

## Stressfrei durch die Zwischenprüfung

stud. iur. Johanna Lange

Der Beginn des juristischen Studiums ist die wohl mit aufregendste Zeit im Leben eines jungen Menschen. Plötzlich lernt man eine vollkommen unbekannte, nicht in der Schule behandelte Arbeitsweise kennen und wird mit einer enormen Stofffülle überschüttet, obwohl die ersten Semester, auch Grundstudium genannt<sup>1</sup>, eigentlich noch die weniger stressigen Jahre des langen Studiums sein sollten. Aber es gibt Möglichkeiten, den Stress in der Zwischenprüfung zu umgehen und auch entspannten Klausurenphasen Raum zu schaffen. Natürlich stellt die dargestellte Methode kein zuverlässiges Erfolgskonzept dar, welches gar keinen Stress und gute Noten garantiert. Jedoch kann es durchaus dazu verhelfen und ist durch individuelle Anpassungen für jede Person geeignet.

### I. Planung

Um zunächst zu verstehen, wie man die stressreduzierten Zwischenprüfungssemester planen sollte, müssen wir uns erst einmal grob in das Gedächtnis rufen, wie die Zwischenprüfung aufgebaut ist. Innerhalb der ersten vier Semester müssen in allen drei großen Rechtsgebieten jeweils 12 Notenpunkte in Klausuren aus mindestens zwei Fächern gesammelt werden.<sup>2</sup> Dabei ist im Öffentlichen Recht Verfassungsrecht I oder Verfassungsrecht II und im Zivilrecht Sachenrecht I oder Sachenrecht II einbringungspflichtig.<sup>3</sup> Zudem müssen ein Grundlagenfach und zwei Hausarbeiten bestanden werden.<sup>4</sup> Dabei gibt es verschiedene Möglichkeiten, bestimmte Klausuren zu bestehen.<sup>5</sup> Das ist zunächst wichtig zu verstehen, damit nicht am Ende des dritten Semesters auffällt, dass doch noch eine Leistung zu erbringen

ist und nun dieses Fach zwingend im vierten Semester bestanden werden muss. Das verursacht Stress, den man mit einem Plan für die Zwischenprüfung hätte vermeiden können. Es bietet sich demnach nach jeder Klausurenphase der Zwischenprüfung an, eine Bestandsaufnahme zu machen. Dabei wird reflektiert, welche Klausuren mit welcher Punktzahl bestanden wurden und welche Leistungen noch erbracht werden müssen. Man sollte allerdings nicht nur die Klausurleistungen betrachten, sondern auch den inhaltlichen Stoff, der gelernt wurde. In diesem doch sehr langen und intensiven Studium vergisst man schnell, wie viel eigentlich schon erreicht und geschafft wurde. Gerade durch die Online-Semester haben sicher viele Studierende das Gefühl bekommen, nichts gelernt zu haben. In den meisten Fällen wird dies jedoch nicht zutreffen und durch eine Reflexion der Semester kann man sich leicht in das Gedächtnis rufen, wie viel man bereits erreicht hat – auch in und mit der Zwischenprüfung. Das tut nicht nur dem weiteren Studienverlauf, sondern vor allem auch der mentalen Gesundheit gut.

Bevor man mit dem eigentlichen Lernen beginnt, ist ein Lernplan wichtig, um das gesamte Vorgehen zu strukturieren.<sup>6</sup> Zunächst schreibt man sich dabei die Semestertermine auf. Wann fängt das Semester an? Wann hört es auf und wann gibt es eine Unterbrechung der Vorlesungszeit, bzw. wann ist die vorlesungsfreie Zeit? Auch die ungefähren Klausurzeiträume<sup>7</sup> spielen dabei eine Rolle, denn sie geben vor, für welches Fach wie viel Zeit eingeplant und welche Priorität gesetzt werden muss.<sup>8</sup> Die übrig bleibende Zeit wird dann wochenweise betrachtet. Neben

<sup>1</sup> Oft wird die Zwischenprüfung in der juristischen Ausbildung wie das ungeliebte Kind behandelt – dabei sollte gerade in diesen ersten Semestern der Grundstein für jede juristische Ausbildung und spätere Karriere gelegt werden. Deswegen richtet sich dieser Beitrag vorwiegend an Studierende, die sich im und zwischen dem ersten und vierten Semester an der Universität Hannover befinden.

<sup>2</sup> Siehe dazu § 15 Abs. 1 ZwPrO. Diese ist abrufbar unter <https://www.uni-hannover.de/de/studium/im-studium/pruefungsinfos-fachberatung/rechtswissenschaften/ordnungen/> (Abruf v. 04.01.2022).

<sup>3</sup> Ebd.

<sup>4</sup> Ebd.

<sup>5</sup> Diese sind alle unter <https://www.jura.uni-hannover.de/de/studium/im-studium/hinweise-zu-studienleistungen/zwischenpruefung/> (Abruf v. 04.01.2022) einsehbar.

<sup>6</sup> Zur detaillierten Erstellung eines eigenen Lernplans (für die Examensvorbereitung, aber auch für das vorhergehende Studium) wird auf Fricke/Kaufhold, Lernplan für die Examensvorbereitung – Ein Wegweiser, HanLR 2021, 201 (201ff.) verwiesen.

<sup>7</sup> In Hannover werden die Zwischenprüfungsklausuren in der Regel in den ersten 3–4 Wochen der vorlesungsfreien Zeit des Semesters geschrieben.

<sup>8</sup> Dazu das Beispiel Sachenrecht I im dritten Semester: Meistens wird diese Möglichkeit, das einbringungspflichtige Fach Sachenrecht für die Zwischenprüfung abzuheben, schon im Dezember als Klausur angeboten. Gleichzeitig werden aber auch Verwaltungsrecht AT und Europarecht I im dritten Semester relevant, da diese Fächer einem die fehlenden Punkte im Öffentlichen Recht bringen. Sollten Probeklausuren in diesen beiden Fächern geschrieben werden, kommen viele Studierende in Zeitprobleme, da sie Sachenrecht I bestehen wollen, aber auch eine realistische Einschätzung ihres Wissens im Öffentlichen Recht durch die Probeklausuren haben möchten. Dabei hilft dann der Lernplan. Er schafft für jeden Tag der verbleibenden Zeit Struktur und kann auf die höhere Priorisierung von Sachenrecht I zu beispielsweise Verwaltungsrecht AT angepasst werden. So verliert man nicht den Überblick darüber, welche Fächer nun eigentlich relevanter als andere sind, obwohl alle Rechtsgebiete am Ende des Semesters beherrscht werden müssen.

den normalen Vorlesungs- und AG-Zeiten ist individuell zu überlegen, wie viel wann gelernt werden möchte und was in diesen festen Lernzeiten behandelt werden soll. Wenn am Anfang des Semesters ein Ablaufplan der Veranstaltung hochgeladen wird, kann auch dieser mit den zu behandelnden Themen einbezogen werden. Aber auch Zeiten für Wiederholungen des Stoffes und Pausen sollten natürlich nicht vergessen werden!

## II. Im Semester

„Was Hänschen in der Vorlesungszeit nicht lernt, lernt Hans in der vorlesungsfreien Zeit nur schwer oder nicht mehr.“<sup>9</sup> Mit diesem Spruch sagt Barbara Lange alles, was eine stressfreie Zwischenprüfungszeit ausmacht: Das Lernen nicht aufzuschieben und sich kontinuierlich Zeit dafür zu nehmen. Aber fangen wir von vorn an.

Die Vorlesungen stellen gerade in der Zwischenprüfung für die meisten Studierenden die „Stoffquelle“ dar. Dazu kann auch ein Lehrbuch hinzugezogen werden oder ausschließlich mit diesem gelernt werden. Wichtig ist nur, dass eine Wissensquelle genutzt wird und man sich nicht beispielsweise auf den abgespeckten Stoff der AG verlässt. Denn Lernen setzt Wissen voraus.<sup>10</sup> Durch die Verknüpfung von neuem und altem Wissen findet ein Wissenszuwachs statt.<sup>11</sup> Das bedeutet aber auch, dass gerade in den unteren Semestern das Wissen zunächst angeeignet werden muss.<sup>12</sup> Genau dabei helfen Lehrbücher und Vorlesungen. Anstatt aber nur passiv durch Zuhören während der Vorlesung oder durch Lesen und Markieren des Lehrbuchs das Wissen aufzunehmen, ist es viel effektiver, sich aktiv mit den Inhalten auseinander zu setzen.<sup>13</sup> Beispiele dafür sind das Beteiligung an der Vorlesung oder der AG sowie das Mitschreiben, durch welches Schwerpunkte herausgefiltert werden und überlegt wird, wo der inhaltliche Punkt in der schematischen Prüfung relevant wird.

Die Arbeitsgemeinschaften vermitteln Euch dann genau dieses Wissen: wo welche Informationen des Sachverhaltes in Eurem juristischen Gutachten angebracht werden. Deswegen ist es gerade dort auch wichtig, aktiv teilzunehmen und nicht nur passiv die Zeit abzusitzen. Gerade in den beiden unteren Semestern helfen die AGs, Definitionen,

Meinungsstreitigkeiten und Schemata zu verstehen und zu verinnerlichen. In der Nachbereitung bietet sich es deshalb an, die wichtigen Dinge aus der Lösungsskizze herauszuschreiben und zum Lernen zu verwenden. Außerdem hilft es ungemein, die AG-Fälle in jedem Fach auszuformulieren. Denn beim Lesen der Lösungsskizze denkt man sich oft „Das hätte ich genauso formuliert, hätte ich die Lösung geschrieben.“ Doch das stimmt in den meisten Fällen nicht und wenn man dann in der Klausur sitzt, hat man Probleme, die richtigen Worte zu finden oder vergisst eine Definition, weil sie nie in der AG ausgesprochen wurde. Das Ausformulieren hilft, diese Fehler zu vermeiden und die Klausur schneller zu lösen. Außerdem wird damit der Gutachtenstil von Anfang an strukturiert antrainiert – welcher gerade in den ersten Semestern in den Klausuren fehlerfrei erwartet wird. Das wird von den meisten Studierenden, die man nach Tipps für die ersten Semester fragt, als „Fälle, Fälle, Fälle“ bezeichnet. Aber nicht nur die AG-Fälle nützen Euch, weitere Fälle zum Lösen findet man in Fallbüchern und in juristischen (Ausbildungs-)Zeitschriften. Diese vermitteln Euch, wie man selbstständig ohne die AG-Leitenden einen Fall löst – also so wie das in der Klausur gefordert wird. Die selbstständige Vorbereitung der AG-Fälle bietet dieselben Vorteile. Je mehr unbekannte Fallkonstellationen schon gelöst worden sind und je mehr Wissen über den Zusammenhang von bestimmten Normen besteht, desto einfacher fällt die Klausurlösung am Ende des Semesters.

Neben dem frühen Ausformulieren und selbstständigen Lösen von (AG-)Fällen ist ein weiterer Schlüssel zu einer stressfreien Zeit im Grundstudium das Lernen neben dem normalen Vorlesungs- und AG-Betrieb. Anstatt Definitionen, Schemata und Meinungsstreitigkeiten erst in den zwei bis drei Wochen vor der Klausur zu lernen, kann man dies auch in kleinen Einheiten neben dem Vorlesungsbetrieb erledigen und dadurch Zeit und Nerven sparen. Denn lernt man die relevanten Dinge erst kurz vor der Klausur auswendig, gelangen sie nicht in das Langzeitgedächtnis und das ganze Wissen ist nach der Klausur wieder weg.<sup>14</sup> Gerade im Hinblick auf die Notwendigkeit, in Folgesemestern auf bereits Erlerntes zurückzugreifen zu können, kann das nur von Vorteil sein. Nachdem der Inhalt angeeignet und

<sup>9</sup> Lange, Jurastudium erfolgreich, 8. Aufl. 2015, S. 17.

<sup>10</sup> Lammert, Lernen im Jurastudium und in der Examensvorbereitung, JuS 2015, 289 (290).

<sup>11</sup> Lammert, JuS 2015 (Fn. 10), 289 (290).

<sup>12</sup> Jochum, Wie man sich das Recht zu eigen macht, JuS 2013, 586 (587); Lammert, JuS 2015 (Fn. 10), 289 (290).

<sup>13</sup> Jochum, JuS 2013 (Fn. 12), 586 (586); Lammert, JuS 2015 (Fn. 10), 289 (290); Sanders/Dauner-Lieb, Lernlust statt Examensfrust, JuS 2013, 380 (383).

<sup>14</sup> Lange, Jurastudium erfolgreich (Fn. 9), S. 322.

verstanden wurde, sollte er mindestens dreimal wiederholt werden, um nachhaltig behalten zu werden.<sup>15</sup> Dafür bietet sich die erste Wiederholung innerhalb von 48 Stunden zum Erlernen des Stoffes an. Für die zweite Wiederholung bietet sich ein Abstand von einer Woche zu der ersten Wiederholung und für die dritte Wiederholung ein Abstand von einem Monat zur zweiten Wiederholung an.<sup>16</sup> Wie genau der Inhalt zuerst aufgeschrieben und dann wiederholt wird, ist Geschmackssache. Allerdings haben sich im Laufe der Jahre Karteikarten bewährt.<sup>17</sup> Anstatt diese aber von oben bis unten vollzuschreiben, hat es sich als effektiver herausgestellt, so wenig Inhalt wie möglich auf eine Karte zu schreiben. So können einzelne Punkte besser auseinandergehalten werden und beim Wiederholen stellt sich leichter heraus, was noch nicht ausreichend im Kopf verankert ist. Bei Karteikarten mit viel Inhalt neigt man dazu, viele Punkte schneller zu vergessen oder gar nicht erst die Motivation aufzubringen, diese auswendig lernen zu wollen. Am Ende des Semesters fällt zumeist auf, dass Inhalte durch die regelmäßige Wiederholung viel besser im Kopf bleiben, als wenn nur kurz vor den Klausuren gelernt wird.

### III. In der Klausurenphase

In der Klausurenphase brauchen die Definitionen und Meinungsstreitigkeiten durch Fleiß während der vorlesungsfreien Zeit nicht mehr neu verinnerlicht werden – das regelmäßige Wiederholen sollte dennoch nicht vernachlässigt werden. In der gewonnenen Zeit heißt es einmal mehr „Fälle, Fälle, Fälle“. Dabei stellen Altklausuren eine weitere Möglichkeit dar, an klausurrealistische Sachverhalte zu gelangen und ein Gefühl dafür zu bekommen, wie die Klausuren typischerweise aufgebaut sind und was deren Inhalt sein kann. Außerdem bekommt man durch das Lösen der Altklausuren in der vorgegebenen Klausurzeit ein Gefühl dafür, inwieweit mit Zeitproblemen am Klausurtag gerechnet werden muss. Und dann heißt es: Tief durchatmen. Nehmt Euch Zeit, auch einmal auszuspannen und Euch mental auf die Klausuren vorzubereiten. Euer Lerntag muss nicht zwingend ein 8- oder 10-Stunden-Tag sein – denn um dies zu umgehen, habt ihr im Semester die Inhalte, die ihr können müsst, schon gelernt.

### IV. Zusammenfassung

Es gibt also auch Möglichkeiten, in den Klausurenphasen der Zwischenprüfung nicht bis 23 Uhr in der Bibliothek

sitzen zu müssen. Struktur und Fleiß im laufenden Semester zahlen sich mit Ruhe vor den Klausuren und gutem Gewissen aus und verhelfen dazu, unnötigen Stress zu vermeiden. Am Ende ist es immer wichtig, sich Zeit zu nehmen, den Stoff zu verstehen und die Wiederholungen dessen nicht zu vernachlässigen. Kein Meister ist vom Himmel gefallen und die ersten Semester des juristischen Studiums sollten auch dazu genutzt werden, Dinge zu erleben und Neues kennenzulernen. Und das geht durch stetiges Lernen auch ohne schlechtes Gewissen, weil die Klausuren immer näher rücken.

<sup>15</sup> Kautzmann/Miketta, *Das Wunder im Kopf*, Intelligenz, Gedächtnis und Gefühle verstehen und optimal nutzen, 1. Auflage 1999, S. 91; Lange, *Jurastudium erfolgreich* (Fn. 9), S. 326.

<sup>16</sup> Lange, *Jurastudium erfolgreich* (Fn. 9), S. 326; Roth, *Aus Sicht des Gehirns*, 3. Auflage 2009, S. 306f.

<sup>17</sup> Lange, *Jurastudium erfolgreich* (Fn. 9), S. 218f.