

# Checkliste: Vom leeren Blatt zur fertigen Abschlussarbeit

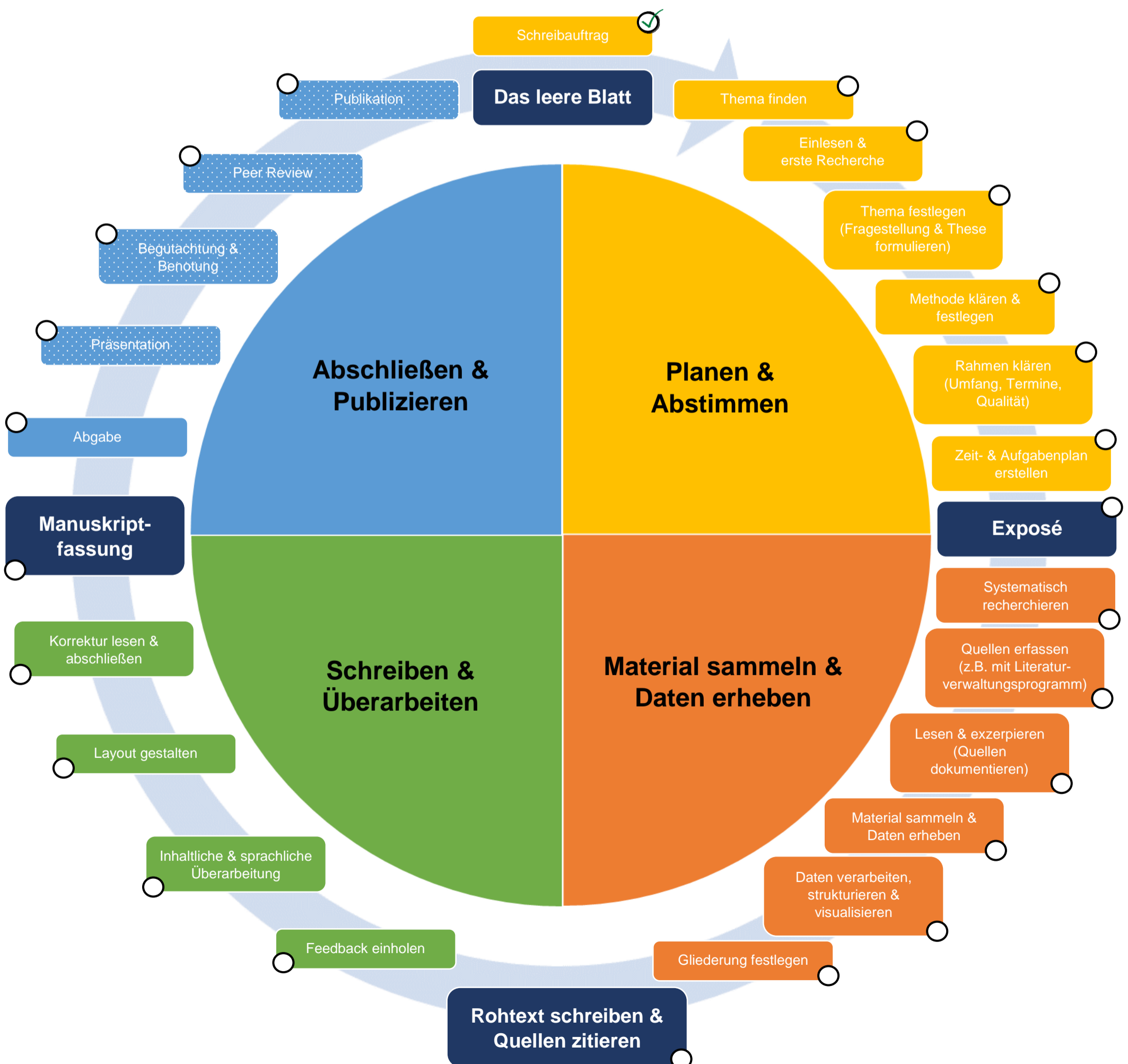
## PLAGIATE VERMEIDEN DURCH GUTES ZEITMANAGEMENT

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. Die Angebote werden bereitgestellt von ProLehre (PL), dem Programm *Wissenschaft, Technologie, Gesellschaft* der School of Social Sciences and Technology (WTG), dem Sprachenzentrum (SZ), dem Studentenwerk (SW), der Universitätsbibliothek (UB), dem Coaching für Studierende (CST) und TUM4Mind.

### ZEIT- UND AUFGABENPLANUNG

- 💡 Abschlussarbeiten meistern: Mit Plan und Strategie zum Erfolg (PL)
- 💡 Die eigene Lernzeit im (Online-)Studium optimieren (PL)
- 💡 Überblick statt Tunnelblick – Mit Plan durchs Semester für eine entspanntere Prüfungszeit (PL)
- 💡 Yes, you plan! – Time management tools for a structured exam preparation (PL)
- 💡 Schluss mit dem Aufschieben (WTG)
- 💡 Zeit- und Selbstmanagement (WTG)
- 💡 Zeit- und Prüfungsmanagement (SW)

### RECHERCHIEREN

- 💡 Literaturrecherche 1 – Tools für Studium (UB)
- 💡 Literaturrecherche 2 – Suchstrategien für Seminar- und Abschlussarbeiten (UB)
- 💡 Kompaktkurs Literaturrecherche für die Dissertation (UB)
- 💡 Sprechstunde Literatursuche für Studierende (UB)

### LERNTECHNIKEN

- 💡 Merktechniken für theoretisches Wissen: Fakten und Zahlen einfach behalten (PL)
- 💡 Lernkompetenz (Moodle-Kurs) (PL)
- 💡 Study Techniques – Study Smart (PL)
- 💡 Lernberatung (PL)
- 💡 Wie wir ticken: Erfolgreich lernen mit System, Strategie und Spaß (PL)
- 💡 Lerntechniken und Prüfungsvorbereitung (SW)

### LESEN UND EXZERPIEREN

- 💡 Struktur statt Durcheinander: Lerninhalte mit mentalen Landkarten aufbereiten (PL)

### LITERATURVERWALTUNG UND ZITIEREN

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

### SCHREIBTRAINING

- 💡 Engineer Your Text! (WTG)
- 💡 Schreiben Sie sich erfolgreich (WTG)
- 💡 Wissenschaftlich kommunizieren (WTG)
- 💡 Writer's Lab Scriptorium (WTG)
- 💡 English Writing Center (Beratung persönlich und via Zoom) (SZ)
- 💡 Schreibberatung in Deutsch als Fremdsprache (SZ)

### HILFE BEI KONFLIKTEN

- 💡 Lern- und Prüfungscoaching als Einzel- oder Gruppencoaching (CST)
- 💡 Arbeitsklima statt Unwetterwarnung: Konflikte selbstwirksam lösen (PL)
- 💡 Psychotherapeutische und Psychosoziale Beratung (SW)

### STRESSBEWÄLTIGUNG

- 💡 Mental ins Ja – Motivationsstrategien to go! (PL)
- 💡 Entspannt Prüfungen bestehen (WTG)
- 💡 Ressourcentraining: eigene Stärken erkennen und wirkungsvoll einsetzen (WTG)
- 💡 Stark durchs Semester: Ziele erreichen und die eigene Gesundheit im Blick behalten (WTG)
- 💡 TK-Mentalstrategien: stressfreier durch Studium (WTG)
- 💡 Stressmanagement und Entspannung (SW)

### PRÄSENTATIONSTECHNIKEN

- 💡 Gekonnt präsentieren (PL)
- 💡 Keine Angst vor der Angst (WTG)
- 💡 Kommunikation und Persönlichkeit (WTG)
- 💡 Kommunikation und Präsentation (WTG)
- 💡 Selbstwahrnehmung, Improvisation und Körpersprache (WTG)
- 💡 Sprecherziehung für den Uni-Alltag (WTG)
- 💡 Standing, Voice and Communication – für Frauen (WTG)
- 💡 TUM Speakers Corner: Präsentationsübungsraum (UB)

### MITTEN IN DER KRISE?

Lassen Sie sich nicht entmutigen, Sie sind nicht alleine. So ziemlich jede/r hat während der Abschlussarbeit die eine oder andere Krise. So manche/r handelt sich ausschließlich von Krise zu Krise. Lesen Sie hier mehr über **zehn typische Krisen, die beim Schreiben einer wissenschaftlichen Arbeit auftreten** können – mit Tipps zur Bewältigung!