

Eindexamenvrees

Ruim tweehonderdduizend scholieren in het VMBO, Havo en VWO zitten middenin hun eindexamen. Ofschoon het gros van hen deze spannende periode met een diploma afsluiten zal, gaan de examens helaas ook bij veel leerlingen gepaard met weinig tot veel stress en faalangst. Onderschatten we niet de zenuwen bij docenten, schooldirecteuren, surveillanten en ouders van de kandidaten.



Als ervarings-‘deskundige’ kan ik mij heel goed inleven in de jongens en meisjes, die last hebben van examenvrees, zeg maar overmatige zenuwen of zelfs faalangst.

Ik deed in 1975 eindexamen met een overwegend talenpakket. Ofschoon ik dagelijks gedisciplineerd huiswerk maakte, schoot ik nauwelijks op, waardoor ik de leerstof niet altijd goed beheerste, ook niet voor proefwerken en het eindexamen. Natuurlijk ligt het ene vak je beter dan het andere, maar ik las en schreef langzaam (onder andere door mijn linkshandigheid) en had last van concentratieverlies. Kon ik daarnaast slecht plannen? Had ik een verkeerde manier van leren?

Gok

Mij gingen de mondelinge examens beter af dan de schriftelijke. Ik was dan meer ontspannen. Vooral bij het schriftelijke examen was ik snel afgeleid, bijvoorbeeld door klasgenoten die in ‘no time’ hun werk inleverden. Meestal, ook tijdens proefwerken, was ik in tijdnood. Zag soms door de zenuwen vragen over het hoofd.

In mijn examenjaar vond ik het onfair (dit vind ik nu nog steeds) dat juist mijn zwakste onderdeel het tekstverklaren (open vragen, multiple-choise, luistertesten) het zwaarste meetelde bij de berekening van het eindcijfer. Mijn kwaliteiten lagen immers op het gebied van opstel, spreekbeurt, ontleden en dictee.

Gelukkig overtrof ik mezelf enigszins bij het centrale schriftelijk (in mei). Dit kwam mede omdat ik zowel bij Engels, Duits als Frans meerdere antwoorden bij multiple-choise wegens tijdnood goed had gegokt. Ofschoon ik in de aanloop naar en tijdens proefwerken en het eindexamen nooit slapeloze nachten gehad heb, viel na het slagen een last van mij af.

Hoop

Een psycholoog beweerde pas in een talkshow dat faalangst meestal snel verholpen kan worden. Volgens hem moeten scholieren met een positieve instelling (positief zelfbeeld) aan het examen beginnen, zoals ‘ik ga ervoor’ en ‘de slechte resultaten uit het verleden laat ik achter mij, want de toekomst heeft voor mij veel moois te bieden.’ Vroeger slikte je ‘rustgevende’ pilletjes.

Docenten deden en doen er alles aan om kandidaten op tijd bij te spijkeren in onderdelen van vakken waarin ze zwakker zijn. Tegenwoordig gaat de service zover dat jongeren met dyslexie tijdens het examen vooraan mogen zitten, zodat ze zich nog beter kunnen concentreren. Was dit laatste in mijn tijd ook maar het geval geweest!

In de jaren nul van deze eeuw constateerde een bevriende arts dat ik last had van een lichte vorm van dyslexie. Door haar uitspraak viel alles op zijn plaats en begreep ik in elk geval waarom ik tijdens mijn studies als één van de laatste klaar was met het maken van proefwerken en schriftelijke examens.

Na de middelbare school is het beter gegaan met mijn tekstverklaren/begrijpend lezen. Waardoor dit komt, weet ik niet. Een fervente boekenlezer ben ik echter niet geworden, mede omdat mijn leessnelheid nog steeds niet hoog ligt. Als ik oud ben, ga ik de achterstand hopelijk inhalen.

Tekst: Jos Schols

23 mei 2011