

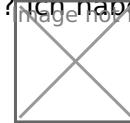
(unnötige) Prüfungs"panik"-´ - Nichts geht mehr...

Beitrag von „Schmeili“ vom 28. Januar 2007 18:48

Kennt ihr das?

Es geht auf eine (bei mir 2. StEx) Prüfung zu und auf einmal geht nichts mehr??? Ich habe am

[Image not found or type unknown]



Ich

07.02. Prüfung und ich bekomme meine Entwürfe einfach nicht geschrieben
denke dauernd, das geht nicht und dies geht nicht. Als ob ich noch nie ne Lernausgangslage, Sachanalyse oder sonstige Analysen geschrieben hätte...

Dann kann ich mich wieder nicht konzentrieren usw. Vorhin bin ich (im Regen) ne Runde spazieren gegangen, ich dachte da kann ich mal abschalten - Pustekuchen, wie ein Karussell ist mein Gehirn auf das Wort "Prüfung(stag) programmiert und dreht und dreht und dreht sich...

Nachts kann ich nicht schlafen, weil ich mir auf einmal Gedanken mache, was denn alles schlimmes in der Prüfung passieren könnte (eigtl. nicht viel, denn bin gut vorbenotet worden). Es ist so schrecklich und ich schaffe es weder mal richtig abzuschalten noch mich richtig zu konzentrieren.

Manchmal könnte ich mich einfach in die Ecke setzen und heulen - bringt mich aber ja auch irgendwie nicht weiter...

Dann die aufbauend gemeinten Kommentare: "Schau mal,nur noch 1,5 Wochen, dann hast du alles hinter dir" - Auf mich wirkt das momentan eher wie eine Drohung... Ach man, alles doof irgendwie...

ICH WILL NICHT MEHR!!!