

Flere søger hjælp mod eksamensangst

Der har altid været eksamensangst, men de senere år er presset på elevernes præstationer steget, siger rektor Henrik Boberg Bæch, Espergærde Gymnasium & HF.



Af
Tine Zedeler
t.zedeler@hdnet.dk

ESPERGÆRDE: Eleverne skal nå at lære mere på kortere tid, og samtidig er kompleksiteten i fagene blevet større.

Det er kort sagt konklusionen på en forholdsvis ny undersøgelse, som kortlægger de seneste 50 års udvikling i gymnasierne med fokus på fagligheden, lavet af Danmarks Evalueringsinstitut EVA.

Den øgede kompleksitet og arbejds mængde er, ved siden af at gymnasiet også gør meget ud af at oplyse eleverne om tilbuddet, en af grundene til, at Espergærde Gymnasium de senere år har oplevet en stigning i antallet af elever, der gerne vil have hjælp til at tackle eksamensangst, vurderer gymnasiets rektor.

- Det er blevet sværere at gå i gymnasiet. Samtidig er der krav fra samfundets side om, at eleverne kommer hurtigere igennem uddannelses systemet, og vælger rigtigt første gang i forhold til drømmestudiet, siger rektor Henrik Boberg Bæch.

Fokus fra karakterer til læring

Rektoren påpeger, at der også generelt er skruet op for adgangskravene til at komme ind på en videregående uddannelse, som er med til at presse eleverne.

- Vi har en præstationskultur, hvor der er højere fokus på karakterer fremfor at lære mest muligt, hvor vi er interesserede i, at hver enkelt elev lærer mest muligt, siger Henrik Boberg Bæch.

Gymnasierektoren påpeger at, præstationskulturen går ud over elevernes arbejdsmiljø.

- Selvfølgelig er der en

sammenhæng mellem karakterer og faglighed, men det handler om at flytte elevernes fokus fra karakter til interesse for at lære om et emne. Det skaber også et godt studiemiljø, siger Henrik Boberg Bæch.

Kendt problematik

Vicerektor for Helsingør Gymnasium Claus Corneliusen oplyser, at gymnasiet ikke fører statistik på, hvor mange elever, der søger hjælp mod eksamensangst, men at det er en problemstilling, som man også godt kender til på gymnasiet.

- Vi har været opmærksomme på problemstillingen længe, og arbejder målrettet gennem et specielt forløb med studievejlederen med fokus på blandt andet motivation, trivsel og eksamensangst, siger Claus Corneliusen.

Karakterfri 1.g

Præstationskulturen er en af grundene til, at Espergærde Gymnasium & HF for to år siden erstattede karaktererne i de skriftlige prøver i 1.g med såkaldt "formativ feedback".

Den går kort fortalt ud på, at vejlede eleverne om, hvad der er smart af fokusere på, "hvad der er elevens næste bedste skridt", forklarer rektoren.

- Forskning viser, at det øger elevernes læring og indsats. Hvis de studerende både får karakterer og en kommentar, er det primært karakteren de hæfter sig ved. Hvis den lever op til forventningen, læser de ikke kommentaren, påpeger Henrik Boberg Bæch.

” Vi har en præstationskultur, hvor der er højere fokus på karakterer fremfor at lære mest muligt.

HENRIK BOBERG BÆCH



Vicerektor Claus Corneliusen(th) og rektor Claus E. Madsen (tv) har travlt i denne her periode, hvor 242 elever fra Helsingør Gymnasium bliver studenter. (Foto: Lars Johannessen)

Rektor: Elever skal ikke være til konstant bedømmelse

Gymnasierne i Espergærde og Helsingør har taget nye metoder i brug for at forebygge stress og mistrivsel blandt eleverne.



Af
Asger Lind Krebs
a.krebs@hdnet.dk

STRESS: For to år siden erstattede Espergærde Gymnasium & HF karaktererne i de skriftlige prøver i 1.g med såkaldt "formativ feedback". En af årsagerne var et mål om at gøre op med præstationskulturen.

Også på Helsingør Gymnasium har de fokus på, at præstationskultur blandt eleverne kan føre til mistrivsel.

- Vi har den udfordring, at folk ik er særligt bevidste om, hvad der er stress. De sondrer ikke mellem at have travlt, for travlt og være under pres. Når vi måler elevernes trivsel, er der mange, som oplever at have for mange bolde i luften. Det kan påvirke deres trivsel, hvis de er

mærket af at være under pres, siger rektor på Helsingør Gymnasium, Claus Madsen.

Pause fra bedømmelser

Borgerne i Helsingør kommune føler sig mere stressede end i resten af Region Hovedstaden. Og blandt de unge er den helt gal. Ifølge Sundhedsprofilen for 2017 har 4 ud af 10 unge et højt stressniveau.

Den problematik er de opmærksomme på på Helsingør Gymnasium. Og rektor Claus Madsen vil sætte nye initiativer i søen for at forebygge stress og fremmetrivsel blandt eleverne.

- Vi vil gerne gøre vores elever dygtige. Men så skal de også trives, og derfor skal vi fjerne noget pres fra dem.

Helt konkret vil Helsingør Gymnasium gøre op med, at eleverne er til konstant vurdering og bedømmelse.

Årskarakterer har stor betydning for det endelige karaktergennemsnit. Dermed kan de i sidste ende også have betydning for, om man får pladsen på drømmeuddannelsen. Årskarakterer er læ-

rerens samlede vurdering af elevens præstation, og derfor er eleverne i princip til konstant bedømmelse.

- Vi oplever også den side med elever, der ønsker høje karakterer og som gerne vil have over 12 i snit for at kunne komme ind på drømmeuddannelsen. Det, som vi skal arbejde med fremrettet, er, hvornår vi giver karakterer, og hvornår eleverne skal træne. En af grundene til, at eleverne får for

travlt, er, at de føler, de bliver bedømt hele tiden. Der skal vi blive bedre til at signalere, hvornår de er til bedømmelse, og hvornår der er plads til at fejle. Vi vil blandt andet skrue ned på antallet af bedømmelser i forhold til skriftligt hjemmearbejde, og i stedet have flere mindre tests, så de skriftlige opgaver i højere grad bliver et træningsredskab, hvor der er plads til at fejle, siger Claus Madsen.

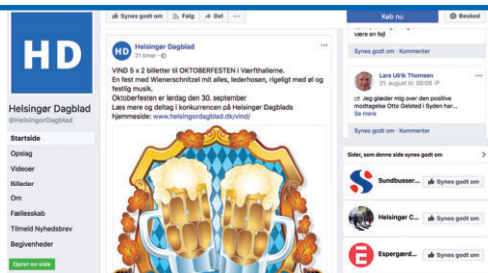
Stress. Hvad gør vi?

Stress bliver omtalt som en folkesygdom. Ifølge Sundhedsstyrelsens Sundhedsprofil er borgerne i Helsingør kommune særlig hårdt ramt af stress og dårlig mental trivsel.

Helsingør Dagblad sætter i dag og de kommende dage fokus på stress og initiativer, der skal forebygge og bekæmpe stress,

I dag med fokus på de studenter, der springer glade ud i disse dage, men som er en del af en ungdom, som i særlig hård grad døjer med et højt stressniveau og dårlig mental trivsel. Har du selv erfaringer med stress, hører vi meget gerne fra dig.

Kontakt journalist Asger Lind Krebs på: a.krebs@hdnet.dk eller 43 33 23 27



Flere end 8.000 følger Helsingør Dagblad på facebook Like os og vær med