



Foto: © Svetlana Braun/istockphoto.com

Prüfungsvorbereitung

Tipps zur optimalen Prüfungsvorbereitung

Die Bankfachklasse im Interview – diesmal mit Judith Diekmann, Ausbildungsleiterin der Oldenburgische Landesbank AG, die seit zwei Jahren als Bankfachklasse-Autorin tätig ist. Auch sie wird in den kommenden Wochen ihre Auszubildenden auf die IHK-Prüfung Bankkaufmann/frau Winter 2012/2013 vorbereiten.

► Judith Diekmann

Bankfachklasse: *Frau Diekmann, vielen Dank, dass Sie unseren Lesern heute einen Einblick in Ihre Erfahrungen und Tipps zur Vorbereitung auf die IHK-Prüfung Bankkaufmann/frau geben. Gibt es Ihrer Meinung nach eine „optimale“ Vorbereitung?*

Judith Diekmann: Es gibt nicht „die“ optimale Prüfungsvorbereitung. Jeder Mensch lernt sehr individuell und hat seine persönlichen Lernstärken, die er bei seiner Prüfungsvorbereitung unbedingt beachten sollte.

Bankfachklasse: *Haben Sie dennoch Tipps, die für alle Prüflinge gleichermaßen gelten?*

Judith Diekmann: Natürlich, insbesondere bei der Lernorganisation gibt es echte Erfolgsrezepte für jeden Prüfling. Zunächst ist eine langfristige Lernplanung, die sich am Stoffkatalog orientiert und spätestens im August (ca. drei bis dreieinhalb Monate vor dem Prüfungstermin) beginnt, wichtig. Die Fächer sollten abwechselnd behandelt und der Lernerfolg immer direkt mit Original-Prüfungsaufgaben über-

prüft werden. Eine sinnvolle Wiederholung der gelernten Inhalte – möglichst anhand von Aufgaben – ist unabdingbar. Außerdem sind Detailkenntnisse über den Aufbau und den Ablauf der Prüfungen wichtig, um eine eigene Prüfungsstrategie trainieren zu können.

Bankfachklasse: Ihre Artikel zum Thema „Prüfungsvorbereitung“ sind im letzten Jahr in der Bankfachklasse erschienen. Inwiefern sind die Inhalte auch auf die kommenden Prüfungen anwendbar?

Judith Diekmann: Die vier Artikel sind nach wie vor aktuell. Mit der Prüfung Sommer 2012 hat sich nur eine kleinere Änderung bei der Gestaltung der Fallstudien ergeben. Es wurden der Fragen- und der Antwortteil zusammengefasst. Hier sollte man sich auf jeden Fall den entsprechenden Bearbeitungsbogen der Prüfung Sommer 2012 im Original ansehen. Zusätzlich wurde bei allen programmierten Prüfungen die Teilbewertung von Unteraufgaben abgeschafft.

Bankfachklasse: Was bedeutet das für die Prüfungsstrategie bei den programmierten Aufgaben?

Judith Diekmann: Alle Aufgaben haben den gleichen Einfluss auf die Bewertung. Für die Prüfungsstrategie bedeutet dies, dass man bei der Bearbeitung nicht mehr auf die Wertigkeit der Aufgaben achten muss. Es stellt somit eine Erleichterung für die Prüfungsstrategie dar.

Bankfachklasse: Welche wesentlichen Erkenntnisse können unsere Leser aus Ihrer Artikelserie zur Prüfungsvorbereitung ziehen?

Judith Diekmann: Die Artikel sind eine sehr gute Begleitung durch die Zeit der Prüfungsvorbereitung, da sie Praxistipps zur Lernorganisation, Methoden für die mentale Vorbereitung und detaillierte Informationen zur Prüfungsstrategie für die schriftliche und die mündliche Prüfung beinhalten. Sehr wertvoll finde ich auch die persönlichen Prüfungstipps von sehr erfolgreichen ehemaligen Prüflingen.

Bankfachklasse: Welche weiteren hilfreichen Materialien sollten die Azubis zu ihrer Prüfungsvorbereitung nutzen?

Judith Diekmann: Der Stoffkatalog und die alten IHK-Prüfungen sind die Basis für eine gute Vorbereitung. Zusätzlich mit den bewährten Fachbüchern, Praxisunterlagen aus innerbetrieblichen Seminaren und den Unterlagen aus der Berufsschule als fachliches Fundament sind die Prüflinge sehr gut versorgt. Für aktuelle Informationen sorgt die Bankfachklasse mit ihren Fachartikeln, dem regelmäßigen Prüfungstraining und den Praxisfällen. Unsere Auszubildenden bei der OLB AG nutzen zudem die Lernsoftware „Super in Banking“.

Bankfachklasse: Neben der fachlichen Vorbereitung ist Ihnen aber auch die mentale Vorbereitung sehr wichtig. Womit begründen Sie dies?

Judith Diekmann: Ich habe es in der Vergangenheit sehr häufig erlebt, dass sich Auszubildende mit sehr viel Engagement auf die Prüfung vorbereiten. In der Prüfungssituation konnten sie jedoch ihr Wissen aufgrund von Blockaden nicht abrufen. Die von mir liebevoll als



„nervöse Hühner“ bezeichneten Auszubildenden bringen sich damit um den verdienten Lohn ihrer Arbeit. Die intensive mentale Vorbereitung ist daher für mich ein zweiter Schwerpunkt neben der fachlichen Vorbereitung geworden.

Bankfachklasse: Wie können sich denn speziell die „nervösen Hühner“ gut und nachhaltig auf eine Prüfung vorbereiten?

Judith Diekmann: Es gibt viele Mentaltechniken, die einem „nervösen Huhn“ das Leben erleichtern können. Hier kann ich nur allen den Artikel „Prüfungsvorfreude statt Prüfungsstress“ aus der BFK 09/2011 ans Herz legen, in dem ich bewährte Mentalstrategien aus der Praxis beschrieben habe. In der OLB AG biete ich ein freiwilliges Seminar für unsere Prüflinge an, in dem diese Techniken erlernt werden können.

Bankfachklasse: Welche Erfahrungen haben Sie damit gemacht?

Judith Diekmann: Sehr positive, von den Prüflingen im Sommer 2012 haben 40 Prozent an diesem Seminar teilgenommen. Zunächst hilft schon das Gefühl, nicht alleine mit seinen Sorgen und Ängsten zu sein. In einer Gruppe Selbstcoaching-Methoden zu lernen ist sehr effektiv, da sich die Auszubildenden auch nach dem Seminar weiterhin über ihre Erfolge austauschen. Die langfristige Anwendung der Techniken wird dadurch unterstützt. Zudem kommt es häufig zu Multiplikatoreffekten, so dass auch die „coolen Socken“ die Methoden lernen möchten, um ihre Leistungen zu steigern.

Bankfachklasse: Sie messen aber auch dem Einzelcoaching eine hohe Bedeutung zu, welches Sie speziell in Ihren letzten Artikeln (BFK 03-05/2012) thematisiert haben. Worin sehen Sie diese?

Judith Diekmann: Nicht immer ist das ausschließliche Erlernen von Mentaltechniken ausreichend, da Erlebnisse zum Beispiel aus vergangenen Prüfungen immer wieder zu Blockaden bzw. zu einem Blackout führen. Hier ist die Hilfe in Form eines Einzelcoachings durch einen ausgebildeten Coach notwendig.

Bankfachklasse: Welche Vorteile sehen Sie speziell in der von Ihnen angewandten Kurzzeit-Coaching-Methode „wingwave“?

Judith Diekmann: Mit Hilfe der Methode „wingwave“ kann man die vorhandenen emotionalen Blockaden beseitigen. Die Erlebnisse der Vergangenheit werden positiv verarbeitet, die Auszubildenden gehen ruhig, gelassen und mit Vorfreude in die Prüfung und können ihr Wissen abrufen. Die schnellen und nachhaltigen Erfolge dieser Coaching-Methode faszinieren mich immer wieder.

Bankfachklasse: Welche weiteren Handlungsfelder sehen Sie zukünftig noch für Ihre Arbeit?

Judith Diekmann: Sehr wichtig finde ich auch den Aufbau eines individuellen Lerncoachings. Ich beobachte häufig, dass Auszubildende uneffektive Lernstrategien nutzen. Viel Zeit und Energie werden umsonst eingesetzt, was sehr demotivierend für den Einzelnen ist.

Bankfachklasse: Welche Lösungsansätze haben Sie dafür?

Judith Diekmann: Seminare zum Thema „Lernen lernen“, die pauschale Lerntechniken vermitteln, nützen nach meiner Erfahrung leider eher wenig. Die Individualität des Lerners und seine Lernhistorie verhindert häufig die Umsetzung. Hier ist eine gezielte Förderung in Form von speziellen Seminarimpulsen ergänzt durch Einzelcoachings sinnvoll. Damit kann der einzelne Auszubildende eine erfolgreiche persönliche Lernstrategie für das notwendige lebenslange Lernen entwickeln.

Bankfachklasse: Sind Ihre Erkenntnisse und Tipps auch für andere anforderungsreiche Situationen während oder auch nach der Ausbildung übertragbar?

Judith Diekmann: Ja, auf jeden Fall. Die Methoden sind auf viele Themenbereiche auch für Mitarbeiter anwendbar. Insbesondere für Prüfungs- und Präsentationsthemen, aber auch bei der Begleitung von Changeprozessen oder im Bereich der Stressprävention. Daraus ergibt sich für mich auch noch ein weiteres Handlungsfeld: die Einführung eines Seminarkonzeptes für nachhaltige Stressprävention schon für Auszubildende.

Bankfachklasse: Welche Ziele verfolgen Sie damit?

Judith Diekmann: Zur individuellen Persönlichkeitsentwicklung in der Ausbildung ist die Förderung einer hohen Selbstwirksamkeitserwartung wichtig. Es gehört aber auch der Aufbau einer guten Selbstfürsorge für einen gesunden Umgang mit Stress in der Arbeits-

Judith Diekmann

1991 – 1994

Ausbildung zur Bankkauffrau bei der Oldenburgische Landesbank AG

2000

Abschluss zur diplomierten Bankbetriebswirtin (Frankfurt School of Finance and Management)

2000

Abschluss zum NLP-Practitioner (DVNLP)

2003

Abschluss zum qualifizierten Coach (Kommunikationstraining Simmerl)

2010

Qualifikation zum **wingwave**-Coach (Besser-Siegmund-Institut)

seit 1996

hauptamtliche Ausbilderin für 230 Auszubildende bei der Oldenburgische Landesbank AG

seit 2012

Lehrbeauftragte der Carl von Ossietzky Universität, Oldenburg



welt dazu. In Zeiten mit einem starken Anstieg von stressbedingten Erkrankungen ist das eine wichtige Investition in die langfristige Gesundheit unserer Mitarbeiter.

Bankfachklasse: Frau Diekmann, vielen Dank für das interessante Interview und wir drücken Ihnen und Ihren Auszubildenden die Daumen für eine gute Vorbereitung und erfolgreiche Prüfung!

Tipps zur optimalen Prüfungsvorbereitung

Veröffentlichungen in der Bankfachklasse

- 07-08/2011 Erfolgreiche Lernstrategien für Ihre Abschlussprüfung
- 09/2011 Prüfungsvorfreude statt Prüfungsstress
- 10/2011 Fit für die schriftliche Abschlussprüfung
- 11/2011 Endspurt – Strategien für die mündliche Abschlussprüfung

03-05/2012 Potenziale nutzen und entfalten – Professionelles Coaching in der Erstausbildung

Links und Literaturempfehlungen

Interessante Links und empfehlenswerte Bücher finden Sie bei den jeweiligen Artikeln oder im Internet unter www.potenziale-nutzen.de

