

## Ablauf und Anmeldung Examenssprechstunde



Im Rahmen der individuellen Examenssprechstunde erhalten Sie abseits der üblichen „Hörsaalatmosphäre“ die Gelegenheit, **persönliche Herausforderungen, Unsicherheiten und Schwierigkeiten zu thematisieren**. Wir unterstützen Sie dabei, Ihren persönlichen Weg der Examensvorbereitung zu finden und zu gehen. Mögliche Themen sind etwa die Entscheidung, ob und welchen Repetitor Sie wählen, wie Sie am besten lernen, wiederholen und Ihre Zeit einteilen, welche Materialien für Sie hilfreich sein können oder wie Sie Lern- und Zeitpläne am effektivsten erstellen.

Wir rücken damit vom „one-size-fits-all“ Prinzip vieler Repetitorien ab und konzentrieren uns gezielt auf Ihre **individuellen Stärken und Schwächen sowie Ihre persönliche Gesamtsituation und Herausforderungen**. Unser zentrales Anliegen ist es, Ihnen eine feste Ansprechperson als „**helfende Hand**“ zu offerieren, die mit Verständnis für die Ausnahmesituation dabei unterstützt, Lösungswege für die individuelle Situation zu finden. Dies kann auch insbesondere bei Konflikten im Rahmen von Lerngruppen notwendig sein. Für derlei Konstellationen bieten wir ebenfalls Unterstützung im Rahmen der Gruppenorganisation (z.B. individuelle Rollenverteilung, Arbeitsplanung) an.

Neben der Beratung steht die Vermittlung von Techniken zur eigenverantwortlichen Planung und Organisation des „Examensvorbereitungsmarathons“ im Zentrum. Dabei können verschiedene Schwerpunkte im Fokus der – abhängig von Ihrem individuellen Bedarf – regelmäßig, sporadisch oder einmalig stattfindenden Einheiten liegen.

Mögliche Themen sind:

- Auswahl des richtigen Examensweges (Repetitor, Lerngruppe, allein),
- Erstellung eines passenden Lernplans (realistische Zeitplanung, Priorisierung, Wiederholung),
- Auswahl der Lernmaterialien,
- Examensvorbereitung ohne Repetitor,
- Verbesserung von Klausuren und der Klausurentaktik,
- Überforderung,
- Leistungsstagnation,
- Prokrastination,
- Realistische Selbsteinschätzung,
- Resilienz und Stressmanagement,
- Umgang mit Leistungsdruck und Prüfungsangst sowie
- Vorbereitung auf die mündliche Prüfung.

## **Anmeldung**

Zur Vereinbarung eines Termins in der Sprechstunde senden Sie bitte eine kurze E-Mail an: **examens-ambulanz@uni-potsdam.de**.

Gerne können Sie bereits an dieser Stelle Ihr Anliegen umreißen, um eine bessere Vorbereitung auf das Gespräch zu ermöglichen. Da es mitunter nicht leicht fällt, die persönlichen Herausforderungen in einer Nachricht zu formulieren, genügt aber gleichfalls eine einfache Terminanfrage. Alles weitere können wir persönlich besprechen.