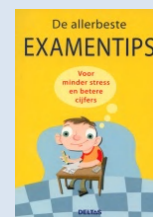




Auteur(s):	Nick Atkinson
Titel:	De allerbeste examentips Voor minder stress en betere cijfers
Uitgeverij:	Deltas, Zuid-Nederlandse Uitgeverij
Plaats:	Aartselaar
Jaar:	2009
Pagina's:	128
ISBN-13:	978-90-477-2510-0



Dit boekje is de vertaling van *Exam-busting Tips, How to pass exams the easy way*. Voor een keer is dit geen boekje over “leren studeren”. Ook al is dit thema nooit ver weg. Centraal staat: “examens doen”. Het is een verzameling van bondig geschreven adviezen en hulpmiddelen afgewisseld met zogenaamde “Gouden Tips”. Dit zijn dingen die je niet mag nalaten! De auteur geeft heel wat advies over de voorbereiding van de examens. Hij beperkt zich niet alleen tot het verwerken van de leerstof. Hij staat in dezelfde mate stil bij de belangrijke randvoorwaarden voor een goede examenperiode. Aan het einde van het boek legt hij op een heel concrete manier uit waarom sommige studenten toch (zullen) falen op een examen.

Dit boekje bevat geen doorlopende tekst. Daarom beperk ik me hier tot het weergeven van de indeling. En geef ik telkens een tip uit het boek ter illustratie:

- **De juiste instelling**
Stress bouwt zich geleidelijk op. Controleer dus regelmatig hoeveel stress je hebt en las ontspannende activiteiten in na lange perioden van studeren.
- **Je angsten overwinnen**
Voel je fit en schoon op de dag van het examen door een douche te nemen voordat je vertrekt. Het zal ervoor zorgen dat je monter en vol zelfvertrouwen aan de dag kunt beginnen.
- **Studeren: wat, waar en wanneer?**
Neem aantekeningen mee. Dit helpt vooral wanneer je studeert tijdens korte momenten van “vrije tijd”, zoals in de trein, wanneer je op de bus moet wachten of terwijl je van de ene naar de andere locatie wandelt. Als je immers in die tijd 3 wiskundige vergelijkingen per dag kunt leren, dan kun je dus per maand 90 vergelijkingen leren!
- **Studeertechnieken**
Teken diagrammen, tekeningen en tabellen bij je leerstof. Je kunt ze immers eenvoudiger van elkaar onderscheiden en onthouden dan bladzijden doorlopende tekst die er allemaal hetzelfde uitzien.
- **De dag van het examen**
Praat niet over de leerstof op de ochtend van het examen – daardoor raak je alleen maar gestrest. Iemand zal hoe dan ook beginnen over een onderwerp waar je je onzeker over voelt en dat zal je zeker niet rustiger maken.
- **Na het examen**
Je inlaten in discussies over wat je medestudenten geantwoord hebben, veroorzaakt alleen maar dat je aan jezelf gaat twifelen, waardoor je je onzeker en onwel gaat voelen. Er zullen geen twee studenten zijn die de vragen op exact dezelfde manier beantwoord hebben, dus praat er niet over en bespreek in plaats daarvan waar jullie iets gaan drinken!
- **Waarom sommigen falen**
Te veel zelfvertrouwen maakt je zelfingenomen. En dat is een gevaarlijke houding die wel eens tot diepe ontgoocheling zou kunnen leiden op de diploma-uitreiking. Je kunt nooit te voorbereid aan een examen beginnen en vaak verbergt een gevoel van veel zelfvertrouwen een gebrek aan goede voorbereiding.

Stampt dit boekje open deuren in? Ik dacht het niet. Veel ervaringsdeskundigen in het examens afleggen zullen de situaties uit dit boek zeer herkenbaar vinden. Ook al komt een en ander bij het lezen ervan over als vanzelfsprekend.

[2010-01-24]