

## **Kennt Ihr das auch?**

### **Beitrag von „Julchen79“ vom 20. Oktober 2005 10:41**

Hallo,

ich habe momentan irgendwie überhaupt keine Lust mehr. Dabei schreibe ich erst meine Examensarbeit... Sprich: Ich habe noch ne Menge vor mir. Ab Februar starten die Klausuren und dann kommen auch noch die mündlichen Prüfungen. Wenn ich momentan an die Lernerei denke und daß das noch gute sechs Monate so weiter geht, krieg ich die Krise? Ging Euch das manches Mal auch so? Und was habt Ihr dann zur Motivation gemacht?

Und noch ne andere Frage: Ich schreibe ab Mitte Februar vier Klausuren. Wollte eigentlich erst Mitte Dez. anfangen mit Lernen und so, weil ich ja momentan so mit der Staatsexamensarbeit beschäftigt bin. Aber jetzt meinte ne Kommilitonin, daß das zu knapp sei. Jetzt überlege ich, wie ich alles organisieren soll. Und ob ich besser schon an den WE (was eigentlich bisher meine Erholzeit war) anfange Image not found or type unknown zu lesen für meine Themen. Auf der anderen Seite habe ich dann ja gar

keine Erholzeit mehr



Wie habt Ihr das denn geregelt?

Dazu kommt, daß ich seit gestern auch noch krank bin: Halsschmerzen, Husten, Fieber...

LG, Julchen

---

### **Beitrag von „Frutte55“ vom 20. Oktober 2005 11:07**

Hallo Julchen!

Ich kann deine Situation gut nachempfinden. Bei mir bahnt sich auch gerade ein großes Motivationsloch an. Stecke auch mitten im ersten Staatsexamen, hab die Klausuren aber zum Glück schon weg. Nun liegen "nur noch" zwei mündliche Prüfungen vor mir. Mittlerweile sitze ich seit Februar an meinem Examen und ich merke, wie mir langsam aber sicher die Puste aus geht.

Vielleicht hilft es dir wenn ich dir mal berichte, wie ich es geschafft habe.

Ich habe etwas ein halbes Jahr vorher angefangen Literatur für meine Klausurthemen zu sammeln. Hab mir die Bücher immer kopiert, damit ich mir Sachen farbig markieren konnte. Das finde ich sehr wichtig, um einen Überblick über den Text zu behalten.

Du wirst schnell merken wie vielfältig du an ein Thema herangehen kannst und musst dir nach

und nach klar darüber werden was du und vor allem dein Prüfer (!), für wichtig erachtet. Wenn du schon in etwa weißt was du schreiben willst, kannst du dir nochmal spezielle Literatur dazu heraussuchen.

Zum Thema "Sprechstunden" kann ich dir nur raten dich wirklich frühzeitig bei deinen Prüfern zu melden. Geh lieber einmal mehr als einmal zu wenig hin. Mach dir bewusst, dass über Weihnachten Ferien sind und du keinen an der Uni erreichen wirst und dass danach die vorlesungsfreie Zeit beginnt. Also: GEH FRÜH HIN!!!

Ich weiß, die Examenszeit ist eine sch... Zeit. Mir hat es manchmal geholfen, wenn ich mich selber motiviert habe. Ich habe mir zum Beispiel einen Text zum lesen vorgenommen und hab mir immer wieder gesagt, dass ich das Thema eigentlich interessant finde und den Text gerne lesen möchte. Manchmal hat es sogar geklappt - natürlich nicht immer! 😊

Ich drück dir die Daumen und wünsche dir gute Besserung!

Frutte

---

### **Beitrag von „katta“ vom 20. Oktober 2005 15:17**

Hi!

Mach auch gerade Erstes Examen (nur noch zwei mündliche, yeah!! 😁), muss aber sagen, dass ich eher zur faulen, last-minute Fraktion gehöre. Natürlich habe ich mir Themen überlegt (aber richtig konkret wurden die erst in der Vorbereitung), habe Literatur angesammelt, aber wirklich gelesen, rausgeschrieben und gelernt habe ich erst recht knapp, bei den Klausuren hatte ich in der Tat pro Klausur im Schnitt eine Woche für alles - und was soll ich sagen, es hatt geklappt, sogar sehr gut bis gut, wie ich von einigen Profs schon gehört habe. Okay, die Inhalte sind definitiv für's Kurzzeitgedächtnis, but so what?!

Mein Lern- und Motivationstief hatte ich vor der Mündlichen in Erziehungswissenschaft - dementsprechend war das auch nicht meine beste Leistung (Zitat der Professorin: "Sie sind besser!" - ja, hatte aber so überhaupt gaaar keine Lust!!!).

Für die Fachprüfungen läuft das jetzt besser, wenn das auch alles reichlich knapp bemessen ist und ich manchmal etwas Bammel kriege, dass das nicht hinhaut... Aber ich bin eben jemand, der den zeitlichen Druck braucht, es geht einfach nicht früher.

Ich würde dir auf jeden Fall raten, dich nicht zu verrückt zu machen - und schon gar nicht zu sehr von anderen beeinflussen lassen - sei es hier im Forum oder im "real life" - jeder lernt

anders, jeder hat da eine andere Technik und auch einen anderen Leidensdruck. Natürlich ist das im Examen irgendwie blöd, weil man die Art der Prüfungen häufig das erste Mal macht, aber das pendelt sich schnell ein.

Trotzdem ich gerade sagte (bzw. zum Ausdruck bringen wollte), dass du deinen Weg finden musst, wie du damit klar kommst, wie viel du schaffst, wie viel Druck du brauchst (bzw. ab wann bei dir der Druck größer wird - dass ist nämlich auch höchst unterschiedlich), möchte ich trotzdem noch einen Rat geben:

Nämlich dass du wirklich Pausen machst, dass du dir Auszeiten nimmst und auch was schönes machst.

Sonst hält man das meiner Meinung nach nämlich wirklich nicht durch.

Und das Motivationstief geht auch wieder vorbei (vermutlich zusammen mit der Erkältung... 😊 ).

Also: Kopf hoch, mach es so, wie du meinst, denn jeder ist da anders (wie man vermutlich schon sehr gut an Frutte und mir erkennt 😁) und du schaffst das!!!

Viel wird nicht unbedingt immer besser (es besteht auch die Gefahr, sich zu verzetteln; du musst bedenken, dass man eine Klausur nicht so angehen - und m.M. nach auch nicht so bewerten kann, wie eine Hausarbeit - es steht viel weniger Zeit und kein Textverarbeitungsprogramm zur Verfügung).

Toi, toi, toi!

Katta

---

### **Beitrag von „Julie\_Mango“ vom 20. Oktober 2005 20:45**

Hallo Julchen,

Zitat

Wenn ich momentan an die Lernerei denke und daß das noch gute sechs Monate so weiter geht, krieg ich die Krise?

Wenn es erst mal losgeht, gehen die 6 Monate schnell vorbei. Mein Tipp: Immer wieder Belohnungen einbauen. Schöne Wochenenden oder nach den Schriftlichen einige Tage Urlaub.

Zitat

Ich schreibe ab Mitte Februar vier Klausuren. Wollte eigentlich erst Mitte Dez. anfangen mit Lernen und so, weil ich ja momentan so mit der Staatsexamensarbeit beschäftigt bin. Aber jetzt meinte ne Kommilitonin, daß das zu knapp sei. Jetzt überlege ich, wie ich alles organisieren soll. Und ob ich besser schon an den WE (was eigentlich bisher meine Erholzeit war) anfange zu lesen für meine Themen. Auf der anderen Seite habe ich dann ja gar keine Erholzeit mehr. Wie habt Ihr das denn geregelt?

Ich denke das lesen macht nur dann Sinn, wenn deine Themen im Zusammenhang mit deiner Arbeit stehen. Ansonsten würde ich versuchen, die Arbeit zügig abzuschließen, kurz Urlaub zu machen und dann loszulegen.

Ob dir die Zeit langt - keine Ahnung. Ich kann nur Katta zustimmen, es ist eine individuelle Sache

Zudem hängt es davon ab, wie die Prüfungen genau aussehen (Wird sehr viel Transferleistung verlangt; must du nur Wissen wiedergeben oder auch beweisen, das du es auf völlig andere Fragestellungen anwenden kannst etc.)

Gruß  
Julie

---

### **Beitrag von „Julchen79“ vom 21. Oktober 2005 11:20**

Hallo Ihr,  
erstmal danke für den Zuspruch! Ich hoffe, daß die Motivation irgendwann kommt. Die Professoren will ich auch auf jeden Fall noch nerven. Habe von einer Kommilitonin schon gehört, daß man ihnen sein Lernscript mal vorlegen sollte und immer wieder fragen, ob das okay ist... Mach ich zwar nicht so gerne, aber wenn's der Sache dient!  
Ansonsten habe ich auch schon versucht mir zu sagen, daß die Themen mich wahnsinnig interessieren... Aber so einen wirklichen Motivationsschub bringt das momentan auch nicht...  
Na ja, ich hoffe wirklich, daß die Motivation mit dem Ende der Erkältung kommt.  
Liebe Grüße, Julchen

---

### **Beitrag von „dance“ vom 21. Oktober 2005 11:41**

ich kenn das auch zu gut! muss jetzt auch zulassungsarbeit machen und kann mich sehr oft sehr schwer motivieren dabei bin ich noch am organisieren für den praktischen Teil und Thema einkreisen..

aber sag mal für welche schriftlichen Klausuren habt ihr da Themen vorher höh? aber nicht fürs Hauptfach oder? mein Hauptfach ist Mathe und da gibts einfach in allen Bereichen schwere Aufgaben über Aufgaben.. vorher kennt man die nicht. hm hab bestimmt aus euren Beiträgen irgendwie was falsch rausgelesen sorry

---

### **Beitrag von „Dudelhuhn“ vom 21. Oktober 2005 11:46**

Versprich Dir aber von der Hilfe der Professoren nicht zu viel: bei mir gab es einige, die noch nicht mal auf Anfrage Literaturtips gegeben haben, geschweige denn mein Lernskript durchgelesen hätten.

Ich finde es völlig normal, daß Du keine Lust mehr hast. Es liegt noch so viel vor Dir und Du weißt nicht, was alles noch auf Dich zukommt.

Schreib erstmal Deine Arbeit zuende. Danach machst Du ein paar Tage Urlaub (zuhause oder sonstwo) und dann fängst Du an zu lernen.

Ich würde Dir raten, eher früher mit der Lernerei anzufangen, aber da ich Dein Pensum nicht kenne, will ich gar nicht mehr dazu sagen.

Auf jeden Fall ist es wichtig, daß Du es wie Beppo Straßenfeger machst:

Manchmal hat man eine sehr lange Straße vor sich. Man denkt, die ist so schrecklich lang; das kann man niemals schaffen, denkt man. Und dann fängt man an, sich zu eilen.

Und man eilt sich immer mehr. Jedes mal, wenn man aufblickt, sieht man, dass es gar nicht weniger wird, was noch vor einem liegt. Und man strengt sich noch mehr an, man kriegt es mit der Angst, und zum Schluss ist man ganz außer Puste und kann nicht mehr. Und die Straße liegt immer noch vor einem.

So darf man es nicht machen. Man darf nie an die ganze Straße auf einmal denken, verstehst du? Man muss nur an den nächsten Schritt denken, an den nächsten Atemzug, an den nächsten Besenstrich. Und immer wieder nur an den nächsten. Dann macht es Freude; das ist wichtig, dann macht man seine Sache gut. Und so soll es sein.

Aus "Momo" von M. Ende

Alles Gute!

Dudelhuhn

---

### **Beitrag von „Julchen79“ vom 21. Oktober 2005 12:37**

Also ich kann meine THemen so mehr oder weniger einkreisen. Sag halt, daß ich als Thema Spracherwerb machen möchte und die Professoren denken sich für die Klausur dann drei Themenvorschläge aus, schicken sie ans Landesprüfungsamt, die schmeißen eins weg. Zwischen den übrigen 2 kann ich dann in der Klausur auswählen... Muss also für jede Klausur zwei Themen lernen. Ich hoffe, daß die Professoren da einigermaßen nett sind. Von meiner mündlichen Prüferin habe ich bis jetzt in der Richtung nur positives gehört...

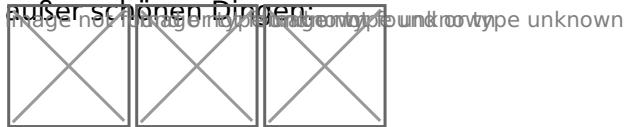
Den Text von Beppo Straßenfeger finde ich sehr schön und richtig. Ich werde versuchen mich irgendwie daran zu halten!! Auch wenn es momentan alles so schwerfällt. Liebe Grüße, Julchen

---

### **Beitrag von „Popstar“ vom 21. Oktober 2005 13:55**

Ich musste meine Examensarbeit damals Mitte Oktober abgeben, und habe auch ab Februar Klausuren geschrieben (5 Klausuren innerhalb von 5 Wochen).

Bei mir hat es völlig gereicht, das eigentliche Lernen dann anzufangen, nachdem ich die Arbeit abgegeben hatte UND ca. 3 Wochen die Füße hochgelegt habe - also NICHTS gemacht habe außer schönen Dingern:



Eine kurze Pause braucht man schon, bei dem "Marathonlauf"!

(Die habe ich mir dann auch nach den Klausuren und vor den mündlichen gegönnt, allerdings nur ein paar Tage. Auch da habe ich mit dem eigentlichen Lernen erst nach Ende der Klausuren angefangen, die Themen waren aber schon vorher klar.)

Das einzige, was man sich vorher schon überlegen sollte, ist welche Themen man bei welchem Prüfer machen will, das wusste ich schon relativ früh, und ist teilweise eine ätzende Rennerei, die zeitlich nicht zu unterschätzen ist (Sprechstunden, die ausfallen etc...)

Meiner Meinung nach bringt es nichts, das Lernen schon während der Examensarbeit anzufangen, das ist zu viel auf einmal, und dann macht man beides nur so halb gut.

Ist allerdings auch nur meine Erfahrung.

Viel Glück!

---

### **Beitrag von „Schnuppe“ vom 21. Oktober 2005 19:07**

Hello,

dieses Motivationstief kennt sicherlich jeder in der ein oder anderen Form. Ich habe mich bei meinem ersten und zweiten Examen mit anderen zu ner Lerngrupe zusammengerschlossen. Beim ersten Stex waren wir ein Grüppchen mit ca. 7Leuten und wir haben uns jeden Tag in der Uni-Bib getroffen und dort den Tag gemeinsam gelernt, woebi jeder seinen Stoff im LEsesaal bearbeitet hat, da wir alle unterschiedliche Fächer studiert hatten und auch eine Juristin unserer Truppe anhörte. Zigarettenpäuschen und Mittag bzw. Kaffee haben wir dann immer zusammen gemacht. Das hat mir wirklich geholfen, weil ich jeden Tag bewusst erlebt habe, ich bin nicht alleine in dieser Situatin meine Gefühle/Ängste/Hochs und ties - all das haben die anderen auch und es gehört halt dazu. Von daher hat sich dieses System bestens bewährt. Samstag abend sind wir dann noch um die Häuser gezogen und am Sonntag war meist (bis auf ganz heiße Phase) Ruhetag!

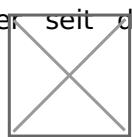
Wünsch dir viel Erfolg! Und du wirst sehen, es geht vorbei!!

Schnuppe

---

### **Beitrag von „Julchen79“ vom 23. Oktober 2005 15:49**

Ich glaube, daß mir eine solche Lerngruppe auch helfen würde. Aber das Problem ist, daß ich erst seit dem sechsten Semester in Potsdam studiere, habe vorher in Bremen studiert. Und es ist wirklich schwer im Hauptstudium noch Leute kennenzulernen. Diejenigen, die ich in Potsdam kenne, sind entweder seit dem letzten Semester fertig... Oder sie legen gerade ein



Auslandssemester ein Von daher habe ich diese Möglichkeit leider nicht...

Liebe Grüße, Julchen