

**Zeitschrift:** Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun  
**Herausgeber:** Lehrpersonen Graubünden  
**Band:** 73 (2011)  
**Heft:** 3: Prüfungsangst

**Artikel:** Die Lehrperson und die Prüfungsangst der Kinder  
**Autor:** Bacher, Madeleine  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-720281>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Die Lehrperson und die Prüfungsangst der Kinder

Prüfungen begleiten unsere Schulen. Mit ihnen beurteilen Lehrpersonen Fachleistungen ihrer Schülerinnen und Schüler. Ob die Lehrpersonen diese Arbeiten Lernkontrollen, Lernzielkontrollen, Prüfungen oder Leistungsnachweise nennen, ob sie Punkte verteilen oder Fehler anstreichen am Rande, ob sie mit roter, blauer oder violetter Farbe korrigieren... Letztlich geht es bei den Prüfungen um eine Leistungsanforderung, die es zu erfüllen gilt und in denen der Schüler in seiner Leistung bewertet wird. Mit dieser Anforderung kann nicht jedes Kind angstfrei umgehen.

VON MADELEINE BACHER, VORSTANDSMITGLIED HLGR



Madeleine Bacher war DaZ-Lehrperson in St. Moritz.

Sie ist Mitglied des Vorstandes des HLGR und Kursleiterin von DaZ-Weiterbildungskursen an der PHGR.

## Schulalltag und Prüfungen

Die Prüfungssituation steht nicht isoliert innerhalb des täglichen Schulbetriebes. Vielmehr ist sie eingebettet in das alltägliche Gefüge von Lehrperson und Schüler. Die Beziehung, die Schumatmosphäre, das allgemeine Lernklima – wo leistungsschwächere oder leistungsängstliche Kinder ebenso ihren Platz haben wie starke und erfolgreiche – beeinflussen das Verhalten von Schülerinnen und Schülern in der

Prüfungssituation. Interventionen wie Ermunterungen oder Lernunterstützung entschärfen eine beängstigende Prüfungssituation und führen den Schüler zu einem motivierenden Lernen. Er lernt, sich etwas zuzumuten, nachzufragen, Fehler aufzudecken und zu korrigieren. Und er lernt, sich von der Lehrperson beim Arbeiten beraten zu lassen.

## Haltung der Lehrperson im täglichen Unterricht

Die positive Erwartungshaltung der Lehrperson während des ganzen Unterrichtsgeschehens ist wesentlich. Es ist wichtig, dass der Schüler spürt, dass das Erreichen des von der Lehrperson vorgegebenen Zieles erwartet wird und zwar nicht erst in der Überprüfungssituation, sondern schon vorher beim Lernen. Es kann nicht sein – um es etwas plump auszudrücken – dass Schüler und Lehrpersonen im Alltag «aneinander vorbei lernen» und die Prüfung plötzlich wie ein Hammerschlag alles (Nicht-)Wissen aufzeigen soll. Das Gegenteil gibt Sinn: In der Prüfungssituation sollen die Berechenbarkeit und Zuverlässigkeit, die Gerechtigkeit und die Hilfsbereitschaft der Lehrperson ebenso spürbar sein wie in den Unterrichtsstunden. Das ist echte Hilfe für Kinder, die unter Leistungsängsten leiden.

## Die Prüfungsangst der Kinder ist eine dreifache Herausforderung

### I. Herausforderung gegenüber dem Kind – Wie kann ich dem Kind in seiner Prüfungsangst helfen?

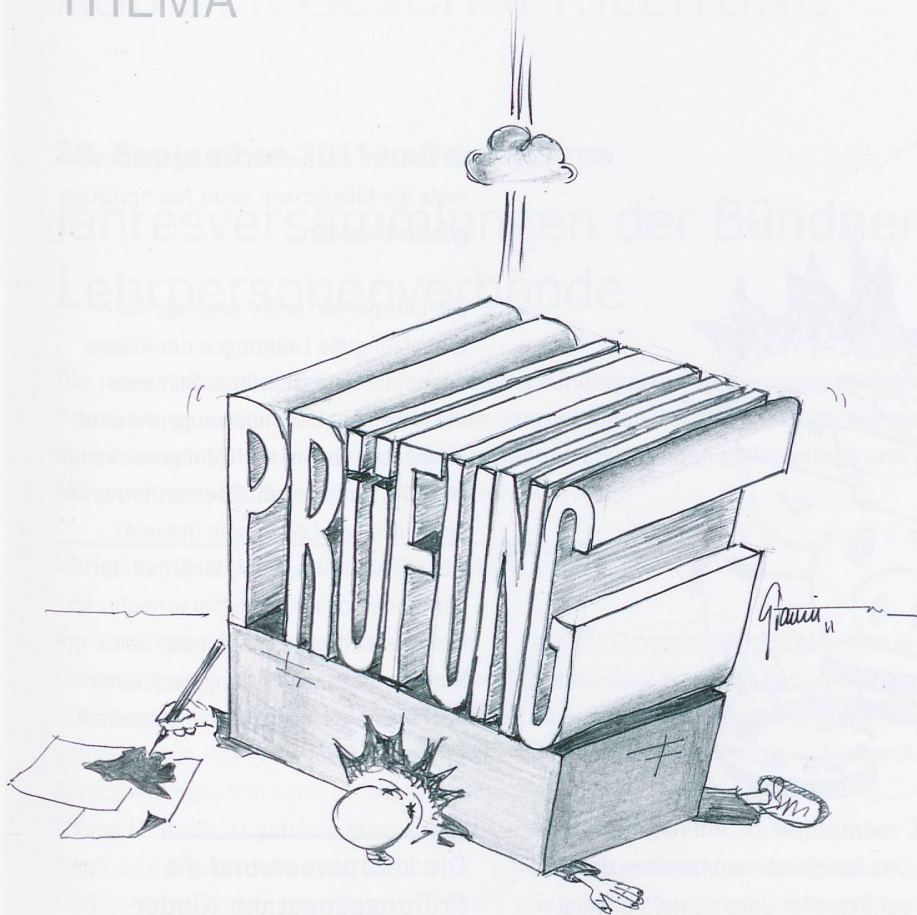
Zunächst gilt es, die Angst des Kindes ernst zu nehmen. Vielleicht ist es hilfreich, das Kind zu ermuntern, sich seine Angst vor Prüfungen einzugestehen – sich selber, vielleicht aber auch den Eltern gegenüber. Wenn die Angst verdrängt werden muss, dann kann sie kaum angegangen werden.

Zudem kann und soll die Lehrperson – auch aus dem Blickwinkel der von Prüfungsangst bedrängten Kinder – gemeinsam mit der ganzen Klasse das Lernen organisieren. Sie soll aufzeigen und praktisch mit den Kindern durchführen, was «Aneignen von Lerntechniken und -strategien» heisst, und wie sie umzusetzen sind:

- Fragen des Arbeitsplatzes,
- des Ordners und Einteilens des Lernstoffes in Portionen,
- des Zeitplanes,
- wie Wesentliches eines Lernstoffes zu finden ist und
- in welcher Weise dieses Wesentliche dargestellt werden kann, um eine Wiederholung anhand dieser Darstellung zu ermöglichen.

Die Lehrperson kann zusätzlich





Zwischenprüfungen als Kontrollhilfen durchführen, damit das Kind bestärkt wird und erleben kann, dass es auf dem richtigen Lernweg ist. Lehrpersonen sind Spezialisten für das Lernen, dieses Wissen und Können sollen sie innerhalb des Lernprozesses auch anwenden. Schule geben ist mehr als «nur» Stoff vermitteln, es beinhaltet, die Schülerinnen und Schüler zu befähigen und anzuleiten, sich diesen Stoff auch aneignen zu können. «Lehren zu lernen» ist eine zentrale Aufgabe des Lehrberufes.

Die Lehrperson kann, als zusätzliche Möglichkeit, Prüfungsangst mit der Klasse anhand einer Geschichte thematisieren. Sie kann gemeinsam mit der ganzen Klasse Entspannungs- und/oder Visualisierungsübungen durchführen. Es muss der Lehrperson selbst liegen, es muss «stimmig» für sie sein, dies im Klassenverband konkret umzusetzen. Das leistungängstliche Kind kann durch dieses gemeinsame Diskutieren und Üben seine hohe Ängstlichkeit etwas ablegen, denn alle Schüler – nicht nur es selbst – arbeiten aktiv am Thema.

Sollte eine Leistungsangst durch zahlreiche Hilfestellungen der Lehrperson in keiner Weise verbessert werden können, dann kann die Lehrperson auf professionelle, therapeutische Hilfen hinweisen und solche für das Kind auch vermitteln. In der Therapie werden die Angstgedanken des Kindes angeschaut und vertieft geklärt.

## II. Herausforderung gegenüber den Eltern: Was kann ich den Eltern raten?

Viele Kinder mit Leistungsangst stehen auch zu Hause unter einem grossen Druck. Nicht aus bösem Willen, aber aus eigener Unsicherheit stellen Eltern oft zu hohe Leistungserwartungen an ihre Kinder. Oder aber sie machen ihre Zuwendung dem Kind gegenüber direkt von seinen Leistungserfolgen abhängig. Dadurch wird die Angst des Kindes verstärkt. Deshalb ist ein Nachfragen bei den Eltern durch die Lehrperson durchaus sinnvoll und nützlich.

Die Lehrperson kann dabei die Situation für das Kind erleichtern:

- Klären, was Eltern wichtig ist bezüglich Wünsche, Ziele, Erwartungen

der schulischen Leistungen und der schulischen Laufbahn.

- Erörtern und Prüfen mit den Eltern, welches die möglichen Ursachen eines Leistungsversagens des Kindes sein könnten.

Die Eltern können ihr Kind unterstützen beim Achten auf einen ungestörten Arbeitsplatz, beim Zeit einteilen und beim Hervorheben von guten Arbeiten. Sie können das Kind loben für alle Bewältigungsschritte, die es auf seinem Lernweg gemacht hat.

Die Lehrperson muss auch ihre Beobachtungen gegenüber den Eltern aussprechen, Beobachtungen, die auf eine Teilleistungsstörung oder auf eine andere besondere Lernschwierigkeit hinweisen. In diesem Falle ist eine weitere Abklärung notwendig. Die Angst bei Prüfungen hat einen Grund und eine Erklärung gefunden. Damit wird die andauernd beängstigende und oft auch zermürende Prüfungssituation etwas entschärft. Die Herausforderung für die Lehrperson besteht bei der Elternarbeit wohl darin, nicht «gegen» die Eltern zu arbeiten, keine Konfrontation zu erzeugen, sondern eine aufbauende und vertrauensvolle Zusammenarbeit für das betreffende Kind zu erzielen.

## III. Herausforderung gegenüber mir als Lehrperson, als «Prüfer» – Was kann ich selbst tun?

Prüfungen sind eine berufsspezifische Herausforderung für die Lehrperson. Sie muss bewusst und geschickt eine Prüfung so anlegen, dass sie von den Lernenden erfolgreich gelöst werden kann. Die Lehrperson muss verschiedene Gesichtspunkte mit einbeziehen und berücksichtigen, damit Prüfungen möglichst wenig angsteinflössend sind:

Unterstützungsmöglichkeiten **vor der Prüfung:** Der Lernstoff sollte klar strukturiert vermittelt und vor dem Überprüfen genügend geübt werden. Mit Zu-





sammenfassungen, Präsentationen aller Art und mit kleinen Zwischenprüfungen sollte auch der Lernende mit Leistungsängsten die positive Erfahrung gemacht haben, dass er das Wesentliche des Unterrichtsinhaltes verstanden hat. Die genauen Inhalte des zu prüfenden Lernstoffes sollen klar sein. Es wird den Schülerinnen und Schülern zudem gesagt, dass sowohl das Wiedergeben von Gelerntem überprüft wird, aber auch dessen Verständnis und Anwendung (Zusammenhänge erfragen, Wissen umformen). Auch dies muss vorgängig im Unterricht geübt werden. Ausserdem sollten die verschiedenen Aufgabenformen bekannt und geläufig sein.

Die Beurteilungskriterien müssen den Lernenden vor der Prüfung mitgeteilt werden. Sie sollen klar, transparent und kalkulierbar sein. Die Mindestanforderungen sollen konkret umschrieben werden. Das Minimal-Lernziel, die minimal erwartete Punktzahl kann – als Faustregel ausgedrückt – mit «60 – 70% der möglichen Punktzahl erreicht» angesetzt werden. Das Minimalziel sollte so gesetzt werden, dass auch Leistungen auf den komplexeren Anspruchsstufen (Verstehen, Anwenden) nötig sind.

Das beschriebene Vorgehen basiert auf aktueller Unterrichtsforschung von gutem Unterricht (Meyer 2004).

**Unterstützungsmöglichkeiten während der Prüfung:** Zu Beginn soll eine einfache Einstiegsfrage stehen. Die Prüfungsaufgaben müssen klar formuliert werden, einfache, kurze und prägnante Sätze sollen zur Verständlichkeit der Aufgabe beitragen.

**Unterstützungsmöglichkeiten nach der Prüfung:** Die Bewertung soll transparent sein. Die Rechtschreibung wird nur mitbewertet, wenn diese auch im Zielbereich liegt. Es können Teilschritte gewichtet werden, sicher sollen die mögliche und die erreichte Punktzahl zu den einzelnen Aufgaben notiert werden. Für die Notengebung hat sich folgendes Vorgehen bewährt: Wenn das Minimal-Lernziel oder die minimale Punktzahl erreicht ist, ergibt dies die Note 4. Es sollen nur ganze und halbe Noten gesetzt werden. Viertels- und Zehntelsnoten erwecken zwar den Eindruck von mathematischer Objektivität. Die Noten sind aber keine Zahlen, sie sind vielmehr Codes für Leistungen. Wenn ein Kind das Minimalziel nicht erreicht,

so soll ihm nach einer Übungszeit nochmals die Möglichkeit einer Nachprüfung gewährt werden.

Die Lehrperson sollte nach der Notensetzung die Leistungen der Klasse nochmals kritisch prüfen: Stimmen die Noten mit den ihnen zugeordneten Prädikaten «Lernziel ungenügend, knapp erreicht, gut erreicht, übertroffen» und den einzelnen Leistungen überein? Hat eine überwiegende Mehrheit der Lernenden das Minimalziel erreicht, so kann die Lehrperson zufrieden sein. Sonst müsste die Prüfung nach einer nochmaligen Übungsphase wiederholt werden.

### Die Lehrperson und die Prüfungsangst der Kinder – Ein Aufruf

Wagen wir es doch als Lehrpersonen, unsere Unterrichtsführung immer wieder zu hinterfragen. Planen wir lernzielorientiert? Unterrichten wir lernzielorientiert? Und: Prüfen wir lernzielorientiert? Wagen wir es doch auch, uns mit den «Menschen in der Schule» immer wieder auseinander zu setzen. Denn «vor» unserem beruflichen Wissen und Können ist – auch in der Schule – unser Menschsein als Ganzes gefragt, unser Verständnis von uns selber und unser Eingeben in unsere Beziehungsfelder – in diesem Falle in die Schule.

#### Literatur:

- Meyer, Hilbert** (2004). Was ist guter Unterricht. Cornelsen Scriptor
- Hinnen, Hanna** (2007). Ich lerne lernen. Lernmethodik 3.-5. Schuljahr. LMV Zürich
- Hinnen, Hanna** (2009). Lernen kennen lernen. Lernmethodik 6. – 9. Schuljahr. LMV Zürich
- Knigge-Illner, Helga** (2010). Prüfungsängste besiegen. campus CONCRET
- Suhr-Dachs, Lydia & Döpfner, Manfred** (2005). Leistungsängste Band 1. HOGREFE