

Initiativantrag zur UV-Sitzung am 25.10.2024

Antragsteller: Aktionsgemeinschaft an der Uni Wien



## **Keine Angst vor Prüfungsangst**

Prüfungsangst ist eine ernst zu nehmende Herausforderung. Es spielt oft keine Rolle, wie gut man sich auf eine Prüfung vorbereitet hat, wenn man dann im Hörsaal sitzt und plötzlich alles vergessen hat. Nicht nur, dass man im schlimmsten Fall eine Note bekommt, die der vergangenen Mühe beim Lernen nicht gerecht wird, durch diese Blackouts erhöht sich das Risiko, erst recht Angst vor Prüfungsangst zu entwickeln.

Dieser Herausforderung muss eine Hochschulvertretung entgegenwirken. Es ist in vielen Unternehmen bereits üblich, regelmäßig Seminare für ihre Mitarbeitenden anzubieten, in denen die Teilnehmenden Strategien erlernen können, um mit Stresssituationen besser umgehen zu können. Diese Seminare werden meist von externen Firmen organisiert. Auch die ÖH an der Universität Wien kann ein solches Seminar, zur Bewältigung von Prüfungsangst, für ihre Studierenden organisieren.

In diesem Sinne möge die erste ordentliche Sitzung der Universitätsvertretung der ÖH an der Universität Wien im Wintersemester 24/25 beschließen:

- dass für das Ende des laufenden Wintersemesters von der ÖH Uni Wien ein Seminar zu organisieren ist, welches Studierenden bei der Überwindung ihrer Prüfungsängste unterstützen soll;
- dass genanntes Seminar von qualifizierten Personen betreut und geleitet wird;
- dass genanntes Seminar in den Räumlichkeiten der Universität Wien gehalten wird