind zum besten Freund.** Campus Verlag
Preis: 22,00 Euro
- Rückert, Hans-Werner (2004). **Entdecke das Glück des Handelns. Überwinden was das Leben blockiert.** Campus
Preis: 19,90 Euro
- Rückert, Hans-Werner (2011). **Schluss mit dem ewigen Aufschieben: wie sie umsetzen, was sie sich vornehmen.** Campus Verlag
Preis: 18,90 Euro

Thema: Prüfungsangst

- Knigge-Illner, Helga (2010). **Prüfungsangst besiegen: wie sie Herausforderungen souverän meistern.** Campus Verlag
Preis: 18,90 Euro
- Metzsig, Werner und Schuster, Martin (2009). **Prüfungsangst und Lampenfieber: Bewertungssituationen vorbereiten und meistern.** Springer
Preis: 17,90 Euro
- Warnecke, Irene: **Prüfungsangst bewältigen** – ein Trainingsprogramm in 7 Schritten
UTB
Preis: 9,99 Euro
- Walther, Holger (2012). **Ohne Prüfungsangst studieren.** UTB, Stuttgart
Preis: 9,99 Euro

Thema: Effektives Lernen

- Hofmann, Eberhardt und Löhle, Monika (2012). **Erfolgreich lernen. Effiziente Lern- und Arbeitsstrategien für Schule, Studium und Beruf.** Hogrefe-Verlag
Preis: 24,95 Euro
- Stickel-Wolf, Christine und Wolf, Joachim (2011). **Wissenschaftliches Arbeiten und Lerntechniken: erfolgreich studieren – gewusst wie!** Gabler-Verlag, Wiesbaden
Preis: 29,95 Euro

- Compact Redaktion (2005). **Das große Buch der Lerntechniken: Konzentration steigern. Gedächtnis trainieren. Lernstrategien anwenden. Prüfungen bestehen.**
Preis: 7,99 Euro

Thema: Zeitmanagement

- Püschel, Edith (2010). **Selbstmanagement und Zeitplanung** . UTB, Stuttgart
Preis: 12,90 Euro

Thema: Wissenschaftliches Schreiben

- Esselborn-Krumbiegel, Helga (2012). **Richtig wissenschaftlich schreiben. Wissenschaftssprache in Regeln und Übungen.** UTB, Stuttgart
Preis: 12,99 Euro
- Kruse, Otto (2007). **Keine Angst vorm leeren Blatt. Ohne Schreibblockaden durchs Studium.** Campus Verlag
Preis: 14,90 Euro
- Wolfsberger, Judith (2010).). **Frei geschrieben. Mut, Freiheit und Strategie für wissenschaftliche Abschlussarbeiten.** UTB, Stuttgart
Preis: 15,90 Euro

Thema: Stressbewältigung

- Kaluza, Gerd (2007). **Gelassen und sicher im Stress.** Springer-Verlag
Preis: 21,95 Euro

Thema: Promovieren

- Knigge-Illner, Helga (2009). **Der Weg zum Dokortitel. Strategien für eine erfolgreiche Promotion.** Campus-Verlag
Preis: 17,90 Euro