

# Checkliste: Vom leeren Blatt zur fertigen Abschlussarbeit

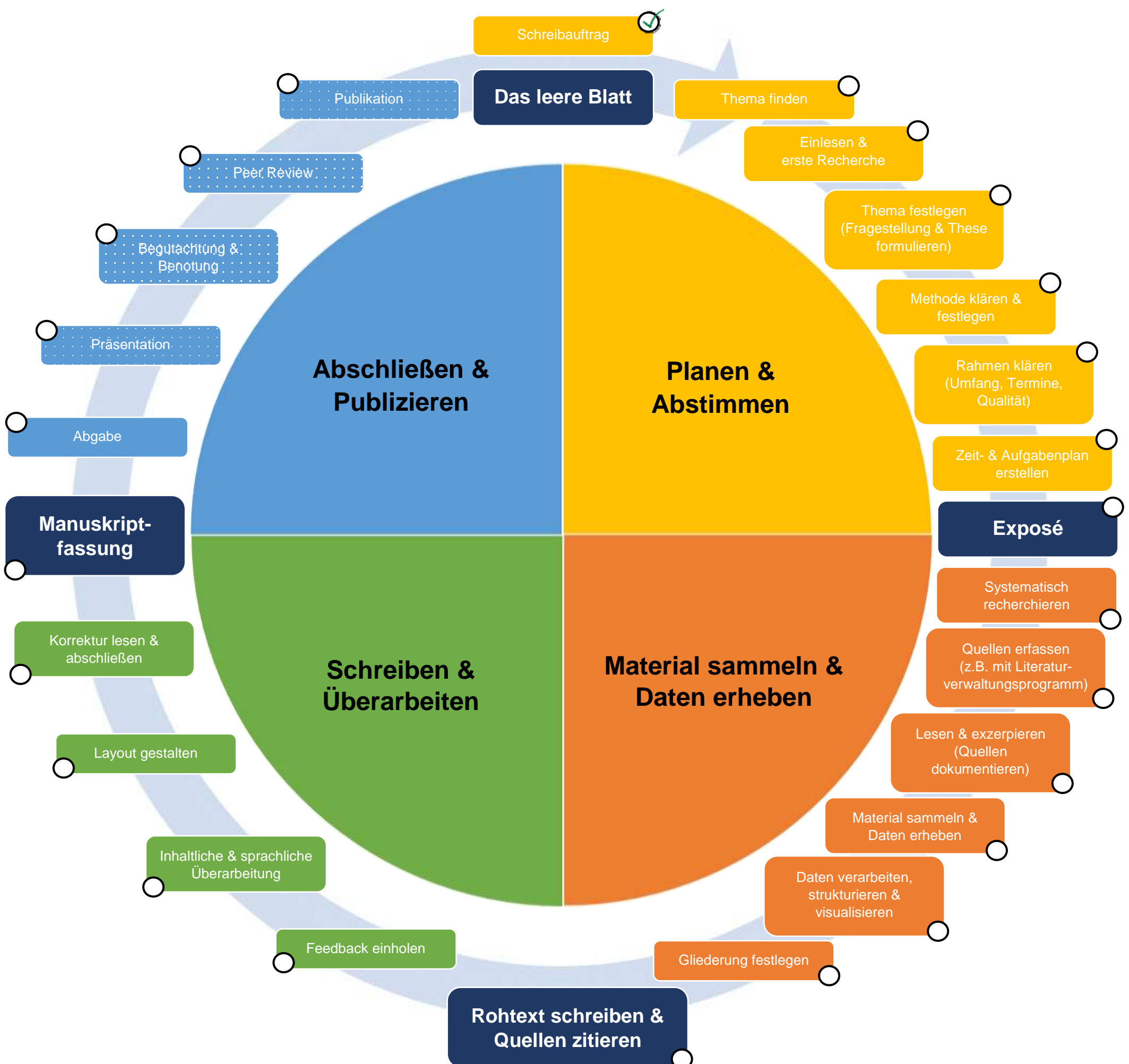
## PLAGIATE VERMEIDEN DURCH GUTES ZEITMANAGEMENT

Wenn Sie gerade zum ersten Mal eine wissenschaftliche Arbeit schreiben, stehen Sie vielleicht vor dem berühmten leeren Blatt und wissen nicht, wo Sie am besten beginnen. Diese Checkliste soll Ihnen helfen sich einen Überblick über die anstehenden Aufgaben zu verschaffen und einen realistischen Zeitplan zu erstellen.

1. Schreiben Sie auf, welche Aufgaben Sie im Rahmen Ihrer Arbeit erledigen müssen.
2. Erstellen Sie einen Zeitplan. Planen Sie dabei auch Puffer und Erholungspausen ein, wie z.B. freie Wochenenden oder auch mal einen kleinen Urlaub.
3. Gibt es Aufgaben, bei denen Sie Unterstützung benötigen? Wenn ja, holen Sie sich diese Unterstützung. Auf der Rückseite haben wir Ihnen eine Liste mit Kursen und Hilfsangeboten an der TUM zusammengestellt.

Tipp: Warten Sie mit Fragen an Ihren Betreuer oder Ihre Betreuerin nicht bis kurz vor der Abgabe, sondern klären Sie diese möglichst frühzeitig. Holen Sie sich immer wieder Rückmeldung für Zwischenschritte, wie die Fragestellung, den Zeitplan, die Gliederung u.ä.

Die verschiedenen Phasen finden nicht immer in dieser Reihenfolge und selten so linear statt, wie es hier den Anschein hat. Häufig laufen Phasen parallel oder müssen mehrfach wiederholt werden. Manche Aufgaben sind für Ihre Arbeit vielleicht auch gar nicht nötig.



## ERSTE HILFE FÜR DIE ABSCHLUSSARBEIT

Es gibt viele Kurse und Hilfsangebote an der TUM, die Sie beim Schreiben Ihrer Abschlussarbeit unterstützen. Hier finden Sie eine beispielhafte Liste möglicher Unterstützungsangebote.

Diese Angebote werden bereitgestellt von der Carl von Linde-Akademie ([CvL](#)), [ProLehre](#), dem Programm *Wissenschaft, Technik, Gesellschaft* des MCTS ([WTG@MCTS](#)), dem Sprachenzentrum ([SZ](#)), dem Studentenwerk ([SW](#)) und der Universitätsbibliothek ([UB](#)).

### ZEIT- UND AUFGABENPLANUNG

- 💡 Zeit- und Selbstmanagement (CvL)
- 💡 Yes, you plan! - Planning tools for a structured exam preparation (ProLehre)
- 💡 Abschlussarbeiten meistern - Mit Plan und Strategie zum Erfolg (ProLehre)
- 💡 Arbeitseinteilung und Lerntechniken (SW)
- 💡 Überblick statt Tunnelblick - Mit Plan durchs Semester für eine entspanntere Prüfungszeit (ProLehre)
- 💡 Effektiver werden – allein und im Team: Mehr Erfolg an der Hochschule, vor allem später im Berufsleben (WTG@MCTS)

### RECHERCHIEREN

- 💡 Informationskompetenz 1 – Online Medien suchen und finden (UB)
- 💡 Informationskompetenz 2 – Recherchestrategie und Datenbanken (UB)
- 💡 Recherchieren, Zitieren, Publizieren (UB)

### LERNTECHNIKEN

- 💡 Arbeitseinteilung und Lerntechniken (SW)
- 💡 Erfolgreich lernen (ProLehre)
- 💡 Moodle-Kurs Lernkompetenz (ProLehre)
- 💡 Study Techniques - Study Smart (ProLehre)
- 💡 Voll konzentriert (CvL)

### LESEN UND EXZERPIEREN

- 💡 Speedreading: Wie Sie Ihre Lesegeschwindigkeit verdoppeln können (WTG@MCTS)
- 💡 „Gesucht – gefunden!“ Effektiv lesen im Studienalltag (ProLehre)
- 💡 Mindmapping: Inhalte erinnern, strukturieren und aufbereiten (ProLehre)

### LITERATURVERWALTUNG UND ZITIEREN

- 💡 Zitieren statt Plagieren (UB)
- 💡 Literaturverwaltung mit Citavi – Basiskurs (UB)
- 💡 Literaturverwaltung mit Citavi Aufbaukurs (UB)
- 💡 Literaturverwaltung mit EndNote – Basiskurs (UB)
- 💡 Literaturverwaltung mit EndNote – Aufbaukurs (UB)
- 💡 Sprechstunde für Literaturverwaltung und Zitieren (UB)

### SCHREIBTRAINING

- 💡 Schreiben Sie sich erfolgreich (CvL)
- 💡 Engineer Your Text! Technical Writing – For People Who Want More (WTG@MCTS)
- 💡 Writer's Lab Scriptorium (WTG@MCTS)
- 💡 Selbst geschrieben, neu gelesen - Eine literarische Schreibwerkstatt (WTG@MCTS)
- 💡 Schreibberatung in Deutsch als Fremdsprache (SZ)
- 💡 English Writing Center (Beratung persönlich und via Skype) (SZ)

### HILFE BEI KONFLIKTEN

- 💡 Coaching-Angebot gegen Lernschwierigkeiten oder Prüfungsblockaden (regelmäßiges Gruppencoaching) ([CvL](#))
- 💡 Einzelcoaching ([CvL](#))
- 💡 Psychosoziale und Psychotherapeutische Beratung ([SW](#))

### STRESSBEWÄLTIGUNG

- 💡 Resilienz: Ihr Weg zur inneren Stärke (CvL)
- 💡 Entspannt Prüfungen bestehen (CvL)
- 💡 Stress lass nach (CvL)
- 💡 Gelassen durch stürmische Zeiten (CvL)
- 💡 Entspannung und Stressbewältigung (CvL)
- 💡 Entspannungstechniken (SW)

### PRÄSENTATIONSTECHNIKEN

- 💡 Kommunikation und Präsentation (WTG@MCTS)
- 💡 Improvisation und Körpersprache (CvL)
- 💡 Haltung entwickeln (CvL)

### MITTEN IN DER KRISE?

Lassen Sie sich nicht entmutigen, Sie sind nicht alleine. So ziemlich jeder hat während seiner Abschlussarbeit die eine oder andere Krise. Manch einer hangelt sich ausschließlich von Krise zu Krise. Lesen Sie hier mehr über die **zehn typischen Krisen, die einem beim Schreiben einer wissenschaftlichen Arbeit begegnen** können – mit Tipps zur Bewältigung!

URL: <https://blog.aristolo.com/10-krisen-dissertation-gegenmittel/>