

Coordinación Académica

Julio de 2014

Las pruebas de fuego*

Mes de julio. ¡Exámenes! Palabra que se pronuncia con ansiedad que tiene sabor a fatalidad, pesadumbres, miedo, días de encierro. Aparecen las noches en vela. Apuntes que, de a ratos, resultan ininteligibles, conversaciones con amigos que giran sobre un mismo tema, horas y horas en la biblioteca. Y, como si esto fuera poco, el fantasma de la materia que no se puede dominar y la presencia del profesor o profesora que intenta descubrir hasta qué punto ella o él dominan la cuestión.

¿Por qué este panorama?

El éxito en los exámenes no depende sólo de la inteligencia, del buen ánimo o de la capacidad de análisis y síntesis. Esa angustia que aparece en el “momento fatal” puede superarse. Para estar a la altura de las circunstancias y salir airoso es bueno imaginar el examen como la oportunidad para demostrar cuánto vale uno. Y ya que los desafíos motivan al hombre, tomar la evaluación como un reto es en muchos casos estimulante. El examen aprobado no es permiso para olvidar. Tiene que ser el inicio de una reflexión crítica sobre los conocimientos que proporciona la asignatura que está estudiando. Predisponerse con una actitud positiva es de gran ayuda en el momento de rendir. Es allí donde se pone a prueba la capacidad de expresarse –verbalmente o pos escrito–, la habilidad para superar los nervios. Es donde nos damos cuenta de si estudiamos y si el método utilizado fue el correcto. Porque el conocimiento no llega porque sí. Es producto de un proceso que debió comenzar con la preparación de la asignatura. Para evitar que el pánico o los nervios frente a los profesores o a la hoja llena de preguntas, hace falta motivación y hábitos saludables para ganar concentración.



Algunos consejos

CONSEJO #1:

"Crea y sigue un calendario de estudio."

2. La preparación debe iniciarse el primer día del curso y mantenerse día a día.

CONSEJO #3:

"Recapacita sobre lo que estudias para asimilar y recordar mejor."

4. Se debe prestar especial atención al repaso.

11. Conviene organizar un plan de estudio estableciendo la programación y el tiempo estimativo.

CONSEJO #6:

"Mantén una dieta equilibrada y no dejes de dormir."

11. Es útil simular la situación de examen respondiendo algunas preguntas por escrito o exponiendo oralmente a algún compañero o familiar.
12. Es conveniente enterarse de las características del examen. Para esto, consultar al tutor.
13. La noche anterior al examen es bueno dejar de estudiar relativamente temprano.

CONSEJO #10:

"Mantén la calma y confía en ti mismo."

12. Cuando se está preparando un examen inminente, es común que la ansiedad aumente. Ésta tiene su origen en el "miedo al fracaso". Uno de los recursos para disminuirla es la confianza en los propios conocimientos reforzada por los éxitos anteriores.

Frente a la hoja en blanco

- Seguir con atención las instrucciones que dé el veedor antes de iniciar el examen. Leer las consignas y no dar nada por supuesto.
- Leer todas las preguntas prestando atención a aquello que se solicita. Detenerse en las palabras que explican lo que ha de hacerse: analizar, clasificar, describir, enumerar, justificar, sintetizar, etc.
- Distribuir el tiempo entre todas las preguntas reservando algunos momentos para revisarlo una vez terminado.
- Presentar el examen de modo aceptable, con letra legible, sin faltas de ortografía y sin tachaduras.
- Provéase de correctores para evitar una entrega ilegible.
- Antes de comenzar a redactar puede hacerse un esquema de la pregunta. Tiene la virtud de no dejar puntos por el camino y de establecer los nexos correspondientes.
- No debe dejar de escribir. Si no recuerda alguna respuesta, lo más conveniente es pasar a la pregunta siguiente porque el tiempo es limitado.

Expresar sus ideas con un buen lenguaje, empleando las palabras adecuadas al vocabulario técnico que le exige la disciplina que está estudiando. Pero ¡cuidado! Nunca emplee términos cuyo significado desconoce. No repita definiciones o conceptos “de memoria” si no es capaz de poder explicarlos “con otras palabras” o de dar ejemplos. Estudiar es mucho más que recibir información, analizarla y recordarla cuando es necesario repetirla. Depende de la actitud de quien estudia convertir esta tarea en la aventura del conocimiento.

¡El equipo de la FEDEV le desea éxitos en estos exámenes!

- Autoras Prof. Corina Acosta, Prof. Jorgelina Fernández y Dra. Clara Bonfill. Publicado en La Ciudad de Belgrano, N°39, 1996. Actualizado por la Dra. Clara Bonfill, julio 2014