

Zusammenfassung

ERFORSCHUNG EINIGER MERKMALE VOM PRÜFUNGSSTRESS

Nataša Šimić
Universität Zadar, Kroatien
Abteilung für Psychologie

Zahlreiche Untersuchungen zeigten, dass die Prüfungsfristen für die Studenten stressig sind. Diese Untersuchung hatte zum Ziel, den Einfluss der vorherigen Prüfungserfahrung sowie der Schwierigkeit der zu bestehenden Prüfung auf die Stressreaktion zu erforschen. An der Untersuchung nahmen 12 Psychologiestudentinnen im ersten Studienjahr teil; alle Befragten waren ungefähr im gleichen Alter und mit gleichen Erfahrungen in der Ablegung von Prüfungen. Im Rahmen der Untersuchung sollten Angstzustände, hohe Aktivierung und Prüfungsangst vor und nach dem ersten und zweiten Prüfungstermin bei einer schweren sowie vor dem Beginn einer leichteren Prüfung bestimmt werden.

Vorherige Prüfungserfahrungen hatten keinen Einfluss auf die Änderung des Angstzustandes und hoher Aktivierung vor und nach der Prüfung, während Einschätzung der Angst und Prüfungsschwierigkeit an der Borger Skala zeigten, dass der erste Prüfungstermin bei den schwierigen Prüfungen für die Befragten stressiger war. Weiterhin änderten sich die Ebenen der untersuchten Variablen auf ähnliche Weise, indem sie eine Erhöhung vom Stress unmittelbar vor dem Prüfungstermin und eine Verminderung am Tag nach der Prüfung aufzeigten. Die gewonnenen Ergebnisse weisen auch darauf hin, dass eine höhere Stressebene den schwereren Prüfungen vorausgeht. Es hat den Anschein, dass bei der Untersuchung von Prüfungsstress Auswirkungen der vorherigen Prüfungserfahrungen sowie die Schwierigkeit der betreffenden Prüfung berücksichtigt werden müssen.

Stichworte: Prüfungsstress, Prüfungserfahrung, Schwierigkeit der Prüfung, Stress, Angstzustand, Prüfungsangst, hohe Aktivierung