

Werner Heister/Margret Finke

Der Prüfungs-Coach

Der Ratgeber für erfolgreiche Prüfungen
im Studium

SCHÄFFER
POESCHEL

1	Gut geplant ist halb gewonnen	5
1.1	Erste Phase: Orientierung	6
1.2	Zweite Phase: Zielsetzung	10
1.3	Dritte Phase: Gesamt-/Grobplanung	11
1.4	Vierte Phase: Feinplanung	14
1.5	Fünfte Phase: Planumsetzung mit Kontrolle und möglicher Plananpassung	16
1.6	Sechste Phase: Stoffkonsolidierung	16
2	Gut sortiert ist schnell kassiert	19
2.1	Wählen Sie sich ein Leitmedium aus	20
2.2	Bereiten Sie sich crossmedial vor	24
2.3	Die optimalen Prüfungsunterlagen	25
2.4	Wenn Sie Ihre Unterlagen mit in die Prüfung nehmen dürfen	27
2.5	Den Lernstoff mit System durchdringen	28
2.6	Alternative Ablageformen	30
3	Gut gelaunt ist gut gelernt	35
4	Gut im Team ist rasch erledigt	47
4.1	Lerngruppen unterstützen die Prüfungsvorbereitung.....	48
4.2	So organisieren Sie Arbeitsgruppen zur Prüfungsvorbereitung	54
4.3	Sich spielerisch auf Prüfungen vorbereiten	58
4.4	Tools zur Unterstützung der Arbeitsgruppe	67
4.5	Nutzung von Social Media im Rahmen der Prüfungsvorbereitung	69

5	Gut entspannt ist klar ein Vorteil	71
5.1	Selbstwirksamkeit ist der Schlüssel für eine erfolgreiche Prüfung	72
5.2	Vermeiden Sie Stress	74
5.3	Nutzen Sie Entspannungsmethoden	76
5.4	Legen Sie regelmäßig Arbeitspausen ein	79
5.5	Prüfungsangst meistern	81
5.6	Die letzten Tage vor der Prüfung	82
5.7	Mit Niederlagen umgehen lernen	83
6	Gut verstanden ist halb gelöst	87
6.1	Mehr als reines Wissen – Anforderungen in Prüfungssituationen	88
6.2	Klausuren meistern	95
6.3	Mündliche Prüfungen und Kolloquien meistern	97
6.4	Referate meistern	103
6.5	Hausarbeit, Seminararbeit, Thesis	117
6.6	Gruppenprojekt und andere praktische Prüfungen	122
6.7	Entscheidungsvorlage und Thesenpapier als Prüfungsaufgabe meistern	123
6.8	Portfolioprüfungen meistern	126
6.9	Praktikumsbericht	127
6.10	Weitere Aspekte mit Prüfungsrelevanz	128
6.11	Glänzen Sie bei der Prüfung Ihrer Bewerbung	130
7	Literatur- und Quellenverzeichnis	135
	Der Autor	136
	Impressum	137