

## PRESSEINFORMATION

LernQuadrat präsentiert aktuelle Schüler-Umfrage:

### **Mehr als die Hälfte aller Schüler leidet unter Prüfungsangst**

- Jeder Dritte empfindet auch den normalen Schulalltag als Belastung
- Mathematik ist Angstfach Nummer Eins
- Drei von zehn Schülern haben schon einmal die Schule geschwänzt

Prüfungsangst ist Alltagsrealität an Österreichs Schulen. 55 Prozent aller Schülerinnen und Schüler fürchten sich fast immer, wenn eine Prüfung ansteht. 37 Prozent empfinden den Schulalltag generell als heftige Belastung. Mädchen sind von Prüfungsängsten deutlich öfter betroffen als Burschen, ältere Schüler häufiger als jüngere, schlechte Schüler eher als gute. Dies geht aus einer aktuellen Schüler-Umfrage hervor, die LernQuadrat, eines der führenden heimischen Nachhilfeinstitute, österreichweit durchführte.

### **Furcht vor dem Blackout**

„Schule könnte so schön sein – wenn es keine Prüfungen gäbe“ fasst LernQuadrat-Gründer und Geschäftsführer Konrad Zimmermann den Tenor der Umfrage zusammen. „Befürchtet wird vor allem ein plötzliches Blackout, das viele junge Menschen in Prüfungssituationen tatsächlich schon erlebt haben, oder die gestellte Aufgabe einfach nicht zu verstehen“, so Zimmermann. Zusätzlichen Stress mache der Zeitdruck bei Prüfungen, den 38 Prozent als sehr belastend bezeichnen. Jeder Fünfte empfindet das Versagen bei einer Prüfung als Grund sich zu schämen: vor den Lehrern, den Eltern und ganz besonders vor den Mitschülern. Die Folgen dieser Prüfungsängste sind bedenklich: 31 Prozent der Befragten schlafen in der Nacht vor einer Prüfung meistens schlecht, 19 Prozent leiden an solchen Tagen unter Appetitlosigkeit. Rund 12 Prozent bekämpfen ihre Angst mit Kaffee und Energy Drinks, knapp 6 Prozent nehmen sogar Beruhigungs-Medikamente.

### **Mathe macht am meisten Angst**

Angstfach Nummer Eins ist mit weitem Abstand Mathematik, das vier von zehn Schülern an die Spitze ihres Prüfungsangst-Rankings setzen, gefolgt von Englisch (20 Prozent) und Deutsch (13 Prozent). Vergleichsweise wenig bis gar keinen Stress verursachen hingegen Prüfungen in den sogenannten Nebenfächern. Mündliche Prüfungen belasten die meisten mehr als schriftliche, vor allem die Mädchen.

Die Methoden mit Prüfungsangst umzugehen, sind sehr unterschiedlich, wie die LernQuadrat-Umfrage zeigt. „Vier von zehn Schülern lernen so lange weiter, bis sie sich sicher fühlen. Jeder Fünfte ignoriert seine Angst einfach, etwa ebenso viele betreiben Sport oder lenken sich durch das Internet ab“, berichtet Konrad Zimmermann. Mädchen nehmen zu Prüfungen häufiger einen Glücksbringer mit, mehr als ein Drittel der Schüler über 15 Jahren verlässt sich gern auf einen „Schummelzettel“.

### **Schwänzen statt reden**

Die Neigung, vor der Last der Schule zu kapitulieren und einfach nicht hinzugehen, hat in den letzten Jahren zugenommen. Drei von zehn Schülern ab zehn Jahren geben aktuell zu, schon einmal die Schule geschwänzt zu haben (bei einer vergleichbaren LernQuadrat-Umfrage vor acht Jahren waren dies erst 18 Prozent). Weitere 22 Prozent zogen das Schwänzen als Reaktion auf schulische Belastungen zumindest schon mal in Erwägung. Nur für 17 Prozent der Schüler scheint es hingegen sinnvoll, mit jemanden über Schul- und Prüfungsangst zu sprechen. Wenn doch, dann sind Freundinnen und Freunde die erste Anlaufstelle für ältere und schlechtere Schüler, die Eltern eher für jüngere und bessere Schüler.

„Kaum etwas steht dem Lernerfolg mehr im Weg als Angst zu haben“, betonte LernQuadrat-Geschäftsführer Konrad Zimmermann anlässlich der Präsentation der Umfragedaten. Dementsprechend sei es hoch an der Zeit, „ein wenig Dampf aus dem Prüfungskessel zu nehmen“, so der Experte. Für die Eltern hieße das vor allem: Ursachen klären, Selbstvertrauen vermitteln und Zeit zum Reden nehmen. Den Schülern empfiehlt Zimmermann, sich realistische Ziele vorzunehmen, Vergleiche mit den Mitschülern zu vermeiden und gezielt auf Entspannung – ohne Handy – zu setzen. Vielleicht ist es bei der nächsten LernQuadrat-Umfrage dann nicht mehr derselbe Satz, der die meiste Zustimmung von allen findet: „Ohne Prüfungen würde ich viel lieber in die Schule gehen!“

Wien, 4. März 2020

*Anfragen an:*

*PR-Büro Halik, 02266 - 674 77-11, [office@halik.at](mailto:office@halik.at)*

*LernQuadrat GmbH & Co OG und Bildungsmanagement GmbH:*

*Dipl.-Ing. Konrad Zimmermann, 0664 - 915 10 07,*

*Angela Schmidt (Öffentlichkeitsarbeit), 0664 – 911 60 16*

*[office@lernquadrat.at](mailto:office@lernquadrat.at), [www.lernquadrat.at](http://www.lernquadrat.at)*