



VORBEREITUNG AUF DIE PRÜFUNG

Viele Menschen praktizieren beim Lernen den **Verdrängungs-Effekt** : Was anstrengend ist (und Lernen ist für die meisten nun mal anstrengend), verdrängen oder verschieben sie.

Wenn der Prüfungstermin näher rückt, plagt sie das schlechte Gewissen. Dann lernen sie jeden Tag stundenlang. Man sagt: **Sie lernen massiert** . Mit dieser Methode bringen sie sich aber um den verdienten Lohn. Sie haben unterm Strich viel Zeit investiert, vielleicht soviel wie andere, die früher begonnen und in kleineren Portionen gelernt haben. Aber sie haben weniger in den Kopf bekommen, weil wir durch massiertes Lernen weniger im Gedächtnis speichern können.

Am besten ist es, wenn du schon lange vor der Prüfung eine **Strategie** entwickelst, nach der du dich vorbereitest.

An erster Stelle der Prüfungsvorbereitung steht die **Bestandsaufnahme** . Sie sollte so früh wie möglich geschehen und möglichst umfassend darüber informieren, welche Anforderungen in der Prüfung gestellt werden, welche Gebiete in welcher Form geprüft werden, welche Hilfsmittel erlaubt sind ...

Je später man sich solche Fragen stellt, desto größere **Lernberge** müssen bewältigt werden. Und dabei entstehen Stress und Angst. Der Gedanke, dass die Zeit nicht mehr reichen könnte, beherrscht und lähmt das Lernen.

Deshalb solltest du deine Prüfungsvorbereitung früh damit beginnen, dass du dir für jedes Fach folgende **drei Fragen** stellst: 1. Was wird verlangt? 2. Was beherrsche ich davon? 3. Was muss ich noch lernen?

Hast du die drei Fragen beantwortet, machst du dich an die **Planung** . Dabei musst du stets darauf achten, dass du dich wirklich auf die Sachen konzentrierst, die du noch lernen musst, und nicht immer wieder das wiederholst, was du schon gut kannst.

Weitere Lerntipps zum Thema *Prüfungsvorbereitung*:

- Die wichtigsten zehn Lerntipps
- Am Tag der schriftlichen Prüfung
- Am Tag der mündlichen Prüfung

Wenn du hierzu oder zum Thema *Richtig Lernen* weitere Fragen hast, wende dich an deine Lehrerinnen und Lehrer oder an den Beratungslehrer der HELA, Herrn May

