



Próvtøkuangist

LAT SUM TÚ VEIT BETUR

Próvtøkutíðin stendur fyri framman, og ivaleyst eru tey mong lesandi, sum í hesum døgum lesa og fyrireika seg til at vísa síni kynstur í próvtøkuhølunum. Í temasiðunum í Sosialinum hesaferð seta vit fokus á próvtøkur. Hvat kanst tú gera fyri at gerast betur til munnligar próvtøkur, og hvørjar forðingar eru á vegnum?

BARBARA HOLM

»Tú skalt bara lata sum um, at tú veit betur enn lærararnir. Tað gevur tær eyka sjálvsálit«. Soleiðis segði mín sera gløggi ensktlærari á Handilsskúlanum við meg fyri nøkrum árum síðani. Og tí havi eg hildið fast við.

Vit kenna øll til óbehagiligu, trýstu støðuna tú ert í beint áðrenn tú skalt inn til munnliga roynd. Hvat um tey spyrja um hatta evnið, sum eg ikki ordiliga skilji? Hvat um eg gloymi alt, sum eg havi fyrireikað meg uppá? Hvat um eg dumpi?

Spurningarnir og ivamálini kunnu ofta elva til, at vit gerast ótrygg og fjálturstungin beint áðrenn vit skulu inn at vísa okkara kynstur. Og fyri mítt viðkomandi kann eg so siga, at tað hevur sum so onga ávirkan, um eg eri væl fyrireikað ella ikki. Kenslan er altíð har. Ivin um hvørt eg fari at klára próvtøkuna, er altíð við mær óansæð umstøður.

Fyri nøkrum árum síðani, tá ið eg gekk á Handilsskúlanum í Havn, greiddi eg mínum yndislærara frá, at mær dámdi so illa at ganga til munnligar próvtøkur, tí eg helt tað vera heldur nervapirrandi. Helst tí, at eg visti, at óansæð hvussu væl



Tú skalt bara lata sum um, at tú veit betur enn lærararnir. Tað gevur tær eyka sjálvsálit«

fyr ireikað eg var, so vistu lærarar og próvdómarar ivaleyst nógv meira um evnið enn eg. So hvat kundi eg í veruleikanum vísa teimum, sum tey ikki vistu frammanundan?

Tá segði hon mær, at hon sjálv altíð plagdi at siga við seg sjálva áðrenn onkra stóra roynd av

onkrum slag, at "eg dugi hetta betur enn áskoðararnir, og nú skal eg læra frá mær so gott eg kann". Eg veit ikki hví, men júst hasin setningur hevur fylgt mær síðani. Hvørja ferð eg skal til próvtøku royni eg at siga mær sjálvari, at eg havi nakað at bjóða, óansæð um lærarar og próvdómarar eru væl betri fyri enn eg í ymsu fakunum. Men tað hjálpir mær, tí tað gevur mær ein leiklut at spæla. Og er tað í veruleikanum ikki júst tað, sum próvtøka er? Vit skulu spæla ein leiklut, sum síðani verður vígaður og mátaður, og at enda fáa vit at vita, um vit duga nógv væl til at sleppa víðari.

Spurningurin er so hvønn leiklut tú vilt spæla hesa avgerandi løtu. Vilt tú vera tann, sum er tilvitaður um, at tú ikki dugir og kanst svara øllum, ella vilt tú vera tann, sum setir prís uppá tínar egnu førleikar, um enn teir ikki eru fullgjørdur? Eg velji tað seinna. Og um enn tað bara er ein sjónleikur, ein leiklutur eg skal spæla eina løtu, so hjálpir tað mær at hugsa so.

Próvtøkuangist er ein ógvuliga uppslítandi støða, tí bæði kroppur og sinn vera merkt av tí



Hvat er próvtøkuangist?

Vit kenna øll til kensluna av at hava summarfuglar í búkinum, ella vera eyka eftirskettin beint uppundir eina próvtøku. Próvtøkuangist er, tá ið nervarnir í samband við próvtøku gerast ov stórir. Tað serstaka við einari próvtøku er, at tú skalt vigast og mátaast av einum lærarar og einum próvdómara. Fyri tey flestu er ein ávisur spenningur ella fjáltur samantvunnin við eina próvtøku, og hetta kann vera ein fyrimunur. Hetta tí, at ein kensla av spenningi kann økja um tína konsentratió, og harvið klárar tú betri at tala tína sak. Men fyri nógv lesandi er tað soleiðis, at fjálturin tekur yvirhond, og tú fært próvtøkuangist.

Størsti munurin millum vanligar nervar og próvtøkuangist er, at tað fyrra fremur tína konsentratió, meðan tað seinna kann bremsa tær í støðuni.

Tað er ymiskt frá persóni til persón, hvussu ávirkað tey gerast av próvtøkuangist. Men um angistin hevur fingið fastatøkur á tær, so er hon bæði tíðarkrevjandi, møðandi og orkukrevjandi. Hjá summum ávirkar próvtøkuangist førleikarnar í støðuni, við tí úrslitið, at tann lesandi fær ikki víst í verki hvat viðkomandi duga.

Tey flestu lesandi, sum stríðast við próvtøkuangist, kenna eisini til fjáltur og ótryggleika, sum kemur tá tey skulu svara spurningum frammanfyri flokkinum ella leggja fram fyri størri bólkum. Um angistin heldur tær frá at luttaka aktivt í flokkinum, so kann tað eisini hava neiliga ávirkan. Bæði tí tú ikki fært sett teir spurningar tú hevur, og tí tú nýtir alt ov nógv orku uppá ikki at vera sæddur ella spurður um nakað.