

Prüfung
Bitte nicht
stören!

Die letzten Instruktionen vor der Prüfung!

Noch ein paar mal ein- und ausatmen, einen Kontrollblick auf die Uhr, und dann kann es losgehen!

Wenn du in das Zimmer deines Prüfers eintrittst, erwartet dieser von dir, dass du ihn und seinen Beisitzer anständig begrüßt. Blicke ihnen dabei in die Augen. Auch dein Outfit sollte der Prüfungssituation entsprechend angepasst sein!

Tip: Trete selbstsicher auf!

Du solltest versuchen, einen selbstsicheren Eindruck bei dem Prüfungsgremium zu hinterlassen. Dazu gehört, dass du laut und deutlich sprichst. Am Besten, du verleihst deinen Antworten noch mit passender Mimik und Gestik Nachdruck. Übertreibe aber nicht! Versuche nicht, mit Fachwörtern aufzutrupfen, wenn du über deren Bedeutung unsicher bist. Damit kannst du dir schnell Eigentore einhandeln.

Tip: Versuche, dein Wissen anzubringen!

Lenke das Prüfungsgespräch auf Wissensgebiete, bei denen du dich sicher fühlst und wo du einen souveränen Eindruck bei deinem Prüfer hinterlassen kannst. Gerade bei umfangreichen Fragen bietet sich an, dass du bei deiner Antwort weiter ausholst: Erzähle, in welchem Gesamtzusammenhang das gefragte Thema eingebettet ist und leite langsam zum eigentlichen Thema über. So merkt der Prüfer, dass du nicht nur Fakten auswendig gelernt hast, sondern das Thema tatsächlich verstanden hast. Außerdem vergeht Zeit und die Wahrscheinlichkeit, dass der Prüfer eine Wissenslücke bei dir aufspürt verringert sich. Besonders schlau ist, eine Antwort mit vorher einstudierten Schlüsselbegriffen zu beenden, um weitere Fragen zu diesen Begriffen zu provozieren.

Tip: Bei Wissenslücken reagieren, nicht schweigen!

Selbst wenn man gut auf eine Prüfung vorbereitet ist, kann es passieren, dass der Prüfer gerade in einem Wissensgebiet herumstochert, das man nicht optimal beherrscht. Nichtsdestotrotz: Die Welt geht dabei nicht unter, mach dich nicht verrückt deswegen! Mache das Beste aus der Situation: Falle nicht in entsetztes Schweigen und blicke ängstlich, entgeistert und verstört in die Gesichter des Prüfungsgremiums. Versuche, die Situation zu meistern, indem du beispielsweise nach einer Gedankenpause mit einer Gegenfrage reagierst: Könnten Sie die Frage nochmals anders formulieren? Es besteht auch die Möglichkeit, an einen Punkt anzuknüpfen, der zum Thema gehört. Spinne deine Gedanken weiter. Der Prüfer gibt dir vielleicht genau die Hilfestellungen, die du brauchst. Hier ist es besonders wichtig, dass du genau den Gesichtsausdruck deines Prüfers verfolgst. Reaktionen wie Nicken oder Lächeln geben dir Sicherheit, dass du auf der richtigen Spur bist.

Tip: Blackout vermeiden!

Solltest du tatsächlich einen Blackout haben, bitte höflich um eine kurze Auszeit, ob das Fenster geöffnet werden kann. Ein Blackout in der Prüfung hängt oft mit einer Unterzuckerung zusammen. Wenn du in der Früh recht viel Süßes gegessen hast, wird das Hormon Insulin ausgeschüttet: Die Folge ist, dass dein Blutzuckerspiegel bald sinkt und deine Leistungsfähigkeit abnimmt. Am Besten, du isst eine Banane oder nimmst kontinuierlich (wichtig) Traubenzucker zu dir.

Tip: Akzeptiere deine Nervosität!

Nervosität vor einer Prüfung ist ganz normal. Versuche, besonders lange auszuatmen. Das entspannt!

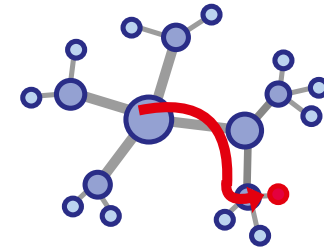


Abb.1: Wissensstruktur: blaue Kreise bedeuten gelernte Information, roter Kreis bedeutet gefragte Information, Striche bedeuten Zusammenhänge, roter Pfeil bedeutet Weg der Argumentation in der Prüfung. Du kannst in der Prüfung dein Wissen anbringen, indem du deine Antwort mit einem Hauptgliederungspunkt einleitest, Zusammenhänge erklärst und schließlich die gefragte Information nennst. Vorteil: Diese Antworten lassen sich vor der Prüfung schon einstudieren.

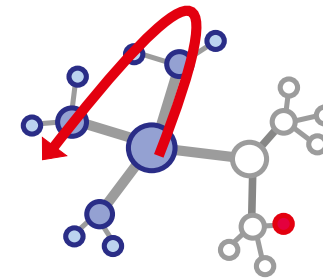


Abb.2: Wissensstruktur mit Wissenslücken (weiße Kreise). Eine mögliche Strategie, wenn bei einer Prüfung eine Information gefragt wird, die man nicht gelernt hat, der Zusammenhang des Stoffgebiets aber bekannt ist, zeigt der rote Pfeil: Erkläre, zu welchem Hauptthema die gefragte Information gehört, decke wesentliche Zusammenhänge auf. Der Prüfer gibt eventuell Hilfestellungen. Das ist auf jeden Fall besser als Schweigen oder zu sagen: Weiß ich nicht. Wenn du aber tatsächlich völlig blank bist, dann bitte lieber um eine neue Frage!