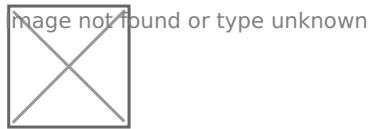


Was tun gegen Aufregung - Prüfung?

Beitrag von „Dalya“ vom 6. Dezember 2005 20:26



Ich brauch da nicht mal eine Kassette bzw. ein Hörspiel. Bei mir reichen in der Regel die ersten 30 Sekunden. Wenn ich 15 Minuten davon mitbekomme, bin ich gut. Das beste Schlafmittel der Welt!!!!

Ansonsten tief Luft holen, mal was Nettes zwischendurch machen zur Ablenkung und in der Prüfung nicht die Nerven verlieren. Vorher geh ich auch immer die Wände hoch. Aber in der Prüfung ist es egal, wie viele drin sitzen. Da sind in der Regel nur noch meine Schüler wichtig



Liebe Grüße,

Dalya