

Prüfungspanik

Beitrag von „Melosine“ vom 4. Oktober 2007 13:21

Hallo Webe,

ich kenne diese Prüfungsangst auch, hab's aber trotzdem geschafft, mehrere wichtige Prüfungen in meinem Leben zu bestehen. Und du schaffst es auch!

Ganz wichtig finde ich, dass du am Abend vor der Prüfung irgendwann abschaltest und nicht unbegrenzt versuchst, weiter zu lernen.

Setz dir ein zeitliches Limit, z.B lernst bis 20 Uhr und guckst dann einen blöden Film oder ne Serie (ich weiß noch ganz genau, dass ich am Vorabend meines 2. Staatsexamens "Hinter Gittern" geguckt habe 🙄 - sonst nie, aber an dem Abend hat es mich wirklich abgelenkt) oder du gehst spazieren, trinkst ein Glas Wein, telefonierst mit Freunden, o.ä.

Sag dir, dass es andere auch schon geschafft haben.

Meine Entwürfe schienen mir übrigens auch nicht perfekt zu sein. Letztlich ist auf die kein Prüfer näher eingegangen. Sie waren absolut zweitrangig.

Prüfungen schön zu finden, habe ich noch nicht geschafft. Aber leider muss man da durch, wenn man eine bestimmte Qualifikation erreichen möchte.

Ich drücke dir die Daumen!

LG

Melo