

COUNTDOWN ESAMI**Ansie e paure degli studenti**

Manca sempre meno alle prove di licenza media e ormai lo studio prevale su tutto.

L'esame di terza media è la prima grande prova che un adolescente si trova a dovere affrontare. Nell'esame verrà giudicata la sua preparazione scolastica e per questo motivo gli studenti si sentono sotto valutazione in tutto e per tutto. Gli alunni hanno paura di essere giudicati dai professori, amici e parenti. In realtà è importante ricordare che questa è solo una loro impressione: nessuno sarà con il dito puntato a giudicare l'interrogato, l'unica cosa di cui si può essere sicuri è che per superare la prova bisogna impegnarsi e sapersi auto controllare. L'esame di terza media è inoltre un'occasione per imparare a superare le paure ed autogestire le proprie emozioni e quindi fare un passo verso la maturità. Cosa pensa Leonardo, che quest'anno frequenta la terza media nella nostra scuola, della prova che lo aspetta?

«Penso che ci siano troppe materie, di cui le lingue sono quelle che mi fanno preoccupare di più. Temo molto l'esame orale perché ho paura di non sapermi esprimere. Però secondo me l'esame è indispensabile per dare una prova di maturità che in futuro mi aprirà delle strade per studi anche più impegnativi».

Abbiamo quindi chiesto un consiglio a Francesca, ex alunna della scuola, che ha superato gli esami l'anno scorso.

«Riuscire a controllare le mie emozioni - ci ha detto - è stata la difficoltà che più mi ha ostacolato.

Il consiglio che darei ad un ragazzo di terza media è il seguente: studiare con costanza per evitare di dover fare le corse all'ultimo momento, incrementando così le ansie e di ripassare quello che è stato studiato durante i tre anni, in modo di arrivare agli esami con meno preoccupazioni».

L'ansia da esame colpisce tutti, preparati e non. Spesso i più bravi sono i primi ad essere preoccupati, anche se apparentemente non ne avrebbero ragione. L'ansia è indipendente dalla preparazione e viene a tutti coloro che sono preparati, ma hanno paura di non riuscire a dimostrare quanto valgono e hanno paura di perdere la stima degli altri. Che fare? Un po'

di paura fa solo bene perché sprona il ragazzo a studiare, quindi permette la buona riuscita dell'esame. Però la paura non deve essere esagerata, perché rende difficile lo studio e fa distrarre l'interessato. Non ci resta che augurare a tutti, anche a noi, buon esame!

di EUGENIO IMPERLINO, LORENZO MARI,
SILVIO SIANO, CLASSE III B