

Sind Sie fit für die Berufsmatura? - Selbsttest

		trifft zu	trifft nicht zu
M	Ich habe klare Vorstellungen, warum ich die Berufsmatura machen werde und verfolge dieses Ziel konsequent, weil es mir sehr wichtig ist, wichtiger als kurzfristige Erfolgserlebnisse.		
M	Ich wurde nicht von anderen überredet oder gedrängt. Ich mache das nicht für andere, nur für mich selbst.		
W	Ich beherrsche den Pflichtschulstoff in Deutsch, Englisch und Mathematik im Wesentlichen.		
M+W	Ich kann ein Interesse an den Inhalten dieser Gegenstände entwickeln.		
M+W	Lernen macht mir Spaß, wenn es mit Erfolg verbunden ist.		
M	Ich bin bereit, für dieses Ziel auf Hobbys, Fortgehen, etc. teilweise zu verzichten.		
A+M	Ich kann mich selbst motivieren und konzentriert an einer Aufgabe arbeiten.		
A	Ich kann mir Arbeit gut einteilen und erledige nicht alles im letzten Augenblick.		
A	Ich bin in der Lage, meine Unterlagen in Ordnung zu halten.		
Z	Ich habe ausreichend Freizeit, um zu lernen.		
Z	Ich habe auch dann noch etwas Freizeit für andere Dinge.		
U	Ich habe einen Internet-Zugang zur Verfügung.		

		trifft zu	trifft nicht zu
U	Ich habe einen Ort, an dem ich in Ruhe lernen kann.		
U	Ich kann mir jene Arbeitsbehelfe, die nicht über das Programm gefördert sind, selbst besorgen oder ausleihen (z.B. Taschenrechner, individuelle Literatur)		
U	Mein Umfeld (Familie, Freunde, Partner, Lehrbetrieb) ist über mein Vorhaben informiert und unterstützt mich.		
P	Ich bin stabil genug, auch unter geänderten Lebensumständen mein Ziel weiter zu verfolgen.		
P	Ich leide nicht unter übermäßiger Prüfungsangst oder tue bereits etwas dagegen		
A+U+Z	Ich kann mich mit anderen in Lerngruppen treffen		
P+U	Ich kann mir Hilfe organisieren, wenn ich sie benötige		

Zählen Sie nun zusammen, wie oft Sie „trifft nicht zu“ bei den jeweiligen Buchstaben angekreuzt haben:

M	W	A	Z	U	P

Lösungshinweise

M – Motivation: ohne die geht gar nichts. Wenn es nicht Ihr Wunsch ist, sondern der anderer Personen, wenn Sie keine konkreten Ziele haben, wird es schwierig. Sind Sie sich über Ihre Motivation nicht im Klaren, helfen z.B. BeraterInnen und Coaches. Zusatzmodul: Motivation, Ziele.

W – Vorwissen: Je sicherer Sie im Basisstoff sind, desto besser können Sie darauf aufbauen und desto mehr Spaß macht das Lernen, wenn sich bald Erfolge einstellen. Wenn Sie beim Pflichtschulstoff Schwächen haben, empfehlen wir einen Basiskurs und das Pre-Service bevor Sie mit dem Hauptmodul beginnen. Auch der Berufsschulstoff sollte für Sie keine unüberwindbare Hürde sein.

A – Arbeitstechnik: Stimmt, es haben auch schon völlig chaotische Personen Universitätsstudien geschafft. Die hatten aber viel Zeit zum Suchen und/oder waren kleine Genies. Wer gut organisiert ist, hat es viel leichter, spart Zeit, Stress und Ärger. Wir empfehlen ein Zusatzmodul, z.B. Zeitmanagement, Lerntechnik, etc.

Z – Zeit: Freunde, Partner, Familie, Hobby – alles kostet Zeit. Bisher hatte Ihr Tag auch nur 24 Stunden, überlegen Sie, was Sie zukünftig weglassen werden. Unregelmäßige Arbeitszeiten, Überstunden, körperliche Erschöpfung können noch dazu kommen. Planen Sie zu den Kurszeiten noch mindestens 5 Lernstunden pro Woche ein. Planen Sie aber auch Zeit für sich selbst ein. Nur Arbeiten und Lernen geht auf die Dauer auch nicht gut.

U – Umfeld: Leichter wird es, wenn Ihr Umfeld Sie unterstützt. Wenn der Freund/die Freundin Stress macht, der Trainer Sport viel wichtiger findet, Sie daheim ständig auf die kleinen Geschwister aufpassen müssen, ständig Lärm ausgesetzt sind, kein Internet-Zugang verfügbar ist, Ihr Lehrbetrieb nichts von Ihrem Vorhaben hält, dann haben Sie eine schlechtere Startposition. Versuchen Sie, Ihr Umfeld zu überzeugen und schaffen Sie bessere Ausgangsbedingungen. SozialarbeiterInnen und Coaches können Sie unterstützen.

P – stabile Persönlichkeit: Wenn der kleinste Windhauch Sie aus der Bahn wirft, besteht Gefahr, dass Sie das Programm abbrechen, denn es wird die nächsten 4 Jahre nicht nur windstill sein. Holen Sie sich rechtzeitig Unterstützung von Profis, auch gegen Prüfungsangst.