

Tim Nießner

Der Zeugnis- retter

Wie du gechillt durch die Schule
kommst, ohne groß zu lernen

VERSETZUNG
(UN)GEFÄHRDET

Leistung	befriedigend	Haushalt	ausreichend
Mathematik	befriedigend	Betriebswirtschaftslehre	gut
Deutsch	gut	Geographie	ausreichend
Englisch	gut	Wirtschaft und Recht	gut
Französisch	ausreichend	Sozialkunde	befriedigend
Latein	ausreichend	Sozialwesen	ausreichend
Religion	ausreichend	Sport	ausreichend
Informatik	befriedigend	Musik	ausreichend
Physik	ungenügend	Kunst	ausreichend
Chemie	befriedigend		
	gut		

mvgverlag 

**SPIEGEL
Bestseller**

Tim Nießner

**Der
Zeugnis-
retter**

Tim Nießner

Der Zeugnis- retter

**Wie du gechillt durch die Schule
kommst, ohne groß zu lernen**

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Für Fragen und Anregungen:

info@mvg-verlag.de

1. Auflage 2021

© 2021 by mvg Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Türkenstraße 89

D-80799 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Die gewählte männliche Form bezieht sich immer zugleich auf weibliche, männliche und diverse Personen. Auf konsequente Mehrfachbezeichnung wurde aufgrund besserer Lesbarkeit verzichtet.

Redaktion: Julia Jochim

Umschlaggestaltung: Manuela Amode

Umschlagabbildung: Shutterstock.com/carmen2011, Olga Donskaya, PrasongTakham

Layout und Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN Print 978-3-7474-0300-6

ISBN E-Book (PDF) 978-3-96121-667-3

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-96121-668-0

Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

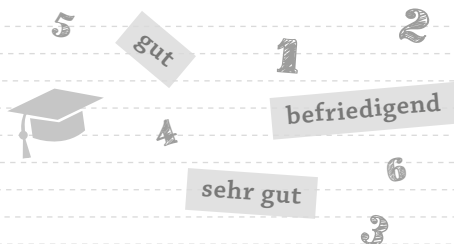
www.mvg-verlag.de

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter www.m-vg.de

Inhalt

Einleitung	7
Motivation.....	11
Entscheidende Konzepte, die du verstehen musst.....	31
Die Phasen.....	47
Phase 1.....	49
Die Woche, in der du Phase 1 bestehst	77
Phase 2	81
Die Woche, in der du Phase 2 bestehst.....	103
Phase 3.....	105
Die Woche, in der du Phase 3 bestehst	131
Last Minute: Wie du es schaffst, innerhalb von vier Wochen von der 5 runterzukommen und nicht sitzen zu bleiben.....	133
Ausblick auf die Zukunft: Was du werden kannst.....	141

Einleitung



Hi,

ich bin Tim, 18 Jahre alt und Schüler wie du. Mein Ziel ist es, dir zu zeigen, wie du in der Schule ohne viel Aufwand besser werden und dein nächstes Zeugnis retten kannst. Du denkst, so was ist unmöglich? Okay, dann hör mir genau zu:

Ich bin in der 13. Klasse und sitze derzeit von Montag bis Freitag zwischen 8 und circa 15 Uhr in einem Klassenraum in meiner Schule. Da ich bald Abi schreibe und die Lehrer sich so verhalten, als würde ihnen das erst jetzt klar werden, ziehen diese extrem durch, was mich nervt. Das Gefühl kennst du bestimmt auch – egal, in welcher Klasse du gerade bist.

Du merkst wahrscheinlich schon, ich bin nicht irgendein Streber, der es liebt, in die Schule zu gehen. Das hängt vor allem damit zusammen, dass ich lange Zeit schlecht in der Schule war. In der Grundschule gehörte ich immer zu den schlechteren Schülern und war in der vierten Klasse mit einem 2,6er-Schnitt der Einzige meiner Geschwister, der nur eine Realschulempfehlung bekam. Letzt-

lich ging ich dann auf die Gesamtschule in meiner Nachbarstadt, um noch die Chance zu haben, ein weit entferntes Abi zu machen. In der fünften und sechsten Klasse sah es aber eher so aus, als würde ich dieses Ziel nicht erreichen. Ich wurde immer schlechter ... Am Ende der sechsten Klasse hatte ich einen Schnitt von 3,0. Da dachte ich mir: »Du bist jetzt kein guter Schüler, aber soo schlecht bist du nun auch nicht.« Ich nahm mir am gleichen Tag vor, im folgenden Jahr alles zu geben, um diesen Trend umzudrehen und wieder auf einen Schnitt von 2,6 zu kommen, wie in der vierten Klasse. Mein Ziel war es auch, mit diesem Schnitt mein Abi zu machen.

Am Ende der siebten Klasse hatte ich mein Ziel nicht erreicht, sondern ich war weit darüber hinausgeschossen! Ich hatte mich von 3,0 auf 1,9 verbessert! Seitdem bin ich in der Schule immer besser geworden und und gehöre jetzt zu den Besten in meinem Jahrgang. Trotzdem kann ich mich noch sehr gut daran erinnern, wie es ist, nicht zu den Besten in der Schule zu gehören, und ich habe definitiv nicht wegen meiner guten Noten angefangen, die Schule zu lieben. Aber ich sehe sie als wichtigen Schritt auf dem Weg zu meinem Traumleben (dazu später mehr).

Sehr wahrscheinlich bist du gerade nicht so gut in der Schule (vielleicht hast du vor ein paar Wochen ein schlechtes Zeugnis nach Hause gebracht) und bist auch nicht soo unglaublich motiviert, dieses Buch zu lesen, weil du erstens kein Streber bist und auch keiner werden willst und dich zweitens Schule nicht wirklich juckt.

Wenn das auf dich zutrifft, solltest du die nächsten Zeilen extrem aufmerksam lesen, denn wir beide können einen Deal machen. Ja, du hast richtig gehört: einen Deal!

Auf den paar Seiten, die dieses Buch hat, werde ich dir Tipps und Tricks zeigen, wie du OHNE 24/7 zu lernen und OHNE von deinen Freunden als Streber oder Schleimer abgestempelt zu wer-

den (eher das Gegenteil), schnell besser in der Schule wirst und dein nächstes Zeugnis rettest. Du wirst WENIGER Stress mit deinen Lehrern und deinen Eltern haben, dich persönlich WEITER-ENTWICKELN und eine GROSSE Chance haben, später ein richtig geiles Leben zu leben. Und das alles, indem du in der Schule CLEVER aktiv wirst!

Ziemlich hohe Versprechen, oder? Ich weiß! Aber die Tipps und Tricks, die du in diesem Buch erfahren wirst, sind keine x-beliebigen krummen Theorien, die ich mir irgendwann nach einer Party auf dem Nachhauseweg ausgedacht habe. Ganz im Gegenteil: Ich habe vor drei Jahren angefangen, fast 100 der besten Schüler Deutschlands stundenlang zu interviewen. Die Hauptfrage war: »Was muss ich tun, um schnell besser in der Schule zu werden?« Und ihre Antworten haben mich komplett umgehauen. Meine Sicht aufs »in der Schule besser werden« hat sich um 180 Grad gedreht. Ich hätte nie gedacht, dass es so viele Tricks gibt.

»Toll«, denkst du jetzt vielleicht, »was sollen mir die Tipps von irgendwelchen Genies helfen, die eh nicht lernen müssen?« Keine Angst, auch wenn natürlich ein paar Genies unter diesen Topschülern waren, kamen die meisten und besten Tipps von denen, die durchschnittlich intelligent waren und die durch die Anwendung von Tipps und Tricks gut in der Schule wurden. Die Hauptaussage aus allen Interviews war: Reines Lernen hat nur einen kleinen Einfluss auf den schulischen Erfolg. Andere Faktoren sind mindestens genauso wichtig. Das heißt, dass du nur an ein paar kleinen Stell-schrauben drehen musst, um besser zu werden und deine nervigen Eltern zufriedenzustellen, die möchten, dass du besser in der Schule wirst und im nächsten Halbjahr ein besseres Zeugnis hast.

Zurück zu unserem Deal: Ich verspreche dir, dass all das, was ich gerade beschrieben habe, bei dir eintreffen wird, wenn du 1. dieses Buch aufmerksam durchliest und 2. die Tipps und Tricks aus

den Phasen (was das ist, erfährst du im Laufe des Buches) in deinem Schulalltag anwendest. Haben wir einen Deal? Wenn ja, unterschreib unten neben meiner Unterschrift – und lass uns zusammen durchstarten!

A handwritten signature in black ink that reads "Tim Nießner". The signature is written in a cursive style with a prominent 'N' and 'B'. It is positioned above a horizontal line.

Tim Nießner



Du



Motivation

Okay: Das Allerwichtigste, noch bevor wir mit den Tipps und Tricks anfangen, ist die Motivation. Warum ist das so? Im Moment ist deine Motivation in puncto Schule sehr wahrscheinlich extrem gering. Wenn wir das nicht ändern, bringen dir all die Tipps und Tricks, die ich dir beibringen möchte, null. Ganz einfach, weil du nicht motiviert sein wirst, diese anzuwenden, weil dich dein Erfolg oder Misserfolg in der Schule gerade noch nicht juckt. Wie können wir das ändern?

Es gibt gefühlt mehr Motivationsstrategien als Menschen auf dieser Welt. Motivation ist das neue Abnehmen: Es gibt Millionen von YouTube-Videos, Blog-Artikeln, Selbsthilfebüchern und Zeitschriften, in denen die allerneuesten Strategien veröffentlicht werden, die versprechen, dass man innerhalb weniger Sekunden bis zu den Fingerspitzen voller Motivation ist. Es wird mit Wörtern wie »Purpose«, »Life Task« oder »Meaning« nur so um sich geworfen.

Die meisten dieser Strategien funktionieren aber nicht oder haben irgendeinen Haken. Genauso wie Diäten. Deswegen würde

ich vorschlagen, dass wir in diesem Wirrwarr, wie beim Abnehmen, einfach zu den Basics zurückgehen. Beim Abnehmen sind die Basics, dass man ein Kaloriendefizit braucht (man muss weniger Kalorien essen, als der Körper benötigt, damit er die Fettreserven angeht), um abzuspecken. Daran führt kein Weg vorbei. Bei der Motivation sind die Basics, dass man ein Ziel braucht, welches einem so wichtig ist, dass man gewillt ist, sich dafür anzustrengen – auch wenn es nicht immer leicht ist. So einfach ist es!

In diesem Kapitel werde ich dir zeigen, wie du dieses Ziel findest und keine Motivationsprobleme mehr haben wirst, montagsmorgens aus dem Bett zu kommen.

Wie soll dein Leben nach dem Schulabschluss aussehen?

Je älter du bist, desto häufiger wird dir die Frage gestellt: »Was möchtest du nach der Schule machen?« Extrem viele Schüler verdrängen diese Frage (was ich irgendwie auch ein bisschen nachvollziehen kann), denn irgendwann nervt es, wenn man auf jeder Familienfeier von zehn Leute diese Frage gestellt bekommt. Leider gibt es aber deshalb für extrem viele Schüler später im letzten Schuljahr ein böses Erwachen, weil sie dann gezwungen sind, sich kurzfristig über ihre Zukunft Gedanken zu machen. Da werden dann aus Zeitnot häufig falsche Entscheidungen getroffen.

Man sollte sich das also schon rechtzeitig überlegen, aber ich finde persönlich, dass die Frage eigentlich viel zu kurzfristig und eingeschränkt ist. Es geht nur um einen Zeitraum von drei bis fünf Jahren nach deinem Abschluss, die Zeit, in der du deine Ausbildung oder dein Studium machst. Was du den Rest deines Lebens machst,

muss mit dieser Ausbildung gar nichts mehr zu tun haben – die Zeiten, in denen man im selben Betrieb in Rente geht, in dem man gelernt hat, und ein Leben lang den gleichen Beruf macht, sind nun wirklich vorbei. Warum denkt man nur in so kleinen Zeiträumen? Nach der Ausbildung wirst du noch 50 bis 70 weitere Jahre leben. Warum wird man nicht gefragt, was man in den nächsten 40 oder 50 Jahren machen will?

Natürlich musst und kannst du jetzt nicht mit 100-prozentiger Sicherheit wissen, was du in 50 Jahren machen wirst. Aber eine ungefähre Idee, eine Vorstellung, was du aus deinem Leben machen möchtest, solltest du unbedingt haben. Ein Großteil aller Jugendlichen hat das nicht.

Kennst du noch den supercoolen Begriff YOLO? Er ist recht schnell aus der Jugendsprache verschwunden, und viele haben seine Bedeutung auch schnell vergessen, auch wenn sie extrem wichtig ist. Für die jüngeren Leser: YOLO heißt »You Only Live Once«, also »Du lebst nur einmal«. Wenn du dir bewusst machst, dass du nur ein Leben hast und gelebte Zeit nicht zurückbekommst, möchtest du da nicht auch eher mit einem Plan durch dein Leben gehen? Wenn du 30 Tage kostenlos Netflix testen möchtest und weißt, dass du danach wieder aussteigst, überlegst du dir ja auch, welche Serien und Filme du innerhalb dieses begrenzten Zeitraums gucken möchtest, und machst dir einen Plan.

Dieses Bewusstsein für den Wert der eigenen Zeit oder die Endlichkeit des eigenen Lebens hat die große Mehrheit der Menschen nicht. Guck dich morgen mal in deiner Klasse oder auch mal draußen auf der Straße um. Sehen die Menschen so aus, als hätten sie bewusst ihr Leben geplant, sodass sie jeden Tag etwas machen, was für sie wichtig ist und was sie glücklich macht, oder sehen die meisten so aus, als würden sie wie Zombies aus *The Walking Dead* schlafwandeln?

Wie du dein eigenes Leben designen kannst

Ja, es stimmt: Du kannst zum Designer deines eigenen Lebens werden! Du fragst dich jetzt bestimmt: »Was soll das denn bedeuten?! Meint der, dass ich mein Aussehen, zum Beispiel durch Haarfärben, verändern kann?« Ehm, nicht ganz. Ich meine damit, dass du wirklich planen und entscheiden kannst, wie dein Leben aussehen soll und was du für ein Mensch wirst.

Wie? Zuerst musst du dir klar darüber werden, wie dein bestmögliches Leben aussehen soll. Ist es dir wichtig, viel Geld zu verdienen und ein luxuriöses Leben zu haben, auch wenn das lange und stressige Arbeitszeiten bedeutet? Oder möchtest du so wenig wie möglich arbeiten, eher den Fokus auf deine Freizeit legen und einen niedrigeren Lebensstandard in Kauf nehmen? Was für einen Freundeskreis möchtest du haben und welche Schulfreunde sollen Freunde fürs Leben werden? Was für einen Partner möchtest du in deinem Leben haben? Möchtest du Kinder und wenn ja, wie viele? Welche Hobbys möchtest du haben? Welche Träume und Ziele möchtest du verwirklichen (zum Beispiel Marathon laufen, den Mount Everest besteigen, eine Schule in Afrika bauen et cetera)? Wo möchtest du leben (Land, Klima et cetera)?

Aufgabe 1

Um alle diese Fragen zu beantworten und so Stück für Stück dein Traumleben zu designen, würde ich dir empfehlen, dich am Wochenende einfach mal an deinen Schreibtisch zu setzen, alle diese Fragen als Startpunkt zu nehmen und dann dein Traumleben so klar wie möglich schriftlich festzuhalten. Nimm dir dafür Zeit und stelle dir mehrmals die Kernfragen; gewisse Wünsche und Vorstellungen brauchen ein bisschen, bis sie hervorkommen.