Viele Studierende leiden unter einer manchmal kaum zu beherrschenden Prüfungsangst; diese äußert sich je nach Typ auch verschiedenartig. Manche leiden unter regelrechten Panikattacken; andere reagieren eher apathisch und wirken äußerlich vollkommen ruhig.

Die Ursachen können vielfältig sein. Sehr häufig erleben Studierende ihr Studium als eine Art des Ausgeliefertseins: Man weiß gar nicht, was auf einen als nächstes zukommt. Die Klausuren und Hausarbeiten sind ein einziger K(r)ampf; und in den Vorlesungen versteht man auch nicht alles und fragt sich, warum man überhaupt hingeht.© biloba / photocase.com

Hinzu kommen meist unbewusst Spannungen aus dem privaten Umfeld. Und genau diese Ängste und Spannungen spitzen sich zum Examen zu. Dabei geht die Konzentration auf das Lernen verloren, weil Ängste und Spannungen einen die ganze Zeit verfolgen. Klausuren werden nicht zufriedenstellend gelöst, die Noten sind schlecht, die Begründung unter den Klausuren für die Noten lässt Ursachen nicht erkennen; man denkt, man kann es sowieso nicht.

Und alles geht einher mit der Frage, was man überhaupt angesichts des Arbeitsmarktes mit seinem Examen später anfangen kann? Man bekommt ja schon genug zu Hause zu hören, wie lange man denn noch studieren will. Und es dauert schon alles viel zu lange.