

Sorge dich nicht – plane!

RP

11.5.04

Mündliche Prüfung Ein Ratgeber erklärt die besten Lern-Strategien

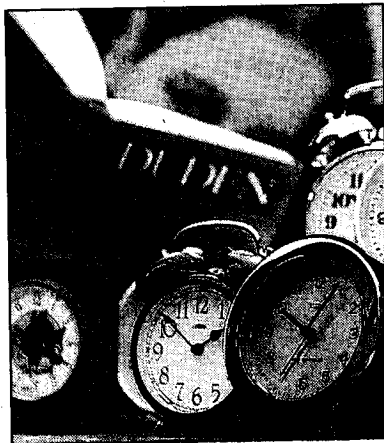
Der Magen zieht sich zusammen, das Blut pocht gegen die Schläfen. Panik. Nur noch drei Tage bis zur Prüfung. Soll man wirklich hingehen? Dagegen spricht viel. Der Berg Fachbücher, der noch nicht durchgearbeitet ist. Die Sorge, bereits Gelerntes wieder vergessen zu haben. Die Angst. Für Letztere spricht hingegen wenig.

Ariane Charbel weiß, wie man Prüfungsangst bekämpft. Die Düsseldorferin hat ein Buch geschrieben, das Studenten hilft, gefürchtete Tests selbstbewusst anzugehen. „Top vorbereitet in die mündliche Prüfung“ heißt der Ratgeber. Und das empfiehlt sie darin:

■ **Genau informieren.** Welche Voraussetzungen müssen für die Anmeldung erfüllt sein, nach welchen Kriterien urteilt der Professor? Die Prüfungsämter wissen es. Um möglichst viel über den Prüfer zu erfahren, sollte man dessen Seminare besuchen, seine Mitarbeiter kontaktieren, von ihm korrigierte Arbeiten lesen und an Prüfungskolloquien teilnehmen.

■ **Zeitplan aufstellen.** Was ist wann zu tun, wie viele Tage bleiben bis zur Prüfung? Wer seine Zeit von Beginn an einteilt, kommt organisierter ans Ziel – und steht nicht am Ende mit tickender Uhr ratlos vor einem Haufen Ungelerntem. Auch private Termine einplanen!

■ **Material sammeln.** Vor einer Prüfung steht die Recherche. Doch welches Buch ist das richtige, wie lassen sich Texte möglichst schnell sichten? Bevor man nervös in die Bibliothek rennt: Stichwörter überlegen, nach



LERNEN bitte nach Zeitplan. Foto: Bretz

denen zu suchen ist. Um das Material schnell zu überblicken, empfiehlt Charbel, den Klappentext zu lesen, anschließend auf Inhaltsverzeichnis und Kapitelüberschriften zu achten. Kommt ein Buch infrage: Seiten überfliegen und nach Stichwörtern zum Prüfungsthema suchen.

■ **Lernen lernen.** Die Bücher liegen auf dem Schreibtisch. Womit anfangen? Auch hier rät Charbel Etappen- und Tagesziele zu planen: „Mischen Sie dabei angenehme und weniger angenehme Lernvorhaben. Stellen Sie sich eine Belohnung für erreichte Ziele in Aussicht.“ Den Überblick bewahrt man so: „Schreiben Sie Ihr Prüfungsthema in die Mitte eines großen Blattes. Dann untergliedern Sie Ihr Thema in Teilgebiete, die Sie um

das Hauptthema gruppieren.“ So lässt sich testen, ob alle Bereiche bedacht wurden und ob einige möglicherweise überflüssig sind. Wichtig ist, dass der Prüfling seinem Lern-typen entsprechend lernt. Auditive Menschen etwa behalten Dinge besser, wenn sie sie vorlesen – oder sie auf Kassette oder CD sprechen.

■ **Doppelt hält besser.** Wer seinen Stoff wiederholt, erinnert sich besser daran. Es ist sinnvoll, früh damit zu beginnen und zwar systematisch. Hilfreich sind Karteikästen mit verschiedenen Fächern („Erledigt“, „Noch mal anschauen“).

■ **Keine Angst.** Sich vor der Prüfung einzureden, dass sie nicht zu schaffen ist, bringt nichts. Besser: Sich an Tests erinnern, die man gemeistert hat – etwa das Abitur oder auch Referate und Hausarbeiten. „Machen Sie sich klar, dass Ihre persönlichen Horrorgeschichten nicht der Realität entsprechen“, rät Charbel. „Der Prüfer ist kein Feind, insofern ist Angst unbegründet – wenn man etwas für die Prüfung getan hat.“ Also Brust raus und selbstbewusst in die Prüfung marschieren. Zur Ermutigung führt die Autorin auch dieses noch an: „Eine mündliche Prüfung ist kein Fernsehquiz. Es läuft keine Uhr, und man hat Zeit zum Überlegen.“ Dafür gibt's bei Bestehen zwar keine Million Euro. Aber vielleicht eine Eins. In jedem Fall ein gutes Gefühl.

CORINNA KUHS

■ **Ariane Charbel: Top vorbereitet in die mündliche Prüfung.** Verlag Bildung und Wissen, 14,80 Euro.