

Nyhedsbrev til faglige vejledere – Eksamensmestring

Nu nærmer eksamen sig med hastige skridt. Vintereksamener fylder ofte mere i de vejledningssamtaler, vi har i Studie- og trivselsvejledningen end sommereksamener. Det, tror vi, skyldes, at der er mange 1. semesterstuderende som skal til eksamen for første gang på uni. Mange studerende i starten af deres uddannelse gør sig naturligt nok mange tanker og bekymringer om eksamen.

Gode råd til dig der vejleder om eksamensmestring

1. Opfordre den studerende til at tilegne sig sunde studiestrategier – også i eksamensperioden. I eksamensperioden er der nogle studerende, som læser mange timer i træk – måske endda hele natten i håb om at blive klar til eksamen. Dette er dog en uhensigtsmæssig strategi (se hvorfor [her](#)). Husk at hjernen har brug for pauser for at kunne konsolidere ny viden.
2. Opfordre de studerende du møder til at holde pause, prioritere søvn, mad og motion for at få de mest optimale betingelser for læring. Hvis de studerende ikke får passet på sig selv, er det svært at lære det fornødne forud for eksamen, og det er svært at blive mentalt klar til eksamen.
3. Undervurder ikke betydningen af at få styr på det praktiske omkring eksamen. Det giver de studerende større ro i eksamenslæsningen, hvis du kan hjælpe med at få styr på formalia til skriftlige eksamener, eksamenslokalets placering til mundtlige eksamener og andre praktiske informationer omkring eksamen. Vi taler ofte med studerende, som har brug for at have styr på lige netop det praktiske for at kunne koncentrere sig om det faglige arbejde.
4. Hjælp de studerende med at se læringspotentialer i de "fejl" vedkommende har begået. Hvis den studerende ikke har været så aktiv, som vedkommende ønskede, i løbet af semestret, er det måske et tegn på, at den studerende skal prøve en ny strategi i næste semester. Vi laver alle fejl, som vi bliver klogere af – det er en del af livet. Anerkend også at nogle fejl er dyrekøbte for den studerende.

Relevante webinaroptagelser

Bliv klar til mundtlig eksamen. Varighed: 48 minutter.

Find det [her](#).

Tæm din eksamensnervøsitet. Varighed: 45 minutter.

Find det [her](#).

Kommende specialeskriver?

- Specialegrupper er for studerende, som skriver speciale i foråret 2023, som har brug for ekstra støtte og sparring for at komme i mål.
Tilmeldingen åbner 5/12
- Specialekickstart afholdes 1/2-23 i Odense. Her kan du blive klogere på specialet som akademisk disciplin samt gode projektstyringsværktøjer.

Læs mere om begge tilbud [her](#).

Det var alt for denne omgang. Nyhedsbrevet udkommer igen til februar og fire gange pr. semester. Hver gang vil det indeholde et nyt tema. Ønsker du ikke at modtage de kommende udgaver af dette nyhedsbrev så meld dig fra [her](#).

Mvh. Tijana, Mikkel og Mette fra Studie- og trivselsvejledningen