

## „Aller Anfang ist schwer“ – die Suche nach einem Thema

Zur Themenfindung können Sie Ihre Materialien durchsehen, mit denen Sie sich während Ihres Studiums beschäftigt haben. Suchen Sie sich ein Thema heraus,

- das Sie interessiert,
- mit dem Sie sich über einen längeren Zeitraum intensiv befassen möchten,
- zu dem Sie idealerweise bereits Vorwissen haben und
- dessen Bearbeitung für Ihr weiteres Studium bzw. Ihr Berufsziel nützlich sein könnte.

Das Thema Ihrer Bachelor- / Masterarbeit sollte nicht „zu weit“ formuliert sein, wie z. B. „Der Einfluss der Genetik, der Ernährung und des Lebensstils auf die Prävention und die Therapie von Adipositas“ oder „Ist vegetarische Ernährung gesund?“.

Einen guten Einstieg zur Themenfindung stellt die Literaturrecherche dar. Während man Artikel sichtet und weitere sucht, bekommt man einen guten Überblick über ein Thema und sämtliche Aspekte, die Gegenstand Ihrer Thesis sein können. Review-Artikel (Übersichtsartikel), aber auch Bücher und Buchkapitel, können bei der ersten Recherche einen guten Überblick über ein Thema geben und können bei der Formulierung einer Fragestellung hilfreich sein.

Bitte überprüfen Sie Ihren Themenvorschlag unbedingt mit bereits vorhandener Literatur. Führen Sie dazu eine Literaturrecherche, z. B. mit Pubmed, durch und prüfen Sie den Umfang der angegebenen Literaturstellen (zu viele bzw. zu wenige Treffer deuten auf eine unpräzise bzw. zu präzise Fragestellung hin).

Beispiel: Das Thema „Krebs und Ernährung“ ist zu unpräzise formuliert, das Thema „Der Zusammenhang zwischen Ballaststoff-Zufuhr und Dickdarmkrebs“ ist besser geeignet.

Bitte legen Sie den Fokus bei der Literaturrecherche – und später auch in Ihrer Arbeit – auf Humanstudien. Verwenden Sie Tier- und Zellkulturstudien nur,

- wenn keine Humanstudien zu Ihrem Thema vorliegen,
- wenn sie zur Erklärung von Mechanismen o. ä. notwendig sind,
- wenn Sie die Studie/n in Ihre Arbeit einbringen möchten, da sie wegweisend zur Beantwortung Ihrer Fragestellung ist/sind.

Eine gute Vorbereitung und ein gutes Konzept ersparen Ihnen oft spätere Probleme beim Schreiben der Arbeit.

Hier finden Sie relevante Datenbanken:

- Pubmed  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/> (17.12.2025)
- JUSTfind  
<https://justfind.hds.hebis.de/> (17.12.2025)
- Cochrane Library  
<https://www.cochrane.de/de/cochrane-library> (17.12.2025)