

Как сдавать ЭКЗАМЕНЫ

Вера Винниченко

Москва 2016 год

Оглавление

Предисловие	3
Глава 1. Сессия как особый режим существования.	5
1.1. Как заставить себя начать готовиться	5
1.2. Как постоянно поддерживать мотивацию при подготовке.	9
1.3. Как побороть страх экзамена.	14
Что такое страх? Откуда он берется?	15
Методы преодоления страха экзамена	16
Выводы 1 главы	18
Глава 2. Подготовка к экзамену.	21
2.1. Стратегии двоечников.....	21
2.2. Стратегии подготовки отличников	23
2.3. Как «накачать» память	26
Выводы главы 2	27
Глава 3. На экзамене	29
3.1. Как одеваться на устный экзамен	29
3.2. Ответ на экзамене	31
3.2.1. Планирование ответа.....	31
3.2.2. Кому отвечать.	32
3.2.3. Когда можно садиться отвечать? Три стратегии отличников.....	35
3.2.4. Ответ преподавателю.	38
Выводы по главе 3.	44
Глава 4. Если у вас уже есть негативный опыт сдачи экзамена.	46
Выводы по главе 4	54
Глава 5. Экзамен и первобытное мышление.	55
5.1. О первобытном мышлении.	55
Глава 6. Веселые истории моих друзей (вместо заключения)	62

Предисловие

Мне захотелось написать эту книгу после одного любопытного случая в моей преподавательской практике. Однажды я принимала экзамен у хорошего студента: он с радостью посещал наши занятия, задавал по 3-4 вопроса после каждой лекции. Когда он сел отвечать, я обрадовалась, ожидая превосходного ответа. Но он отвечал неуверенно, бессвязно, часто ошибался. Все мои «наводящие вопросы» только загоняли его в тупик. Из-за моей «помощи» он совсем посыпался. Я была растеряна. Ведь это был лучший ученик: он действительно слушал и пропускал через себя материал, был мотивирован. Почему же он плохо отвечал?

Когда я рассказала преподавателю кафедры об этом странном случае, он в ответ поделился своей историей.

«Сдавал мне как-то один двоечник. Ну ни в одном глазу. Да и ходил плохо. Я и отправил его на пересдачу. А там что-то в расписании напутали, в общем, оказалось, что пересдача на следующий день. И вот была у него буквально ночь. Он наутро приходит и все мне отвечает. А я ему довопрос – он и на него. Я самое сложное спрашиваю – все отвечает. Поставил пять. А потом спрашиваю – сколько вы готовились? А он: «Один день, точнее одну ночь». Это мой-то предмет, над которым отличники плачут.»

Почему «хорошие» студенты могут «плохо» отвечать? Почему двоечники вдруг начинают на экзаменах блистать острым умом? Почему экзамен одних людей мобилизует и воодушевляет, а других наоборот вгоняет в полный ступор?

Вот с того самого случая я начала думать над этим вопросом. Некоторый опыт у меня был. Я закончила с отличием МГУ им. Ломоносова и уже три года принимала экзамены как преподаватель кафедры. При этом никаких выдающихся умственных способностей у меня не было: в обычной общеобразовательной школе я часто хватала тройки. Но перед тем, как сдавать университетские экзамены, я получила подробный инструктаж о том, как надо сдавать экзамены от одного отличника. Он предостерег меня от огромного числа ошибок (при подготовке, при ответе, при конфликтных ситуациях). И теперь, семь лет спустя, побывав по ту и по другую сторону зачетки, я немного дополнила и расширила этот инструктаж.

Я буду писать эту книжку и от лица студента, и от лица преподавателя одновременно. Очень надеюсь, что эта книжка может оказаться полезной для тех ребят, которые собираются сдавать устные экзамены. Здесь вы найдете подробное описание

некоторых типичных ошибок подготовки к экзамену, поведению во время экзамена. Познакомьтесь со стратегиями сдачи экзамена лучших студентов, а также с границами применения этих стратегий (что более важно). В каждой главе я приведу реальные примеры из своей практики или практики моих друзей и коллег. А в самом конце книги вы прочтете веселые истории про экзамены, которые мне помогли собрать мои друзья. Если до экзамена остается только 1 день – лучше бегло ознакомиться с правилами, приведенными в конце каждой главы. Если у вас есть время, можно познакомиться и с аргументацией этих правил, которые составляют основную часть текста.

Эту книгу я писала вместе с моими близкими друзьями, а также с коллегами преподавателями и лучшими студентами. Они присылали свои истории, терпеливо делились опытом и мнениями. Без этих людей у меня ничего бы не получилось: моя дорогая мама, друг и идейный вдохновитель Ольга Винниченко, мой супруг, который меня всегда терпеливо выслушивает Антон Толченников; мои дорогие одногруппники и однокурсники, с которыми я вместе проучилась 5 университетских лет: Станислава Князьева, Юлия Храмова, Игорь Поваров, Сергей Белых, София Сидорова, Наталья Лебедева; мои друзья и близкие Мария Довгер, Алексей Прокопов, Андрей Янчевский, Татьяна Дутова, Наталья Толченникова, Алена Кухтенкова, Александра Усачева, Ольга Смирнова, Людмила Главинская, Наталья Золотова., Кристина Гурова, мои дорогие преподаватели Дмитрий Напалков, Станислав Дробышевский, Александр Латанов, Янош Фальк, Илья Лебедев, Николай Поярков, Ярослав Пуздырев, Наталья Ермаченко, Ирина Селиванова, Анастасия Кошелева, и мои дорогие студенты Мария Константинова и Павел Шлепнев.

Глава 1. Сессия как особый режим существования.

Мы с вами живем в эпоху информационных перегрузок. С того момента как интернет стал общедоступным и относительно дешевым, практически отпала проблема поиска информации. Зато появилось множество других проблем – проблема перегрузки информационного потока, переизбыток информации, дезорганизованность поступающей информации, колоссальное количество отвлекающих факторов, ускорение информационных процессов. (К концу абзаца моего читателя уже может начать укачивать от слова «информация»). Мы поговорим немного о методах организации и оптимизации информационного потока. О том, как максимально эффективно существовать в стрессовом напряженном режиме сессии, о том как мобилизовать собственные ресурсы и не отвлекаться на ерунду.

1.1. Как заставить себя начать готовиться

Рано или поздно приходит время расплаты за счастливую студенческую жизнь – наступает пора сессии. Предвидя роковое событие – первый экзамен – нужно забаррикадироваться книжками от толпы однокурсников в шумном общежитии, от радостных празднующих родных дома. Это само по себе довольно непросто – взять и начать. А уж в таких условиях почти невозможно.

Празднующие однокурсники, усевшиеся на твою кровать вшестером – это еще пол беды. Есть еще более фатальная проблема – безлимитный Интернет. Каждые 6 минут в фейсбуке приходит сообщение о том, что Baby Angel оценил фотографию вашего кота. Нужно же посмотреть, кто такой Baby Angel, зафрендить его и лайкнуть его аватар. А вконтакте 15 новых мероприятий, из которых вам хочется по крайней мере на 10, а 5 из них совершенно бесплатны. Так что же выбрать? Бесплатно покататься на сноуборде с друзьями или почитать о шаландовом методе дноуглубления? Что говорит наш внутренний демон?

«Шаландовый метод дноуглубления – это очень хорошо, но давай завтра! А сегодня сноуборд»

«Цикл жизни печеночного сосальщика – это здорово! Но давай завтра! А сегодня – на ночь в Старую Гавану»

«Давай завтра!»

«Давай завтра»

Ну и наконец наступает последний день. И тут люди делятся на две категории. Первые говорят трагично, как в

«Слишком поздно. Меня спасет лишь чудо.»

И учат допустим только второй билет.

И люди второй категории. Они наоборот могут работать только в такой ситуации – когда времени уже нет. Они действительно начинают в этот момент продуктивно готовиться.

В одном и первые, и вторые и даже те, кто все три дня старательно готовился сходятся. Они говорят

«Вот был бы у меня еще один день, я бы точно подготовился»

В чем дело? Почему начинать готовиться так трудно?

Ответить нам на этот вопрос поможет учение Ухтомского о доминанте. Что такое доминанта? Давайте вернемся в 1911 год, в лабораторию русского физиолога Ухтомского, где он ставил свои опыты на собаках.

«У собаки в период приготовления к дефекации, электрическое раздражение коры головного мозга не даёт обычных реакций в конечностях, а усиливает возбуждение в аппарате дефекации и содействует наступлению в нём разрешающего акта. Но как только дефекация завершилась, электрическое раздражение коры начинает вызывать обычные движения конечностей.»

Ухтомский А. А. Доминанта и интегральный образ. — 1924.

Иными словами, когда собака находится в доминанте «какания», если мы возбудим у нее центр поднятия задней правой лапы, она не поднимет лапу, а покакает. Если у собаки пищевая доминанта, то она будет капать слюной на любой шорох, скрежет, свист, вспышку света. Если кошка находится в состоянии поиска кота (мартовский синдром или половая доминанта), а мы будем стучать миской, дразнить рыбой, то мы только усилим инстинкт поиска кота, но не вызовем пищевое поведение.

На физиологическом языке доминанту определяют как очаг повышенной возбудимости. Какая же шокирующая правда прячется за этими страшными словами? Это значит, что в мозгу образовалась кучка нейронов, которые легко активируются. Из-за этого они могут активироваться любыми, даже «чужими» стимулами. Могут «накапливать» возбуждение. А еще они могут пребывать в таком состоянии длительное время. Поэтому доминанта

-устойчива

-захватывает конечный путь

Но я хотела поговорить в этой главе не о какающих собаках и плачущих котках. Все это к тому, что для того чтобы сесть за подготовку, необходимо **организовать рабочую доминанту подготовки к экзамену**. Кстати, А.А.Ухтомский описывает свойства уже сформированной доминанты. Если доминанта создана, то она устойчива и захватывает конечный путь. А как организовать доминанту с нуля?

К счастью, мы в лаборатории немного занимались этим вопросом. Представьте себе, что пока отсутствует образ конечной цели и четкий план действия – преддоминанта неустойчива, она разваливается. Поэтому для того чтобы начать, необходимо

-представить четко **конечный образ** (например ваш вразумительный ответ преподу. И его радость оттого что вы ответили хорошо). Или это может быть как вы и ваши одноклассники идете кататься на коньках, и у всех в зачетках шикарные отметки.

-важный момент. Образ конечной цели должен быть **конкретен**. Так, например, *«Я сдам экзамены и расслаблюсь»* - это абстрактный, неподходящий образ конечной цели. Да, этот образ конечной цели должен быть положительным. А вот *«Препод будет шокирован глубиной моего понимания принципа системности. Я сдам экзамен на пять, обегаю три раза факультет, съем большой кусок мяса в столовой и пойду с одноклассниками на концерт Би-2»* - это конкретный образ конечной цели.

-образ конечной цели **должен быть ярким, положительным и реальным**. Цель должна психически притягивать, приближать к себе. Например, *«я сдам сессию на отлично и куплю себе кроссовки (машину, пони, сникерс)»*. То есть не то чтобы вот я сдам экзамен и наконец примусь перекладывать паркетный пол на кухне как того уже неделю требует моя квартирная хозяйка. Образ должен быть положительным. И еще важно, чтобы он был положительным именно для вас, а не для третьего лица (мамы, девушки, дедушки, научного руководителя). Чужие желания обладают меньшей «валентностью», чем наши собственные

-далее нужно написать на бумажке конкретный образ. Тут я не учу никакой «уличной магии.» Дело в том, что когда мы выписываем наши мысли, мы их объективизируем. Так устроен наш мозг. Если мы подумали «сдать на пять» - это для него мечты, воображение. А если мы это написали – то это конкретный наличный стимул. Наличный стимул – это такой стимул, который действует на нас в данный момент а не по ассоциации или из далекой памяти.

-после этого нужно **прочитать программу** и составить точный **почасовой план действий**. Велико искушение начать «почитывать».

-**записать план и положить перед собой**. Он должен висеть и действовать на вас как **наличный стимул**

-нужно скачать и **добыть все все материалы для подготовки** и **ограничить себе Интернет**. Вы можете совсем отрубить соцсети или попросить знакомого программиста сделать это для вас. Или заходить в Интернет только один раз в день (2, 3, 4 но только не висеть постоянно в сети при условии что вам постоянно приходит что-нибудь от друзей). Повторяю, эти меры особенно суровы **на начальном этапе образования рабочей доминанты**. Я не прошу вырубить соцсети на весь период сессии, понимая насколько это мучительно. Только пока не образуется **рабочая доминанта**.

-далее. Нужно оптимально организовать рабочее пространство. Дело в том, что пока рабочая доминанта еще не сформирована, пока вы находитесь в фазе «раскачки», помехоустойчивость доминанты ну просто никакая. Любой посторонний стимул способен вас надолго отвлечь и попросту убить всякий зачаток мотивации. **На столе не должно быть ничего лишнего**. На стене, полках тоже не должно быть ничего лишнего.

Приведу цитаты великих по этому поводу.

*«Творческая энергия либо концентрируется в некоторой деятельности, Или она просто **распыляется** на бесчисленные трудности и соблазны, которыми жизнь всегда была особенно богата.»*

В.П. Эфроимсон

*«Способность к длительной работе и успехам в высшей школе зависит главным образом от индивидуального уровня целеустремленности и темпов накопления **тормозящих факторов**.»*

Р.Линн (1972)

Первый этап работы – это режим раскачки, **режим преодоления**. Тут придется затрачивать усилие. Когда доминанта наберет силу, она приобретет **инерцию**. То есть вы сами перестанете отвлекаться, или во время отвлечения мозг все равно будет заниматься делом – подсознательно анализировать поступившую информацию.

1.2. Как постоянно поддерживать мотивацию при подготовке.

Итак, начали готовиться, вроде бы пошло, но вдруг какой-то особо трудный вопрос, и буквально «выбивает» из этого рабочего состояния. На душе становится тоскливо, мозг отчаянно сопротивляется. Хочется спать. Что же делать?

Я думаю, нет ни одного человека, у кого бы ни было такого знакомого, который рассуждал бы приблизительно вот так

«А на экзаменах как повезет, могу не сдать, всяк бывает. На первом курсе тройка только одна и та из-за препода. На втором на грани вылета был, почти все экзамены завалил. А сейчас на третьем: две пересдачи – а три экзамена я-таки сдал. Если бы Я хотел учиться как следует, Я бы учился, просто немного не та специальность, не совсем она мне интересна. Вот и вся история.»

Александр, НИИБ¹

Что звучит в этом послыле? Человек не принимает ответственности за свои поступки (фаталистические восклицания типа «всяк бывает», перекладывание ответственности за трояк на препода). И дальше откровенное признание: «я не хочу учиться», и полное перекладывание ответственности за происходящее на внешние обстоятельства (Я не хочу, потому что специальность неинтересная, то есть специальность виновата, была бы она интересная, я бы учился.) Иными словами у Александра отсутствует **мотивация**.

Что такое мотивация? Нейрофизиологическое определение мотивации таково. **Это потребность, реализуемая в действии.** Заметьте, это не просто желание. Мысль «хочу учиться» сама по себе еще не мотивация. Мотивация начинается тогда, когда начинается целенаправленная **деятельность**.

Например, вы лежите на диване и хотите есть, думая «было бы неплохо сейчас курочки с картошкой отведать.» Это еще не мотивация, это только потребность. Но вот вы завязали шнурки на кроссовках, отсчитали 150 рублей мелочью и отправились в магазин за едой – это уже мотивация.

Итак, Александр из примера не мотивирован, о чем он, скорее всего, догадывается и без меня. Но что самое интересное, так это то, что он частично прав. Он прав в том смысле, что если бы он хотел учиться, он бы учился. Почему я так уверенно об этом говорю?

10 лет назад мне попала в руки замечательная книга «Генетика гениальности» В.М. Эфроимсона. Я была в полном восторге от названия. Думала, ну вот, наконец

нашелся тот умный дядечка, который мне расскажет, чем выхинский гопник концептуально отличается от Вольфганга Амадея Моцарта. Я ожидала найти рассказы о гене музыкальной одаренности, о гене математического, инженерного таланта. О генах бегуна, композитора, изобретателя. Но ничего подобного в книге не оказалось! Каково же было мое разочарование, когда я, наконец поняла, что Эфроимсон писал не о гениальности и не сколько о генетике гениальности, сколько о генетике **мотивации**. Это были гиперурикемическая стимуляция интеллектуальной деятельности, тестикулярная, адренилиновая, кофеиновая, падагрическая, маниакально-депрессивная. В общем, это было подробное описание видов внутреннего допинга, стимулирующего умственную деятельность не специфически. То есть совокупность биохимических факторов, которые поддерживают мотивацию. Эфроимсон не говорил конечно о том, что все мы поголовно Моцарты, Кристоферы Рены, Авраамы Линкольны и Леонардо ДаВинчи, заведи только на нас хороший кнут и заставляй что-нибудь делать. У всех у нас есть некоторые склонности, предрасположенности к определенной деятельности. Но лимитирующим, решающим фактором успеха в любой деятельности будет не «склонность» к чему-либо, а способность сохранять рабочую доминанту.

*«Начиная с коэффициента интеллекта 110-120, последующая отдача уже не коррелирует с увеличением интеллекта. На первый план выступает увлеченность своим делом. Это **способность вытеснять побочные интересы**. Иными словами, с некоторого порога решающее значение приобретает не уровень измеряемых дарований, а способность и готовность мобилизовать имеющееся, достаточная для продуктивного творчества целеустремленность.»*

В.П. Эфроимсон

Об этом подозревали задолго до работ знаменитого советского генетика.

«Ум и воля должны равняться друг другу как две стороны одного квадрата.»

Наполеон

«Гениальность - это способность в период созревания идеи к полному игнорированию всего, не относящегося к поднятой проблеме и доходящая до транса возможность к концентрации»

Рамон-и-Кахаль

Заслуга Эфроимсона состояла в том, что он предоставил этой теории четкие генетические доказательства, проанализировав биографии нескольких тысяч гениев. Он нашел, что среди гениев в десятки раз возрастала вероятность следующих заболеваний:

-гиперурикемия (повышенное содержание мочевой кислоты) Даламбер, Галилей, Ньютон, Лейбниц, Линней, Дизель, Христофор Колумб, Кристофер Рен, Томас Мор, Мартин Лютер

-маниакально-депрессивный психоз (Чарльз Диккенз, НВ Гоголь, Роберт Шуман, Винсенд Ван Гог, Зигмунд Фрейд, Теодор Рузвельд,

- А.С. Пушкин и Чарльз Дарвин использовали сразу два вида допинга – они были и гиперурекимики и страдали от МДП.

- синдромом Морфана (Авраам Линкольн Ганс Христиан Адлерсен, Шарль де Голь и ихтиолог Никольский)

Биохимический анализ этих заболеваний позволил выяснить: при этих заболеваниях в крови постоянно циркулируют особые вещества, способствующие поддержанию супермотивационного состояния. Так например, гиперурикемия – это превышение в 20 раз мочевой кислоты. Вы только посмотрите на формулу мочевой кислоты и кофеина (Орван, 1955 год).

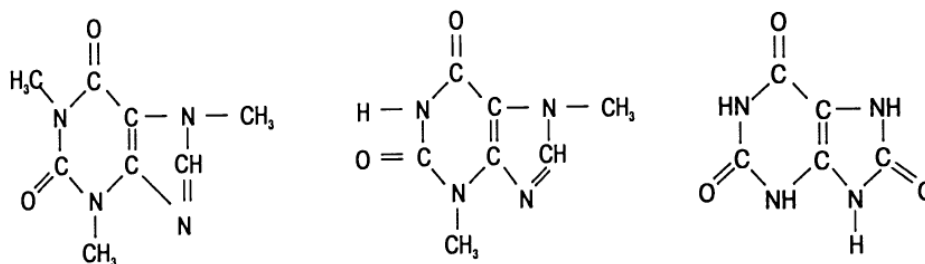


Рис. 1. Структурные формулы кофеина, теобромина и мочевой кислоты, свидетельствующие об их сходстве

Эфроимсон не хотел привить нации кофезависимость. Он просто хотел сказать, что мы можем больше, чем нам кажется.

«Основной вывод нашего труда – это существование гигантских резервных возможностей нашего ума, гигантских потенций «нормального» человеческого мозга. Да потенций, которые нуждаются в волевой стимуляции.»

В.П. Эфроимсон

Напиться с утра кофе – это еще не значит стать Моцартом. «Вшитый» в систему допинг собственного производства работает немного иначе, чем влитый в систему искусственно. Я не о катастрофических последствиях кофеинового злоупотребления типа отрицательной отдачи (бессонница, системное истощение, язвы желудка). Хотя это конечно имеет место быть. Дело в том, что собственный допинг присутствует в организме все время, и организм умеет слаженно и долго работать на этом своем «топливе». Но если

мы принимаем искусственный допинг, мы возбуждаем нервные клетки. А вслед за фазой возбуждения по закону высшей нервной деятельности всегда следует фаза торможения. Это тогда когда вам хуже работается, чем без кофе вообще. Обычно в таких случаях люди наливают себе еще кофе. И еще, и еще. В какой-то момент в нейронах головного мозга развивается состояние истощения. Это тогда, когда студенты начинают говорить.

«Да меня уже тошнит от мат.стата.»

«Ничего в голову не лезет»

«все задолбало»

«а ну его к черту»

Итак, допинг поможет возбудить нейроны. Но чтобы продержаться это состояние длительное время, нужны особые меры. Приведу некоторые **способы поддержания оптимального состояния**, подслушанные у отличников и опробованные на личном примере.

«Первая сессия была очень трудной – у нас половину курса отчислили после одного только матана. Мой парень был уже аспирантом. Он помогал мне готовиться следующим образом. Каждый час или два выгонял меня на балкон, заставлял делать 20 приседаний, 20 махов руками, 10 прыжков вверх, 10 махов ногами. Сначала я отчаянно сопротивлялась, потом делала все это с недовольным лицом, а потом привыкла. Оказалось это очень удобно. Мозг всегда свежий. Все сдала на отлично, потом использовала каждую сессию»

Катя, биофак

Итак, в этом примере Катя прерывалась не на чтение френдленты или проверку почты, а на **физические упражнения на свежем воздухе**. При этом мозг во-первых отдыхает, а во-вторых – получает много кислорода, который ему так необходим для продуктивной работы. Добавлю про себя, что отвлечение на соцсети, компьютерные игры, просмотр фильмов хоть и может быть **более приятно**, но отдыхом для мозга **не является**. Потому что следящие системы работают и даже перегружаются. Приведу еще некоторые способы.

«Чтобы быть бодрой, я сидела на шпагате. Сажусь на правую ногу – учу билет. Пересаживаюсь когда выучу на левую. Я очень быстро все учила и всегда была в хорошей форме»

Валентина, биофак

Мне пришлось немного адаптировать этот способ, поскольку я не спортсмен, а простой смертный. Я усаживалась в полушпагат или позу бабочки. Это почти безболезненные позы. Но информация от болевых рецепторов поступает в ретикулярную формацию и будит мозг. Кроме того, это очень полезно для здоровья и красоты – развивает пластичность.



Рисунок 15 - Полушпагат



поза бабочки. Удобная для ботаники.

Есть еще один способ поддержания оптимального состояния

«Я принимал холодный душ. Просто окатывал себя с головы до ног ледяной водой. Каждые полтора-два часа. Это меня очень хорошо встряхивало»

Иван, физфак

Этот способ мне тоже пришлось адаптировать, поскольку я очень боюсь холодной воды и склонна к постоянным простудам. Голову я не обливала никогда. Я просто обливала ледяной водой ноги или принимала контрастный душ, заканчивая

холодной водой. Дело в том, что наши сосуды под воздействием тепла расширяются, а под воздействием холода сужаются. После этого они как бы переустанавливают свой тонус. И это создает эффект бодрости, который сохраняется несколько часов.

1.3. Как побороть страх экзамена.

Все мы очень разные. Кто-то сдает экзамены почти что с удовольствием, а для кого-то экзамены самая настоящая пытка (кстати, по-украински «пытать» означает «спрашивать»). Кого-то строгость препода мотивирует к подготовке, а кого-то вводит в панику. На личном опыте знаю, что такое страх экзамена. Приведу некоторые примеры

«А мне всё это ещё только предстоит в первый раз. Я учусь на первом курсе. Я уже боюсь... Наверное, первый раз самый трудный...»

Галя МАИ

«У меня такой холодок внутри живота. И какая-то вялость, как будто все внутри проваливается в бездну. И даже понимаешь – это же вроде бы ерунда. Пересдать можно. Но не могу, волнуюсь. Перед родителями совестно.»

Катя, журфак

«В день экзамена не могу ни пить ни есть. Колотит. Страх пришел с четвертого класса. Дома закрытыми глазами играю. А на экзамене - забываю с какой ноты начинать. Ногой на педаль не попадаю»

Даша, пианист

«У меня был той зимой очень сложный предмет. И я очень боялась моего преподавателя. Просто безумно! Семинариста. Потому что он вел у нас на первом курсе семинары, по введению в общую психологию. И его экзамен стоял последним. Все экзамены моего первого семестра я сдала на пять, а придя на его последний экзамен, он завалил меня и отправил на передачу. Причем я так и не поняла за что. Первый семестр и сразу первая передача... хотя все другие предметы на 5. На втором курсе он опять вел у меня семинары. И я не могла воспринимать информацию этого предмета, потому что голова всегда была забита не предметом, а страхом и неопределенностью. И в день

экзамена я поняла, что совсем не готова морально, что ничего не помню и в голове только страх страх страх.»

Ольга, психфак

Итак, страх и страх экзамена – штука довольно распространенная. Каждому наверное пришлось ощутить это в своей жизни в мягкой или жесткой форме. Страх мучит, страх мешает. Но почему же мы тогда боимся и боимся? Давайте попробуем в этом разобраться.

Что такое страх? Откуда он берется?

Раскудрявой корой головного мозга мы с вами (то есть люди) обросли сравнительно недавно. Кора головного мозга – высший центр нашей мыслительной деятельности, высший ассоциативный центр. А вот кто действительно наш верный и давний спутник испокон веков – это центр базовых инстинктов – гипоталамус. Вот кто обеспечивал нам наше выживание на протяжении всей нашей позвоночной истории. Все первичные механизмы нашего поведения расположены в гипоталамусе – древнем центре всех инстинктов. Это и центр голода, и центр насыщения, и центр оборонительного поведения. Существует три принципиальные разновидности оборонительного поведения. Это реакция ярости (нападение), реакция бегства и реакция замирания. Замирать и затаиваться может быть очень эффективным приемом в живой природе, потому что хищники лучше видят движущиеся объекты. Крайний случай реакции замирания – притвориться мертвым. Страх действительно спасал нас на протяжении многих миллионов лет нашей истории. Но есть минусы. Страх тормозит процессы анализа, процессы воспроизведения (то есть память).

«Когда я вытаскиваю билет, как бы ни готовилась, что бы ни сдавала – ощущаю чистоту младенца. Из головы внезапно пропадает все!»

Ирина, МГЛУ

В дикой природе это более чем оправдано. Если за тобой гонится тигр – некогда философствовать. Некогда делать сводку, анализировать статистику, формировать и апробировать различные гипотезы. Надо бежать и как можно быстрее. На первый план выходит скорость реакции. Реагировать нужно готовыми, заранее отлаженными

инстинктивными программами. Таких программ две: бегство и затаивание. Но почему наш мозг думает, что экзаменатор тигр и хочет нас съесть?

«Я отвечала цитологию нашему лектору. Не помню, что и как отвечала. Дошло дело до анализа микрофотографий. Он мне показывает снимки, нужно отвечать, что я вижу – ну там митохондрии, хромосомы. А мне страшно! Я как закричу «поставьте мне лучшие два! Поставьте два!» - а лектор «да почему же?» а я говорю «пусть лучшие два, зато уйду отсюда поскорее». А лектор говорит – да вы вообще на 5 отвечаете, хоть одну микрофотографию определите! А я «нет, поставьте два». Лектор «4» поставил и махнул на меня рукой»

Альбина, биофак

Методы преодоления страха экзамена

Итак, поговорим о страхе экзамена, который обычно обусловлен двумя аспектами: страхом преподавателя и страхом ситуации, в которой тебя публично оценивают. Мы все с вами прекрасно понимаем, что преподаватель не будет нас есть или наносить нам тяжкие телесные повреждения. Самое страшное, что он может с нами сделать – это отрубить и отправить на пересдачу. Но почему же тогда мы боимся и почему этот страх так мучителен? И вообще, откуда он берется, этот страх преподавателя?

Я начну рассказ с одного очень занятного случая.

«Я только начала преподавать. Принимала свой первый экзамен у первого студента. Точнее студентки. За час до экзамена мне рассказали о том, что недавно один двоечник подал в суд на одного преподавателя, за то, что его «неправильно оценивали». Поскольку экзамен был устный, преподавателю нечем было защищаться кроме своих слов. В связи с этим мои матерые коллеги настоятельно мне рекомендовали просить студентов записывать, если они говорят что-то не то. Чтобы было что предъявить в случае чего. И вот я сижу, принимаю экзамен у девушки. Девушка очень волнуется и в какой-то момент начинает нести ерунду. Я переспрашиваю – она повторяет. Думаю «ну все, началось.» Говорю девушке – запишите, что вы сказали. В этот момент студентка поняла, что сказала что-то не то. Но что именно – не поняла. И у нее потекли слезы. Через минуту она уже рыдала навзрыд. Я растерялась, я не знала что делать, но от страха держала каменное непроницаемое лицо – на всякий случай. От этого моего лица она плакала еще сильнее и я уже не знаю, что бы было если бы старшая преподаватель не подошла ко мне на выручку. Она знала эту студентку и начала так говорить «Ну

Диночка, ты же умница! Помнишь, мы это на семинаре проходили?». В общем, Дина успокоилась, исправилась и хорошо ответила. А у меня весь день руки тряслись, мне больше не хотелось принимать экзамены.»

Светлана Степановна, биофак

Давайте попробуем проанализировать ситуацию. В данном случае оба боялись: и преподаватель и студент. Студент просто боялся, а преподаватель боялась, что на нее подадут в суд. В общем, страх – штука обоюдонепродуктивная, но древняя. Да, преподаватель тоже может находиться в оборонительной доминанте. Я не говорю, что прямо бояться. Но осторожничать.

Почему преподаватель может создавать вокруг себя ореол ужаса? Дело в том, что это очень обидно, когда про тебя говорят «халявный препод». Нет ничего хуже, когда студент вылетает из аудитории и орет про тебя

«Да это полная халява! Препод – такой лапочка!!!»

А такие случаи бывали у нас часто. Вы представляете, как после этого коллегам в глаза смотреть?

А еще преподы бояться, что будут давить на жалость, пытаться угадать ответ, считывая с твоего лица. Качать права («ну я вам так и говорил»). И самое страшное – заигрывать или флиртовать. Не обязательно каждый студент будет так делать, но на всякий случай преподаватель к этому **готов**. Вы не поверите, но лучший способ, чтобы у студента **и мысли не возникло** заигрывать, давить на жалость и т.д. – это **сделать страшное лицо**. Непроницаемое, строгое, неподкупное. А еще сеется слух – это страшный предмет и страшный препод, ему сдать невозможно, пол потока зарезал! (Хотя в курилке преподаватель будет плакаться, что только пол потока соизволили книжку открыть).

На самом деле за этим стоит «халява не пройдет, надо готовиться, товарищи». Но к глубокому моему сожалению такая мотивация очень даже действует на «халявщиков». И конечно у этой стратегии есть обратная сторона – запугивание. Мучающий страх, который возникает у «нехалявщиков». Приведу некоторые способы, которые использовали мои друзья и которые мне удалось проверить за мою практику.

«Если меня начинал мучить страх, я залезал в теплую ванную. Отсиживался там часами, даже ботал в воде. Пока страх не проходил»

Евгений, биофак

Это хороший способ, поскольку теплая водная среда имитирует материнскую утробу и создает чувство защищенности. Мышцы расслабятся. (Только не окунайте в воду электрические приборы.) Это лучший способ, который я знаю. Отлично, скажет мой читатель, а у нас в общежитии только душ, да и в тот очередь 20 человек. Просидишь в нем дольше пяти минут и станешь врагом народа. Что тогда?

Попробую привести некоторые другие способы борьбы со страхом.

«Я представляю «страшного» препода дома, в майке и тапочках, в окружении шестерых внуков и пушистого сибирского кота. Он играет с внуками в лошадку и смеется.»

Юлия, МГУ

Фактически, таким образом Юлия придает преподавателю «человеческий» вид, рассеивая мистический ореол страшного чудовища, жаждущего крови.

«Я мысленно дарю «страшному» препода что-нибудь хорошее, того, чего ему не хватает. Теплое слово, научный успех, нобелевскую премию»

Инга, Институт Водного Транспорта

Более подробно о технике преодоления оборонительной доминанты мы поговорим в главе 4 (про негатив).

Выводы 1 главы

как начать

- 1. четко представить себе конечный образ. Он должен быть реален, предельно конкретен и гиперположителен.**
- 2. записать конечный образ на бумаге**
- 3. прочитать программу**
- 4. составить почасовой план действий**
- 5. добыть все материалы для подготовки**
- 6. ограничить Интернет на период пока не образуется доминанта подготовки**
- 7. организовать рабочее пространство, убрав со стола все лишнее**

как продолжать (технологии поддержания высокой работоспособности длительное время)

- **каждые 2-3 часа насильно прерываться на физические упражнения. Желательно на свежем воздухе или хотя бы на балконе**
- **учить не сидя на стуле, а в полушпагате, бабочке или в любой йоговской позе, в которой вы можете находиться длительное время**
- **периодически принимать ледяной душ (или окатывать им только ноги, см. ограничения)**

как побороть страх экзамена

- **отсидиваться в теплой ванной**
- **представить «страшного» препода в окружении 6-х внуков и пушистого кота, дома**
- **мысленно желать страшному препода что-нибудь хорошее**
- **более подробно см. главу про негатив**

Зайду немного издалека. В нашей науке страх моделируют двумя различными способами: неизбегаемый шок и реакция избавления

1. неизбегаемый шок – крысу бьют током в ответ на звук. После одного сочетания крыса начинает «бояться» звука. То есть бледнеет, замирает, сердце ее начинает биться, в кровь выбрасывается адреналин.
2. реакция избавления. Все то же самое. Ток сразу после звука. Только одна важная деталь – удара тока можно избежать, если открыть дверку и перейти в другой отсек

Я лично надеюсь, что эти эксперименты скоро запретят. Но оставим в стороне этический аспект. Так вот оказалось, что когда крысы научаются открывать дверку, они перестают

«бояться». Иными словами, если вы понимаете, что исход ситуации зависит от ваших действий а не от темной магии, вы не боитесь.

Глава 2. Подготовка к экзамену.

Всем нам знаком тот факт, что оценка не обязательно пропорциональна количеству затраченных на подготовку часов, мол, чем больше, тем выше. И при всем при том, что экзамен – это лотерея, дело не только в удаче.

В процессе написания книги я попросила рассказать о том, как студенты готовятся к сессии. Ответы меня очень озадачили. Оказалось, что у отличников так или иначе была своя собственная выработанная **стратегия подготовки**. Иногда они не могли ее описать словами сходу. И приходилось долго выпытывать, расспрашивать. Задав правильные вопросы, ее можно было «выудить». Итак, у отличников есть **своя система работы с материалом**. А вот двоечники, как правило, готовились **бессистемно**. В лучшем случае, они просто читали материал. От них можно было услышать: «я выучил первых два билета, мне попался третий – вот не повезло!» Наверное, самая важная моя задача – это рассказать об эффективных стратегиях подготовки. Но я позволю себе для начала рассказать о неэффективных системах.

2.1. Стратегии двоечников

Стратегия первая. Не готовиться вообще. Всякое в жизни бывает. У кого-то дома соседи затеяли ремонт и включают дрель с перфоратором. У кого-то заболел любимый кот. Кто-то сдает седьмой экзамен в сессию и уже физически не может готовиться. Бывает, что мы приходим на экзамен плохо готовые.

Но бывает так, что люди не готовятся в принципе. Есть такие двоечники, которые делают ставку исключительно на свое «обаяние». Таким людям может иногда везти, но рано или поздно они сталкиваются с принципиальным преподавателем. И тогда начинаются пересдачи, компоты, отрывные листы, больничные, академы.

«...они непрерывно оценивают вашу реакцию на каждое слово и несут занимательную отсебятину. Я всегда себя чувствую глупо в такие моменты, потому что как будто слышу «Ну нарисуй, ну нарисуй мне что-нибудь! Ну не так уж я и плох». Проблема в том, что еще до того момента как он открыл рот, а только хитро посмотрел, уже приблизительно заешь, чем все кончится. Потом ты задашь пару вопросов, он

промолчит. Если очень повезет, то пробудишь у студента совесть, а возможно даже и интерес. Но потратишь на него много сил, но все равно отправишь на пересдачу...»

преподаватель, биофак

«Очень раздражает, когда студенты на зачет приходят, не удосужившись что-либо прочитать. Сидят вот и переводят мое время.»

Преподаватель, биофак

«Что? Выматывают ли меня двоечники? Да мне после двоечника каждый раз повеситься хочется!»

преподаватель, физфак

«Приходить сдавать зоологию беспозвоночных, не открывая даже книжку - это полное неуважение ни к предмету ни к преподавателю. Фактически ведь они говорят нам «Знаешь, у меня есть более важные дела, чем твой предмет. Скажи спасибо, что вообще пришел.»»

преподаватель, биофак

«Не люблю я наглых студентов»

преподаватель, МГЛУ

В общем, я не говорю, что эта стратегия не работает никогда. Просто так очень легко нарваться на неприятности. Может показаться, что у этой стратегии есть плюс – выигрыш времени. Но как правило, проще и быстрее выучить, чем бегать в поликлинику за справками, доводить дело до компота или несколько раз пересдавать. Я уже не говорю о том, что **психологически** в такой ситуации студент начинает себя чувствовать очень неважно. Хватает хвосты от сессии к сессии, говорит, что ему все равно, но на деле **очень внутренне переживает**.

Стратегия вторая. Читать материалы для подготовки **как любовный роман** – пассивно. Подходить к подготовке нужно не как к вольному чтению. Нужно **активно работать** с материалом, **отделяя главное от второстепенного**. Как минимум знать определения слов, которые используешь.

«Неприятно когда человек много говорит, но не понимает что говорит. Не может сказать определений тех слов, которыми пользуется. Приходит на ЭКЗАМЕН, а не знает базовых вещей.»

Преподаватель анатомии

Почему это не очень здорово? Если активно работать с материалом, то есть систематизировать его «под себя», то это то же самое что формировать систему воспроизведения знания. Но когда мы просто «закачиваем в голову» (или переписываем в шпору) информацию, не разбирая что есть что, то в принципе оно конечно где-то в коре есть. Но найти это почти невозможно. И преподаватель будет вынужден «выковыривать» из нас знания, или еще не дай бог «помогать» нам вспомнить. Чаще всего эта «помощь» заканчивается обнаружением новых пробелов. И студент окончательно тонет. Итог - двойка (тройка) несмотря на убитые два-три дня «подготовки». Почему так происходит? При таком подходе подготовки активность при ответе будет всегда за экзаменатором. Он будет **вести ваш ответ**. А если он будет вести ваш ответ, он будет заводить вас куда он хочет, а не туда куда вы знаете (не обязательно эти области совпадут) Итак, это пассивная стратегия подготовки и она не является эффективной.

2.2. Стратегии подготовки отличников

Итак, главное отличие отличника – это наличие **своей** системы подготовки к экзамену. Далее я приведу примеры самых удачных на мой взгляд стратегий. Но на самом деле удачной будет та, которая подходит именно вам.

Стратегия первая. Схватить «ядро» и цеплять за «ядро». Моя любимая стратегия, я пользовалась только ей.

Собрав все необходимые материалы для подготовки, я читаю программу курса. Материал курса представлен в программе неравномерно. По некоторым материалам очень много вопросов и они часто встречаются в билетах. По другим материалам всего один вопрос или даже часть вопроса (допустим из ста). Я начинал подготовку с часто встречающихся вопросов. Но дело здесь не только в теории вероятности. Дело в том, что каждый курс состоит из «ядра» и «периферии». Так вот, те материалы, по которым больше всего вопросов – это ядро курса. Это самое важное, что необходимо

знать. Именно с этого нужно начать подготовку, а не с «ведения», лирических отступлений или мелких вопросов которые понравились. Ядро нужно удобным для себя способом концептуализировать – превратить в схему. И повторить его несколько раз. Все остальное, что я читал, я уже «цеплял за ядро курса», то есть понимал, как это связано с самым главным.»

Артем, биофак

Вот это цепляние за ядро – и есть «понимание» предмета. Во время ответа на экзамене к ядру курса удобно апеллировать. Будет хоть что-то, что вы точно знаете. Как правило, дополнительные вопросы задаются именно по ядру. Все повторения лучше делать перед сном – во сне мозг продолжает прокручивать информацию, то есть повторять ее как бы по инерции и помимо вашей воли.

«Как-то раз мне удалось сдать молекулярку на хор, при том, что я помнил все только в общих чертах. Препод оценил понимание мной принципов, при том, что конкретики я не знал практически совсем. Мой ответ больше напоминал философский монолог, а не представление современных научных взглядов по определенным вопросам. Думаю, принципиальными схемами можно сдать практически любой экзамен. Поэтому при панике непонимания я бы посоветовал каждый вопрос изучить абстрагируясь от конкретики. С такой схемой учебник можно читать практически по диагонали, что в разы ускоряет.»

Иван, биофак

«К экзамену всегда писала конспект, выделяя цветом разные темы и рисуя схемы (иногда приходилось склеивать несколько альбомных листов для схемы) - это мне очень помогало запомнить и относительно быстро воспроизвести на экзамене - сначала вспоминается цвет или картинка, а потом быстро вспоминается смысл»

Лиза, биофак

Стратегия вторая. «Не знаю, но могу вывести.» Привожу пример стратегии отличника с физфака.

«Стратегия у меня была простая - я полагался на свое понимание материала, поэтому ничего не стремился вы зубрить, а подготовка перед экзаменом для меня заключалась в том, что я просто приводил свои знания в систему - листал учебники, отмечал какие-то ключевые пункты, восполнял важные пробелы. Так что я не помнил, к примеру, все

нужные формулы, но мог почти все вывести прямо на экзамене. У нас большинство преподавателей тоже были сторонниками такой стратегии, на экзамене намного больше ценили, если студент демонстрировал хорошее понимание, а не хорошую память. :) Думаю, что такой подход объективно лучший, по крайней мере, в точных науках это так.»

Важно понимать, что с некоторыми преподавателями эта стратегия может не действовать!

« наши препод по электродинамике на втором курсе в начале семестра всем объявил, что на зачете будет требовать, чтобы мы могли написать любую формулу из программы, причем ошибка в знаке или коэффициенте означала бы незачет. Но он был такой один»

Стратегия третья. Прочитал – закрыл книжку и вывел сам. Мне кажется, это оптимальная система подготовки к точному предмету. По такой системе я готовилась в мат. анализу. Я читала теорему, изучала вывод, потом закрывала учебник и выводили заново, сама. Потом открывала учебник и находила у себя порядка 6-10 ошибок. Смотрела, что я не так поняла. Повторяла процедуру заново.

Стратегия четвертая. Знать определения. Если у вас остался один день до экзамена или даже меньше, то полезнее всего будет прочитать программу, подчеркнуть непонятные слова и узнать их определения.

Стратегия пятая. От противоположного.

«Моя стратегия подготовки – начать с самых трудных вопросов. Я всегда смотрю на программу, смотрю какие вопросы мне нравятся, а какие не нравятся. И начинаю учить с тех, которые мне не нравятся. Ну чтобы не устраивать геноцид вопросов.»

*отличница,
высшая школа экономики*

2.3. Как «накачать» память

Сессия – это период информационных перегрузок и дикого психо-эмоционального перенапряжения. В этих условиях приходится «запихивать» в себя за ночь по 600 страниц а потом еще и воспроизводить их. А бывает совсем плохо, мы читали, помнили, но вот преподаватель смотрит на нас сверлящими орлиными глазами и все – уже ничего не помним. Так почему же мы забываем? Почему какие-то вещи (чаще всего дурацкие и ненужные) запоминаются просто и легко? А то, что нужно запомнить никак не «прилипает» к голове?

У меня хорошая новость для моего читателя. Если вы прочитали что-нибудь, то в вашей голове это есть. Потому что **ассоциация образуется с первого предъявления и навсегда**. Проблема не в том, чтобы «запихать» что-нибудь себе в голову. Проблема в том, чтобы уметь это **извлечь**. Кстати, под гипнозом мы с вами вспомним каждую ступеньку нашего дома, каждую черточку на асфальте по дороге в школу, лицо первой учительницы, и, скорее всего, еще какой-нибудь древний язык, который ваш сосед за стенкой учил по ночам и не давал вам спать. Итак, хорошие новости – мы помним все или почти все. События оставляют след в нашем мозге.

Но дальше у меня плохие новости. Мы помним все, но способны сознательно воспроизводим лишь малую толику, того что помним. Проблема «памяти» - это проблема **воспроизведения** информации. И хоть ассоциация между звонком и едой у собаки возникает с первого раза, Условный рефлекс (причинно-следственная связь) образуется только где-то с 30-го предъявления. Это справедливо и для рыб, и для собак, и для обезьян.

И снова хорошие новости. Нам не обязательно понадобится 30 раз повторить то, что нужно потом воспроизвести. Дело в том, что наш мозг устроен по принципу вложенных контуров, по которым циркулирует возбуждение. Вы возможно не раз сталкивались с этим явлением, когда учили иностранный язык. Вы выучили пару иностранных слов, какое-то время они продолжают «звучать» в вашей голове, а потом «замолкают». Но вдруг вы моете посуду или идете в магазин, и эти слова неожиданно «всплывают». Это возбуждение ходило по контурам и снова вернулось в кору.

Что происходит, когда мы что-нибудь повторяем? Мы просто ассоциируем это «знание» с все большим и большим количеством ассоциаций. А чем больше ассоциаций, чем они сильнее, тем легче информация извлекается.

Как и Когда лучше повторять?

Здесь нет универсального рецепта. У каждого из нас свои особенности памяти и нужно подобрать такой способ, который подходил бы именно вам. Я смогу привести некоторые стратегии запоминания.

«Располагал слова, которые нужно запомнить на полках в своей комнате. А когда нужно было вспомнить, я просто начинал ходить по комнате»

«Выделяла цветом главное. Потом вспоминала нужный цвет – и тогда вспоминались и предложения»

«У меня дурацкая память, поэтому мне приходилось все концептуализировать, то есть связывать, объединять. Пару-тройку таких объединенных концептов я и запоминал. А разрозненные факты никогда не мог запомнить»

«Я была влюблена в одного парня и могла думать только о нем. А сессию тоже надо было как-то сдавать. Ну я связывала все что надо было запомнить с этим парнем. Нужно было выучить нулевое правило термодинамики, и я представляла, как мы с ним сидим на школьном дворе, а он держит меня за руку и рассказывает мне тихо первый закон термодинамики. Надо было выучить химические свойства сульфата магния, я представляла как мы с ним ночью на практикуме варим сульфат магния»

«Я заметила, что все, что я повторяю перед сном, очень хорошо запоминается. Мне ночью перед экзаменом по органике снилось, что я алкен, и вступаю в реакцию ацетилирования, причем это очень больно. Мой мозг делает памятный след как бы личным, моим собственным»

«Я всегда писал все билеты только на чисто белых листах А4 только чёрной гелевой ручкой и иногда использовал цветные гелевые для картинок. Мне это очень помогало запомнить. Но только так. Если оборотки например - или не дай Бог бумага в клеточку линейку - вообще не мог воспринимать билеты. Даже желтоватая бумага А4 не годилась. Только чисто белая и все писал однообразно. Всегда 1 билет - 1 лист.»

Выводы главы 2

1. стратегия «цепляния за ядро». Выделить в программе часто встречаемые вопросы (ядро), выучить их, весь остальной материал «цеплять за ядро», во время ответа на экзамене постоянно к этим вопросам апеллировать.
2. прочитал, закрыл книгу, вывел сам, открыл книгу и нашел 10 отличий
3. «не знаю, но могу вывести»

Глава 3. На экзамене

Устный экзамен – это очная ставка. Студент и преподаватель смотрят друг на друга глазами, слышат ушами, нюхают носами и разве что только не трогают. Это прямой контакт, прямое взаимодействие. Оценку осуществляет человек. А значит, хочешь не хочешь, тут всегда будет присутствовать **субъективный фактор**. Когда преподаватель положительно настроен, ему легко отвечать – он одобрительно покачивает головой в такт ответа, сам дополняет вопрос. Если преподаватель «чует неладное», он сидит с каменным непроницаемым лицом, и начинаешь забывать все, что знаешь. Соответственно, первой задачей будет создать исходную положительную установку у препода.

В этой главе я постараюсь предостеречь от распространенных ошибок студентов, которые могут спровоцировать у преподавателя негатив (явный или скрытый).

3.1. Как одеваться на устный экзамен

Вдумчивому студенту название этой главы покажется по меньшей мере несерьезным. Как будто есть такой фиолетовый свитер, надев который получишь «пять». Как будто одежда может заменить знание предмета. Нет. Конечно, нет. Одежда не заменит знания. Но она может сильно ухудшить впечатление о вас, спровоцировать раздражение преподавателя и даже ярость.

Первое правило: одевайтесь! Будьте на экзамене одетыми. Самая страшная ошибка, которую делают девушки – откровенная одежда. Глубокие декольте, джинсы которые сидят по бедрам, но опускаются гораздо ниже если в них присесть, голые животы, откровенные топы, обтягивающие платья. Во-первых, понятно почему это может бесить экзаменатора-женщину. Женская зависть. Как ни удивительно, но мужчину экзаменатора тоже можно так «выбесить». Механизм такого мужского бешенства вполне ясен. Преподаватели чаще всего умные и уже не молодые люди. Обнаженное женское тело инстинктивно помимо воли вызывает соответствующие инстинкты. Так мы все устроены. При этом развитая кора головного мозга посылает сильные блокирующие сигналы в подкорку, тормозит ее. Потому что социум не одобряет такого поведения или даже таких мыслей. Потому что преподу важна его репутация. Потому что препод – это препод прежде всего. А уже в сотых и где-нибудь за пределами университета мужчина (желательно чтобы в семейном кругу). Осознанно или неосознанно это порождает

внутренний конфликт. А источник конфликта – стимул перед глазами. Это будет звучать как откровение из ветхого завета, но **девушки, не бесите препода, не выставляйте голого тела.** От волнения вы итак будете красивыми: у вас и щеки будут румяными, и глаза будут блестеть. Не усугубляйте красоту. Даже локти лучше одевать. И обтягивающую одежду не надевать. Кстати, в свободную одежду легче прятать шпаргалки.

Препода постоянно травил одну мою одногруппницу Настю. Ругался на нее, делал замечания, не допускал до экзамена. Раздражался когда она входила в аудиторию. Было нетрудно догадаться в чем причина – Настя была очень красива. Но не только это. Настя, сама того не подозревая, не намеренно выставляла всю себя. Носила открытые маечки, все время была с голыми руками и приоткрытой грудью. В какой-то момент мы уговорили ее перейти на закрытую одежду. Приступы агрессии препода полностью прекратились.

Ксения, Гитис

«У меня была очень красивая одногруппница. С густыми волосами цвета пшеницы и осиной талией. А еще было лето. В пиджаке не просидишь долго в душной аудитории. Переходили на майки и шорты. Мы все сдались, даже те, кто не знал. А ее дважды отправляли на пересдачу. Препода кричал на весь коридор: «вы пойдете на пересдачу! Приходите ко мне! – потом он делал две три энергичные проходки по аудитории, злобно пыхтя и снова кричал: «нет, не приходите! Я не хочу вас видеть!» а потом снова «пересдача! Чтоб были!»

Анатолий, биофак.

Правило второе: Одевайте одежду пастельного цвета. Яркие раскраски в дикой природе возникают для двух целей: привлечь сексуального партнера или отпугнуть хищника («не трогай меня я ядовитый»). Самцы трехиглой колюшки атакуют все предметы с красным пятном. Так они устроены – атакуют красное пятно. Ядовитые тропические лягушки имеют ярко-желтый окрас. Одевая яркую одежду, вы волей неволей привлекаете к себе внимание. Кстати, в яркой одежде будет труднее списывать

Правило третье: не одевайте слишком дорогую, слишком стильную одежду или ту в которой вы выглядите чересчур хорошо.

Исключения из правила:

а) если вы уверены что препод будет одет лучше вас и будет выглядеть лучше вас.

Б) если вы парень и идете на экзамен к женщине-преподавателю и вы готовы. Потому что холерный двоечник вызовет больше агрессии, чем двоечник замученный, бледненький

*«На общей химии схватила трояк и в итоге мне пришлось пересдавать. А дело было так. Не выспалась, переволновалась, устала раньше чем начала отвечать и (это важно) была одета очень стильно. Блузка подчеркивала талию а дорогие брюки сидели идеально. **Я была одета лучше, чем готова к экзамену.** А в экзаменаторы мне попалась женщина за шестьдесят с ярко покрашенными фиолетовой помадой губами. Негатив в отношении меня возник сразу же. Я отметила это про себя и больше так не делала.»*

Люба, биофак

Конечно, трояк Любе поставили не за штаны. 99% что девушка не справилась с доп вопросами и напортачила с билетом. Но стоит ли говорить, что враждебность препода сбивает с мысли и стирает память. Добавлю, что женщины, которые красят губы фиолетовой помадой особенно опасны как экзаменаторы.

«Был у нас преподаватель по физике с причудами. Так вот у него была интересная особенность принимать экзамен, иной раз подойдешь к нему, а он то ли не в духе, то ли что, покажи руки, говорит грязные - придешь в следующий раз. Или мог не оценить эпатажную с его точки зрения стрижку экзаменуемого и отправлял стричься.»

Женя, МИФИ

3.2. Ответ на экзамене

3.2.1. Планирование ответа.

Я приведу то, что мне рассказал мне один отличник-аспирант, у которого в аттестате не было ни одной четверки. Его одногруппники завидовали ему, а преподаватели называли лучшим студентом. Эти советы помогли мне стать отличницей. Поэтому приведу оригинальный текст.

«Слушай, Вера. Вот ты получила билет и села на подготовку. Не суетись. По закону у тебя не менее 40 минут чтобы. Какая бы ни была ситуация, сразу в туалет не бегай. Это все равно что сказать (даже если реально надо в туалет) «я ничего не знаю, я пошла списывать».

*Дальше. Важное. План ответа. Не начинай сразу текст писать. Набросай лишь **план ответа**. Дорисовывай схемы и формулы **по ходу ответа** преподу. Это всегда создает хорошее впечатление. И наоборот, очень раздражает, когда человек переписал учебник а*

во время ответа это зачитывает. Сразу же переходишь к дополнительным вопросам и окончательно сбиваешь студента.

У тебя должен быть план ответа. **Ответ должны вести ты, а не препод.** Это твоё выступление. Наговоришь слишком мало, препод будет вынужден брать бразды правления в свои руки и гонять тебя по всему материалу. Безопасней вести ответ самому. Так ты имеешь возможность говорить то, что знаешь.

Потом вот что еще важно. План своего ответа спланируй так, чтобы оставить в нем места для вопроса препода. Не все одинаково полно раскрывай. Неполно, не до конца раскрывайте те вопросы, которые хорошо знаешь. Ты можешь так организовать материал, чтобы заставить препода задать именно те дополнительные вопросы, на которые ты сможешь ответить. Там, где твоё повествование будет негладким – потенциальные места для дополнительных вопросов

А еще важно. У каждого препода есть свои любимые дополнительные вопросы. Не поленись задрожить со старшекурсниками и поговорить, а что их спрашивали на дополнительных вопросах. Или когда стоишь перед дверью вместо того чтобы трястись лучше спрашивай выходящих про допвопросы.

Артем, биофак

Абсолютный отличник, суровый преподаватель

Потом оказалось, что многие отличники успешно пользуются этой тактикой предвидения

«Ты можешь представить, себе как девушка сдает электротехнику. На экзамене разделили нас на группы по успеваемости. Нас троих девчонок неуспевающих засунули в одну группу. Письменную часть за нас сделали ребята. А устно отвечать надо было нам самим. Выучила я только метод контурных токов. Его мне мой папа объяснял два дня, так что на третий я даже его поняла. По билету кое-как втроем ответили. Пришло время допвопросов. А любимый вопрос Ивана Андреича был методы расчеты в электрических цепях. Называем методы, назвала все три кроме метода контурных токов. Его как бы не припоминаю. Говорю

-Ну этот как его, как его..(пальцем вожу по периметру потолка), там что-то про контуры...

И тут Иван Андреич с победным видом говорит

-Вот про этот метод контурных токов мне и расскажите

И тут я начинаю. Как бы с трудом припоминать. Думать напряженно. Потом стала выписывать, и тут как будто бы меня осенило. Стала писать, выводила, обрадовалась, что вспомнила. Девчонки мои хохотали, их приходилось бить ногой под столом, успокаивать.. В общем Иван Андреич всем нам пятерки поставил и с миром отпустил.»

Лена. Ленинградский Судостроительный Институт.

Ленинский стипендиат

3.2.2. Кому отвечать.

Во время сдачи экзамена мы все как-то мгновенно превращаемся в тонких психологов. Мы почему-то чувствуем, кто добрый, а кто злой преподаватель. Мы это определяем мгновенно и почти безошибочно. Видимо, срабатывает какой-то древний довербальный механизм (это такой механизм, который был у нас еще до того как мы научились

говорить). Вообще в кругу одногруппников у нас считалось не очень почетным подгадывать «халявного» препода. В стенах университета на потоковых курсах вообще запрещается отвечать своему семинаристу. Не могу сказать, правильно это или нет, но такая проблема существует.

Однако если есть возможность выбора кому отвечать, как правило происходит так, что к «халявному» препода выстраивается многочасовая очередь. А когда «злой» препода заходит в аудиторию за зачеткой и спрашивает «кто готов?» - все прилежно смотрят в пол и что-то дописывают.

Метод подгадывания халявного препода

Есть спорные моменты. Например, есть байка, что женщины с тонкими губами злее. И что сдавать лучше преподау который противоположного от тебя пола.

Единственный способ подгадывания халявного препода который я знаю – это попросить еще дописать со словами

«Я еще не успел подготовиться. Можно мне попросить у вас еще пять (7, 10) минут?»

или выйти в туалет

«Помню как я бегала в туалет, чтобы не попасть к нежелаемому преподау»

Снежана, биофак

Как правильно попадать к злому препода. Техника прыжка в пропасть.

Но стоит сказать, что самые «крутые» отличники при общих равных идут к «злому» препода. Есть у некоторых отличников отличная стратегия – она состоит в том, чтобы «кинуться в лапы» к злому препода и спасти кого-нибудь из своих собратьев. Плюсы такой стратегии –

- + экономия времени. Спросят раньше – день свободен.
- + ореол героя. «Злой» препода обязательно оценит ваш героизм
- + повысится социальный статус. Вы станете героем

минусы такой стратегии

- злые препода (по себе знаю) злы в том смысле что одной храбростью их не подкупишь. Нужно знать хоть что-то.

Приведу по этому поводу две услышанные мною истории

«Ганган был самым страшным преподавателем беспов (физиологии беспозвоночных животных). Ходил мрачный, а во время ответа смотрел и ни один мускул на его лице не вздрагивал. Не перебивая, Он выслушивал ответ молча, а потом выносил суровый односложный вердикт. «Следующий вопрос» а чаще «Неверно. Пересдача». Или «Понятно. Этого вы не знаете». Я не смогла толком списать свой билет, а вспомнила кое-что, чего было бы недостаточно даже на четверку. К тому моменту как у меня закончилось время подготовки, Ганган уже отправил на пересдачу двух всеросников (победителей всероссийских олимпиад). В аудитории было еще 5-6 преподавателей, но спрашивали медленно, дотошно, очередь моя еще не подошла. Когда Ганган отправил очередную жертву на пересдачу и подошел за новой зачеткой, то к моему ужасу – он вытащил Зою – мою подругу, с которой мы еще в интернате вместе учились. Он вытащил ее, прочитал ее фамилию и уставился на аудиторию. Зоя побледнела, посмотрела на него умоляюще. Она спросила тихо, безнадежно «я не успела дописать, можно мне еще поготовиться?». Но неумолимый Ганган протянул «ваше время вышло». Зоя приподнялась, полная ужаса. И в этот момент я вдруг вскочила с места

- Возьмите меня, я хочу отвечать! – сказала я и уставилась на Гангана.

- Вы??? Хотите отвечать мне??? – удивился он

- Да, Вам! – сказала я задорно. И в этот момент. В этот момент непреклонный Ганган просиял. Ему пришлось по душе моя храбрость. Он повел меня отвечать, пытал своей беспристрастностью молча, не перебивая. Но внутри он был ко мне предрасположен. Первый вопрос я знала – дальше было хуже. Напоминаю, Ганган валил даже тех, кто все три вопроса знал. Я же посыпалась уже на втором. Задал мне нарисовать трехмерную медузу со всеми системами, а мы ведь только двухмерные срезы рисовали. Ведь у женщин туго с пространственным мышлением. Мне очень понравился его вопрос. Я пыхтела и почти даже нарисовала. Третий вопрос Ганган почти за меня рассказал и потом сел мрачный. Качался, качался над моей зачеткой. Сказал, «Вы знаете, я не могу вам поставить пять!» Я улыбнулась. Я бы тройку считала за удачу. «Я поставлю вам четыре» - строго проговорил он. Я вылетела из аудитории, где меня ждали одногруппники и Зоя, которая тоже к тому времени сдалась. Галя. Биофак МГУ

И еще одна история, которую мне прислали

«У нас в группе училась скромная девочка невысокого роста – Ульяна. На посвят не ходила, гулять тоже не выходила. Сидела с книжками. А еще в нашей группе был зажигала Ванька – красивый парень, на которого заглядывались все девчонки. Играл на гитаре, гулял, бывало что прогуливал. И вот пришло время сессии. Это был последний экзамен – Цитология. А мы все первокурсники до смерти боялись его сдавать. Отчасти причиной тому было – демонический лектор Перцов. Пожилой, с острой бородкой. Он уже отправил пятерых на пересдачу. Отправленные девочки плакали в коридоре, а ребята шутили как могли. Хотя армия грозила ребятам, а не девочкам. Ульяна знала половину билета и сидела, прикусив губу на первой парте без всякой возможности списать. А выход в туалет у нас приравнялся к полной капитуляции. Перцов расправился с очередным нашим братом и подошел тянуть зачетку. Вытащил Ульяну. Она бледная, как с креста снятая, поднялась с места и уже готова была идти к Перцову. Но в этот момент Ваня вскочил с места и завопил

- Я хочу отвечать! Я уже не могу сидеть!

Перцов удивился этому весьма. Он переспросил

-Ну сейчас кто-нибудь вас возьмет, потерпите.

-Нет, я не могу больше теперь! Я готов отвечать! Пожалуйста, возьмите вы меня!!! Ну возьмите!

-Ну ладно, - смилостивился Перцов, - и я видел, что лицо его внезапно стало мягче. Он снисходительно улыбнулся. Я подумал про себя еще «ну ничего себе, он оказывается умеет улыбаться».

И Ваня сел, рассчитывая на двойку. Но он смог ответить на один важный вопрос.

-Кто открыл ядерно-белковый матрикс? Кто его открыл? – строго спрашивал Перцов. Ульяна стала судорожно кивать в сторону Перцова.

Ваня испуганно пробормотал.

-В..вы...

-Хорошо, что вы это знаете. Это очень важный вопрос.

Вышел с четверкой. А у Ульяны приняла экзамен добрая бабушка, и поставила ей пять. С экзамена вышли вместе и с того момента уже не расставались»

Валера, Биофак

Обратите внимание, оба героя получили четверки, оба героя сдавались на первом курсе. Эти ребята – мои однокурсники. Это были их единственные четверки. Закончили в итоге с красным дипломом.

3.2.3. Когда можно садиться отвечать? Три стратегии отличников.

Если вы спросите, когда лучше отвечать: в начале или в конце, то двоечник ответит «я не задумывался». У отличника окажется более или менее сформулированная стратегия. В принципиальном отношении эти стратегии бывают двух видов

1. отвечать в первых рядах
2. отвечать в конце
3. метод контраста

Сейчас попробую описать плюсы и минусы этих стратегий.

Как правило, в первых рядах отвечают очень хорошо готовые люди, так или иначе более уверенные в себе.

«Моя стратегия - ломануться сразу в бой и желательно без подготовительных минут - так искрометнее получается, хотя и риск.»

отличник, биофак

Плюсы

А) первым отвечающим могут давать бонусы типа плюс бал к оценке

Б) преподавы хорошо настроены. преподавы знают, что сильные ученики отвечают вначале. Ведь они практически без подготовки

В) вы еще бодры, поскольку это начало экзамена и вы не вымотаны долгим ожиданием

Минусы

- Преподаватель тоже еще не вымотан, он свеж и бодр. Первых людей всегда спрашивают дольше. Соответственно и пробелов может обнаружиться больше

- не с кем сравнивать. Так уж мы устроены, что к абсолютному образу «пятерки» и «тройки» примешивается фактор «а как сегодня вообще отвечают». За хороший ответ могут вклеить и хвалу для задела, чтобы все убоялись. Да, преподаватели могут быть более строги, пока выставляют первые оценки. Дело в том, что именно в этот момент складывается репутация преподавателя. Потому что если поставить 5, - студент может побежать в коридор с криком «хваленый преподаватель» - и все студенты тотчас выстроятся в очередь к такому преподавателю. Скажу, что это полный конец репутации.

стратегия «отвечать в конце».

Это моя любимая стратегия. Я ей всегда пользовалась. Тут важно понимать, подходит ли вам такая стратегия или нет. Потому что сидеть и ждать конца экзамена – занятие довольно изнурительное, а на момент ответа нужно быть в тонусе. Итак, плюсы

- + преподаватель измотан. Он не будет вас мучить долго. Задаст пару вопросов
- + вас есть с кем сравнивать (это может быть и плюсом и минусом)

минусы

- вы измотаны. Усталость может мешать вам соображать во время ответа. Если у вас быстрый живой темперамент, это не самая лучшая стратегия для вас
- перед вами могли отвечать отличники. И это будет эффект негативного контраста не в вашу пользу

Третья стратегия «играть на контрасте»

Как бы мы ни были устроены, как бы мы ни пытались быть «объективными» во время субъективного процесса оценки другого человека, мы все живые люди. Состоим из тех же костей. Контраст реально работает. Третья стратегия состоит в том, чтобы садиться отвечать после «слабого» студента и ни в коем случае не отвечать после «сильного» студента. Эта стратегия хорошо работает, если вы приблизительно знаете, как отвечают ваши однокурсники, если вы учитесь не первый год. Это правило не работает, если вы понятия не имеете, как отвечают ваши однокурсники. А также если очередь на сдачу устанавливается по принципу чья зачетка первая лежит в братской могиле – общей стопке. Давайте разберем с вами один любопытный случай.

«Готовлюсь к экзамену по Марксистско-Ленинской философии. Грызу трехтомник. Приходит ко мне Воронова и говорит мол неправильно я готовлюсь. Показывает тонкую книжечку – Марксистско-Ленинистская философия для домохозяек. Там все есть и понятно. Я расстроилась, но решила уж читать свои трехтомники.

Вот пришли мы с ней на экзамен. Я отвечала первая. Понимая, что философия Марксизма Ленинизма не очень интересна математику, Маргарита Львовна слушала меня без надежды. «Ну как-то вы не очень мысль свою раскрыли, - говорит мне и ставит трояк. Я выхожу в коридор, сажусь и плачу. А у меня первая тройка была в ВУЗе – оно так обидно. А после меня отвечала Воронова. И вот отвечает Воронова, а Маргарита Львовна «Вы это вообще откуда берете все?» А Воронова и говорит «Это из той книжки философия Марксизма-Ленинизма для домохозяек! Такая понятная книжка»

А Маргарита Львовна кричит «совесть надо иметь, по таким книжкам к экзамену готовиться!». Открывает зачетку – а там одни пятерки, еще в добавок староста. Поставила трояк да и как выйдет в коридор

-Где кричит Машкова?

А я прямо под дверями плачу

-Здесь я, - говорю.

-Дайте я вам после Вороновой хоть четверку поставлю! Это ж невозможно было слушать, а вы хоть запинались да отвечали! Выхватывает зачетку и исправляет оценку»

*Галя Машкова,
ныне преподаватель МГТУ им. Баумана*

Что мне хочется сказать, так это то, что поведение преподавателя здесь является атипичным. Маргарита Львовна прилюдно поменяла свое решение, исправила оценку. Стоит ли говорить, что так поступит редкий преподаватель. Преподаватель скорее подумает про себе «Эх, надо было все-таки Машковой ставить четыре, но что уж, не исправлять же теперь ведомость, не зачеркивать же в зачетке собственную оценку? Еще придержатся в учебной части. Да и потом несерьезно, поставил – передумал».

Дело в том, что когда мы начинаем принимать экзамен, мы оцениваем человека относительно идеального студента – это такой хороший студент который все знает. По мере сдачи экзамена этот идеальный образ начинает разбиваться о суровую действительность. В конце концов, эта вера оказывается полностью подорванной и остается лишь одно – понимание, что все студенты почти что одинаково далеки от идеала. Вместе с тем замечаешь, что студенты отвечают неодинаково. Кто-то чуть лучше, кто-то чуть хуже. У тебя возникает нечто вроде жажды справедливости (ну Иванов же все-таки получше Сидорова отвечал. Иванов конечно не идеален, но лучше чем Сидоров. А Сидоров меня разжалобил и я ему уже «4» поставил. Придется ставить Иванову «5»).

Ну так вот, здесь важно сработать на контрасте. Пойти отвечать после слабого ученика.

Машковой нужно было отвечать не до а после Вороновой.

3.2.4. Ответ преподавателю.

Самое важное, о чем я хочу рассказать, так это вот что. Садясь отвечать к преподу помните, что ситуация экзамена – это ситуация высокого не только интеллектуального, но и психо-эмоционального напряжения. **Ваше отношение к предмету, преподу и к происходящему в целом очень хорошо считывается** преподавателем. И еще раз напомню, что при любом межличностном взаимодействии существует субъективный фактор, какими бы сознательными ни были студенты и преподаватели. Какие бы критерии оценки они не использовали. Пока вас оценивает живой человек, субъективный фактор взаимодействия есть и будет. Этот субъективный фактор может осознаваться или не осознаваться. Второе даже хуже. Потому что так устроен человеческий мозг. Мнение о чем-нибудь складывается мгновенно, а в процессе последующего взаимодействия мозг как ловкий адвокат ищет аргументы в пользу своей гипотезы. И что удивительно, всегда находит. Приблизительно в тот момент, когда вы набираете воздуха чтобы ответить, преподаватель «уже знает» (то есть формирует ожидание), хорошо вы ответите или так себе. Поэтому, что и как вы написали на листах уже «понятно», зазубрили вы или разобрались во всем.

Начало взаимодействия с преподавателем

Любое знакомство, любое взаимодействие человека и ситуации, человека и зверя, человека и человека начинается с оборонительной доминанты. Это открытие было сделано Павловым на заре его блестящих экспериментов. То есть перед тем как произойдет взаимодействие, первый вопрос который надо решить – будут тебя бить по голове кирпичом или не будут. Позже об этом писал и Маслоу в своей пирамиде, отображающей иерархию потребностей. Первая потребность – потребность безопасности. Вам страшно на экзамене. Ситуация неопределенная, у вас есть слабые места, в которые могут ударить.

Важно понять, что в первые моменты беседы преподаватель тоже находится в состоянии оборонительной доминанты. Он не знает, начнете ли вы сейчас нести чушь и требовать оценки или хорошо подготовились и порадуете своим пониманием предмета. Будете ли вы наглеть, давить на жалость, плакать, падать в обморок или нормально отвечать. На всякий случай всякий преподаватель всегда **готов защищаться**. А уж это он делать умеет, поверьте. И еще поверьте в то, что преподаватель будет защищаться нападая. Потому что предмет – это его **территория**. Его зона охоты.

Ситуация в начале ответа обоюдно неопределенная. Итак, что же происходит в природе, когда, скажем, две белки неожиданно встречаются, и одна находится на своей территории, а другая – на чужой?

Правильно, та, что на своей территории погонит ту, что на чужой. Но это у белок. У более социализированных животных: у волков, у крыс-пасюков, у обезьян есть еще один механизм. Перед схваткой животные используют сигналы, обозначая свое положение. Так, драка волков продолжается до тех пор, пока один из них не примет позу подчинения. У уток и гусей есть ритуальные обряды агрессии, когда в последний момент удар наносится не по противнику, а как бы в сторону. Иными словами, животные **упреждают** реальную схватку, если обозначат свое положение в иерархии относительно партнера.

Все, что нужно сделать для хорошего начала – это **обозначить ситуацию** как безопасную для препода. Дайте знать, что нападать вы не будете. Как? Вот правила

- Предмет, который вы сдаете, важен
- Волнуйтесь
- Будьте кроткими

Пункт первый. Предмет, который вы сдаете **важен**. Дайте знать, что вы находитесь **на территории препода**. Его предмет – его зона охоты. Вы не будете ходить по его дому в грязных валенках, которые называются «мне это все равно не пригодится» и «у меня есть дела поважнее». Мыслей таких не допускайте! Пренебрежение очень хорошо считывается, поверьте. Пренебрежение к предмету – это вандализм на территории препода. Вот пример такого вандализма.

«Сдавала математическое моделирование в биологии. Курс был не интересный, модельки нам давали очень примитивные»

Инна, биофак

Пункт второй. Волнуйтесь. Вот здесь у меня большой риск быть неправильно понятой. Я не имею ввиду вот такое волнение.

«Моя однокурсница упала в обморок на экзамене по цитологии, когда ее зачетку взял в руки лектор – суровый преподаватель с острой конической бородкой и сверлящими глазами кощея бессмертного. Она вскрикнула, потом обмякла на стуле, скатилась вниз и очнулась уже лежа на полу. Лектор все еще держал ее зачетку»

Если у вас трясутся руки, темнеет в глазах и вы понимаете, что ничего не помните – это немного не то волнение, которое я имею ввиду. Я имею ввиду более легкую форму волнения. Скажу как препод. Волнение подкупает.. Почему так происходит? Психологический посыл волнения приблизительно таков

-то, что сейчас происходит очень важно для меня (а это отсыл к предыдущему пункту. То что сейчас происходит – это мой предмет. Значит, мой предмет ему важен. А мой предмет – это я. Значит, я важен)

-я осознаю свое несовершенство

- Вы обозначаете то, что «соперник уже победил»

И дело не только в тщеславии. Как правило, если человек волнуется, значит, он не будет тебе хамить и наглеть. Значит, он признал, что ты препод а он студент

Неподготовившийся студент, очевидно предвидя уже свою неудачу, начинает демонстрировать, что ему «пофиг» что происходит, что ты поставишь. Ему «пофиг» на предмет, «пофиг» на то, как я его оценю. И вообще у него есть тайная очень важная жизнь. Этот неуместный пофигизм бесит!

Преподаватель, биофак

Садитесь к преподу и отвечайте с пониманием того, как важен тот предмет который вы сдаете. Если вы сдаете «Тропическое животноводство в условиях крайнего севера» - то это самый важный, самый интересный предмет.

Как бы вы хорошо готовы не были, понимайте, что вы знаете лишь какие-то азы, а вообще это глубокая и фундаментальная проблема

Пункт третий. будьте кроткими. Этот пункт я раскрою ниже. Здесь имеется ввиду, что не надо наезжать на препода, уличать его в чем-то, требовать и просить.

Итак, первый контакт состоялся. Оборонительная доминанта снята. Вы немножко волнуетесь, кротки и скромны. Препод снисходителен. Вы начинаете отвечать свой билет.

Какие моменты здесь стоит обсудить?

Ответ преподу.

Правило первое. Не надо доказывать препода, что он идиот. Препода всегда прав. Это очень важный пункт, в котором я попытаюсь убедить вас в следующем: тезис, которые многие люди конечно же будут оспаривать. Я призываю, не рассматривать экзамен как поединок с драконом. Мол страшный препода сыпет вопросами. А вы мечом направо, мечом налево доблестно отбиваетесь. Потому что если препода согласится на эту игру, он порубит с плеча. Необходимо **правильно чувствовать дистанцию с преподам.** Это означает ровно то, что когда вы садитесь с ответом, вы помните что вы студент, а не коллега. Вы называете преподавателя на «вы». Априори знаете (просто знаете), что препода круче вас разбирается в предмете. Как бы вы ни готовились, пусть даже целых три дня, скорее всего вы ошибаетесь а не препода, если возникла неувязка. Самодовольный уверенный тон может взбесить преподавателя и активировать в нем желание побороться. Стоит ли говорить, что любой препода если захочет, то завалит. Практически любого студента можно сбить с мысли и утопить. Хотя хорошие препода этим конечно никогда не пользуются, не мстят. Но мир состоит не из одних только хороших людей.

Вот несколько типичных ошибок студентов во время сдачи

«Ему надо вызубренный текст было отвечать, причем с теми же интонациями, которые он делал во время лекции. Я ему говорю – я так и сказал, а он мне – нет, не так! И слова чуть-чуть меняет местами и то же самое мне говорит»

студент института Мориса Тереса

«Широкой души лектор Айвазян, предложил всему курсу (первый семестр первого курса!) прийти на досрок. Я к нему даже немного поготовилась, почитала лекции, записанные одногруппницей. Сама я была только на первой лекции, в перерыве задала ему какой-то вопрос, ответ мне не понравился, и я ушла с середины. Больше на лекции не ходила, хотя сейчас жалею (не из-за знаний, ты, наверное, и сама помнишь, чему он нас "учил", но очень уж красиво он рассказывал). Полкурса пришло на досрок, кого-то даже пустили, а досрок в этом случае большая удача, так как сдается ему, а на экзамене можно попасть к какой-нибудь строгой Лотовой, да и спрашивают на экзамене не по лекциям, а по учебнику, что на порядок сложнее. За столом я оказалась рядом с девушкой, которая не пропустила ни одной лекции. И вот он раздает нам устно вопросы, моя соседка что-то громко и возмущенно переспрашивает (типа не было этого в лекциях), а он ей: "А Вы вообще кто? Вы ходили на лекции? Что-то я Вас не помню! Вот соседку Вашу (меня то есть) помню, она ходила, а Вы - нет!"

Студентка, биофак

Вот это типичный пример отсутствия чувства дистанции, и хуже того - пристройки сверху к преподавателю. Кстати, студент был гуманитарий и сдавал матан – точную науку, в которой порядок каждого слова так же важен как и само слово. Повторяю, в любом

случае, прав ли препода или неправ, не надо ему говорить, что он идиот. Это нравится далеко не всем преподам!

Но как вести себя в том случае, если что-то вы ответили не так с точки зрения препода, но 10 раз в этом уверены?

Приведу пример поведения отличника в этой ситуации

«Я вызвал негодование препода тем, что начал ответ на вопрос немного издали. Не с формулы адреналина, а с того, где он вырабатывается и зачем он нужен в мозге. В этом негативе препода сразу перехватила инициативу ответа в свои руки и сказала

- А напишите-ка мне, уважаемый формулу триптофана

Я помнил ее и тут же написал. Сокращенно как в учебнике. Я ухудшил свое положение

- Не пишите сокращенно, вы не имеете на это права! Только студенты нашей кафедры могут позволить себе писать формулу сокращенно.

Я повел плечами, думая «вот еще причуда» и написал полную формулу. Экзаменатор уже бесновалась.

- Неправильно! Вы не знаете триптофан! Вы не знаете аминокислот! Вы не знаете основы курса.

Ситуация была прямо скажем печальная, потому что незнание аминокислот на экзамене по биохимии – это твердая двойка и если очень умолять – то тройка. Я внимательно посмотрел – может я ошибся? Нет, я написал формулу и был в ней уверен. Но преподавательница настаивала – там ошибка?

Что делать? Я принял трепетный вид. Покраснел. Сказал

- Ошибка должно быть в радикале! Может я перепутал с другой аминокислотой? – И написал тут же на листе все двадцать. Потом покраснел приуныл, но продолжал думать на листе... в какой-то момент она смягчившись во взгляде переключила меня на другой вопрос. И я справился. Вышел с пятеркой.»

Борис, отличник, биофак

И еще несколько примеров счастливого избавления

«Написав все, что знала и все, что узнала только что про математический маятник, я сидела в полумедитативном состоянии, глядя в пространство, печально думая о том, что первый же довопрос, пожалуй, станет разоблачающим. Жаль стипендию! Так прошло минут 10. Внезапно откуда-то сбоку подлетает наш лектор Кузин, выхватывает у меня из-под рук листок и заявляет, что раз я ничего не пишу, значит не готова, а раз не готова, то иди отсюда! Я была порядком невыспавшаяся и очень туго соображала, тем более, что мне казалось, надо было выйти из сонно-умиротворенного состояния и начать что-то активно доказывать, но я не могла. Секунд 30, если не больше, я смотрела на него в немом изумлении. Мое смущение смутило и Кузина. И он решил, прежде чем повторять свой вердикт, заглянуть, что же у меня все-таки написано. Определение маятника, графики, несколько формул. Кузин, посмотрев на листок, посмотрев на меня, сильно смутился, пробормотал что-то, убежал к кафедре, накорябал в моей зачетке, и вернул ее почти с извиняющимся видом. Так закончился первый экзамен по физике, на котором я получила пятерку. В следующем семестре мне пришлось изрядно постараться, чтобы получить ту же оценку :)»

отличница, биофак

Отличники тоже попадают в эти ситуации. Их стратегия заключается в том, что они не начинают доказывать препода, что препода идиот. Либо препода сам это поймет, либо он начнет рвать и метать.

И немного слов в защиту преподавателя. Да, преподаватели ошибаются, как и все люди. Но студенты ошибаются чаще. И еще чаще студенты списывают, наглеют, настаивают на какой-нибудь глупости. У измученного двоечниками преподавателя конечно есть некоторое ожидание негатива от студента.

Когда препода реально ошибается, помните. Вы один раз сдаете этот предмет, а препода принимает его по 8-10 раз в день вместе с каждым студентом год за годом. Представляете, сколько раз за это время он ловил на списывании? Только подумайте, сколько ерунды успели ему за это время наговорить двоечники! Это удивительно, что преподаватели после всего этого умудряются помнить правильные ответы.

Правило второе. Не говорите, что вы не списывали.

Очень часто от двоечника можно услышать

«сел, реально написал билет, только что сел сзади, потому что спереди и мест не было. Сел к преподау отвечать – а он мне –ты списал, я знаю ты списал»

двоечник, биофак

Что в этой ситуации начинает делать двоечник? Доказывать преподау что он неправ.

Почему этого не стоит делать? Да ровно потому, что в этот момент вы доказываете преподау, что он идиот. Вы обвиняете препода в несправедливости. И после этого препода что делает? Правильно! Переходит в оборонительную доминанту. То есть нападает. А помните, что препода – это белка на своей территории. А вы к нему забрели.

«За много лет работы уже видишь, когда списывают, а когда нет. Бывают студенты, про которых я точно могу сказать, что он списал, а он при этом начинает упорно доказывать мне обратное. или видишь, что списывает со шпаргалки, идешь к нему, он в этот момент ее прячет и начинает изворачиваться, что нет, у меня ничего не было и т.д.... Не люблю вранье : («

преподаватель мехмата

«Меня особенно раздражает в студенте наглость и неумение списывать. Особенно, если я уже дала понять, что вижу, что человек списывает, а он продолжает»

Преподаватель эмбриологии

Тут надо отдельно остановиться на том, как правильно списывать. Если вы переписываете какую-нибудь особо страшную формулу – перепишите ее с ошибкой. Потом задумайтесь во время ответа, скажите что не особо уверены в этом месте и по-моему все-таки так - и исправьте на правильное. Вот это произведет должный эффект.

Но что же делать, если вас обвиняют в списывании? Давайте посмотрим рассказ отличника

«Почему-то наш лектор Щукин считал, что ни один биолог не в состоянии выучить мат ан. Особенно формулу Тейлора. Передо мной он отправил двоих моих одногруппников с формулировкой «вы списали». Одногруппники начинали ему пытаться что-то доказывать – он их валил. А мне как раз попала формула Тейлора. Я сажусь к Щукину, билет написал, готовился. Он говорит мне «вы списали». А я молчу в ответ. Просто молчу. Ну он мне доп вопросы – я отвечаю на них. А он «ну формулу Тейлора-то вы ж списали?». А я молчу. Он мне пять поставил!»

отличник. биофак

Следует отметить, что если вы прочитали предыдущую главу, вы бы такой ошибки не опустили. Вы бы написали лишь план ответа, а формулу бы вывели на глазах у преподавателя. И лучше с ошибкой а потом исправив.

Правило седьмое. Не выпаливайте ответ если знаете его. Чуть-чуть порассуждайте и придите к нему. Лучше всего если вы сделаете открытие на глазах у препода. Это очень обидно, когда ты стараешься, выдумываешь вопрос, а тебе как из автомата, как будто зазубренное в ответ. И так, придите к правильному ответу в процессе рассуждения. Это создаст хорошее впечатление.

Выводы по главе 3.

- 1. предмет, который вы сдаете важен и интересен**
- 2. перед дверью в аудиторию поинтересуйтесь у одногруппников – какие доп вопросы любит задавать препод**

3. идти отвечать лучше в конце и после «слабого» собрата. Преподаватель будет в первых вымотан, а во-вторых сработает эффект позитивного контраста.
4. никогда не доказывайте преподавателю, что он идиот. Если вам кажется, что преподаватель неправ, отыграйте ошибку в учебнике (у лектора)
5. дорисовывайте ответ по ходу, раскрывайте схемы. Демонстрируйте способность мыслить а не читать
6. оставляйте «неровности» в ответе. На дополнительных вопросах бить будут по ним
7. на вопрос который вы знаете, ответьте постепенно, «продемонстрируйте» знание
8. не говорите ереси
9. если вы сказали ересь, то не настаивайте на ней.

Глава 4. Если у вас уже есть негативный опыт сдачи экзамена.

Конечно, — говорю я, — вы не станете учёнее оттого, что будете у меня экзаменоваться ещё пятнадцать раз, но это воспитает в вас характер. И на том спасибо.

А.П.Чехов. Скучная история

В 1958 году советский физиолог Э.А. Асратян проводил опыты с условнорефлекторным переключением. На один и тот же стимул он вырабатывал положительный и отрицательный рефлекс. Например, в светлое время суток после включения лампочки следовала пища (положительное подкрепление), а в темное время суток после включения лампочки следовал удар током (отрицательное подкрепление). То есть в зависимости от времени суток один и тот же стимул (звонок) приводил либо к пище (хорошо) либо к удару электрическим током (плохо). Вроде бы схема опыта проста и понятна. А теперь внимание, вопрос

Если Асратян начинал с пищевого рефлекса, а потом подключал к нему болевой – оба рефлекса вырабатывались. Животное обучалось днем выделять слюну а вечером – нажимать на полочку, упреждая удар током. Но если Асратян начинал с болевого рефлекса, а потом подключал к нему пищевой – в этом случае пищевой рефлекс не вырабатывался. Как вы думаете, почему?

Мы уже с вами немного говорили об оборонительной доминанте в третьей главе. Если сначала кормить, то первой образуется пищевая доминанта, а уже потом – оборонительная. Но если сперва ударить током, то образуется оборонительная доминанта, и ее уже ничем не «перебьешь». Оборонительная доминанта самая сильная. Неслучайно в пирамиде потребностей по Маслоу самой первой и самой базовой является потребность в безопасности.

Именно поэтому, когда экзаменатор особенно на первой сессии особенно на первом экзамене ставит нехорошую оценку – эта интеллектуальная пощечина, все равно что удар током. Отрицательное подкрепление. Но хуже всего не сам факт публичного удара, а то, что при этом на долгие годы формируется оборонительная доминанта (как в отношении предмета, так и в отношении ситуации экзамена в целом). То есть фактически сессия превращается в непрерывное ожидание очередной пощечины.

Приведу мысли великих по тому поводу.

«Священник спросил меня на экзамене, что такое «око», я ответил что «три фунта» - это по-грузински. Мне объяснили любезные экзаменаторы, что «око» - это глаз по-древнему, церковно-славянскому. Из-за этого я чуть-чуть не провалился. Поэтому возненавидел сразу все древнее, все церковное и все славянское. Возможно, отсюда пошли и мой футуризм, и мой атеизм, и мой интернационализм.»

Владимир Маяковский.

«Умственные унижения и угнетения со стороны невежественных учителей производят в юной душе опустошение, которое оказывает роковое влияние в зрелом возрасте. В сущности, почти чудо, что современные методы обучения еще не удушили святую любознательность»

А. Эйнштейн.

В настоящей главе я ставлю перед собой задачу трудную и почти что невозможную – сместить оборонительную доминанту. Тут надо сказать, что кого-то негативный опыт в принципе мобилизует. Но чаще негативный опыт демобилизует. Вызывает состояние обреченности, апатии, страха, желания сбежать. Приведу некоторые примеры.

«До экзамена было 4 дня. Критов всем нагнал страху. Достаточно времени. Но на меня напала полная апатия, как сейчас. И я не смогла подготовиться.»

Женя, биофак

«Надо пересдавать. Сажусь учить и прямо воротит. Как вспомню лицо препода, так у меня сразу слезы. Я очень переживала за оценки, я это понимаю, что не надо так переживать, но ничего не могу с собой поделать.»

Наталья, МГТУ им Баумана

«Это очень ступорит. Мозг как бы отказывается учить. Руки ноги и все клетки организма разом сопротивляются и вопят «нет» Нет нет». Кора головного мозга тут же все для тебя аргументирует «это мне не пригодится, мне это не нужно», «дурацкий предмет», «ужасный препод, он вообще никому никогда не ставит»

Митя, биофак

В настоящей главе я хотела бы доказать следующие тезисы

- 1. Экзамен не является критерием оценки вашего интеллекта. Я знаю глупых отличников и умных двоечников**
- 2. Оценка за экзамен не является мерой вашего успеха-неуспеха**
- 3. В жизни все равно все по-другому.**
- 4. Если поработать с негативным опытом, можно обратить его себе в пользу.**

Итак, пункт первый. Экзамен не является критерием оценки вашего интеллекта.

«Вова Новиков был у нас ленинским стипендиатом. Мы встретились всем курсом через 20 лет. У кого семья, ребяташки, у кого работа, свои проекты. Спрашиваем Вову. А он говорит: не женился, не работаю. Живу у мамы. Мы спросили: «почему?». А он нам говорит важно «а мне не создали условий»».

Лена, Институт Водного транспорта

«Я до последнего тянула с бумагами. Отчисляли ребят. Так я приказы об отчислении забирала прямо из папки «На подпись декану». А пока вторую бумажку напишут, там глядишь и пересдачу выпросят. Скольких кандидатов наук я так спасла. Женя вот кандидат, Паша предзащиту прошел – это только с вашего потока. А на первом курсе по четыре двойки у них было»

Галина Кузьминишна, начальник курса
МГУ

«Пришла к нам поступать на кафедру двоечница Света. Сессия не закрытая (две двойки), больничные, справки, академы. А она – хочу на кафедру. Ну мы ее отправили «на следующий год». Мол, восстановитесь – приходите. А так извините, у нас и среди хорошистов конкурс. Мы ее не взяли. А она стала ходить на кафедральные занятия. Мы ее гоняли, потом перестали – авось сама все поймет. И вот первая контрольная по функциональной морфологии. У всех набранных двойки-тройки, а у Светы «пять». Лучшие всех написала. И вдруг стала учиться. Защитила блестящий диплом, сейчас уже лабораторию возглавляет в Институте Медико-Биологических проблем.»

преподаватель, биофак

«Принимали экзамен у потока. Хорошая девчонка сдавала, была бы четверка, но попала на списывании. Чтобы другим неповадно было, снизила ей бал. В итоге тройка. Как она вылетела в коридор, и вдруг возвращается. Вы, говорит, оценку не поставили мне. А мне ставить тяжело. Рука не поднимается. Думаю «грех на душу, человека без стипендии оставить» Но я все-таки поставила. И вот у нее тройка – у одной из всей группы. А потом узнала, что все ребята в науке остались, а она в фирму пошла работать. Вот теперь меня совесть мучает»

преподаватель, биофак

Итак, негативный опыт – это травмирующее воспоминание плюс оборонительная доминанта, которая мешает готовиться. Что же с ней делать?

Я разберу очень подробно один пример, который случился с моим товарищем.

«Как-то раз я провалила дифференцированный зачет по иммунологии. Хотя выгнали меня всего за один третий вопрос, как мне кажется, не особо важный. Выскочила из аудитории, говорю «препод завалил». Нужно было готовиться к передаче. И не получалось, не шло. Предмет казался скучным, слишком сложным. Я думала, что мне все равно это не понадобится. Я часто отвлекалась, включала сериал «Школу». В общем, я была снова не готова, и мне не категорически не готовилось. Но в этот день у меня был вокал. Учитель по вокалу посмотрел на меня, спросил: что случилось? Я созналась, что завалила зачет. Что я дура и никогда его не сдам. Что препод страшный и злой, всех рубит.

Тогда мой учитель сказал

-О, это мы быстро решим. Ты не можешь подготовиться, потому что видишь только часть реальности. У тебя рамка считывания с реальности установлена неправильно. Сейчас я ее тебе сдвину.

И он заставил меня петь. 40 минут петь песню Мери Поппинз, знаешь, ту самую, из фильма:

«Кто от иголки до булавки, кто от тупелек до шляпки... ну и так далее. Особенно долго мы с ним отработывали момент «от меня без ума и весьма почтенный джентльмен седООй»

И вот я пела. А потом учитель сказал мне.

-А я понял почему ты не сдала зачет!

-Да?! - удивилась я

-Ты просто захотела еще раз поболтать с этим, как его, с Домбровским. Он тебе понравился. Ведь он красавчик, правда? Я вспомнила синевато-серого мрачного Домбровского, поперхнулась, сделала гримасу.

-Ой, да что ты! Он страшный как атомная война!

-Ладно тебе отмазываться, это ж видно, что он тебе понравился. Ведь он умный дядька?

-Да, - ответила я

-И свой предмет хорошо, небось, читает.

-Да, - ответила я

-Боже, какой он мужчина! А еще он дерзкий, когда принимает зачет, да?

-Да, - ответила я

-Ах ты хитрая! Да ведь он красавчик. И ты так сделала, чтобы он с тобой еще раз встретился

-Ээ..., - мялась я..

-Ну ты молодец! Ты это ловко придумала. Мол, не знаю чего-то там, мол, чего-то там не учить! Молодчинка! Хорошо придумала.

Вот так он говорил и говорил. Я понимала, что он сдвигал рамку считывания реальности. Но по мере того как он говорил, какая-то часть меня стала это просто допускать. Я пришла домой. Времени уже почти не оставалось, но я с жадностью ботала. В какой-то момент мне даже пришла в голову иммунологическая идея. И вот настал день пересдачи. На первую пересдачу пришло немного народа. Домбровский снова всех нещадно отправлял. Но я вошла к нему с радостью. Я знала хорошо не все вопросы, но отвечала с живым интересом. И кстати, стала замечать для себя – он не так уж страшен. Он вполне себе симпатичен. Когда он стал задавать мне дополнительные вопросы, я подумала – да он очарователен! Это умный человек, с которым можно поговорить. Господи, да он один меня тут понимает! Да он классный!

Мы говорили, и в какой-то момент перешли на свободную дискуссию. Я рассказала про свою идею – что нужно создать новую науку – социальную иммунологию. Потому что то, как иммунные клетки распознают чужеродные клетки – по МНС белкам на мембране – это тот же механизм по которому травят чужаков в стае. МНС – белки – это как у нас культурные коды. Мол, пьешь водку на лестнице из мыльницы? Нет – так ты не наш! Так ты штучка московская! Или слушаешь Децла? Нет – иди вон!

Домбровский был в восторге от этой идеи (от социоиммунологии конечно. Не от Децла). Он сказал, что и не подозревал, как на самом деле велик и фундаментален его курс. Но в душе своей на это конечно всегда надеялся.

У меня была пятерка – но оценка меня уже не волновала. Удивительным было то, что мы проговорили 4 ЧАСА!!!!.»

Саша, биофак

Давайте попробуем проанализировать, что произошло с Сашей и как ей удалось справиться со своим негативным опытом. Почему Сашу постигла неудача?

1. она была плохо готова
2. она позволяла себе отвечать небрежно - это неуважение к предмету и преподавателю (я считаю, не важный вопрос. Можно было и поставить.)
3. Саша перекладывала ответственность за случившееся на преподавателя («препод завалил» «препод злой»).

Результат – неуд и пересдача. Но это формальность. Самое главное – резкое падение самооценки («я полная дура») и уход в **оборонительную доминанту**. Ступор, негатив к предмету («это мне все равно не пригодится»), нерабочее состояние, фрустрации (смотрела сериал «Школа»). Если бы Сашу не выручил учитель пения, ее бы постиг второй удар. А что сделал учитель пения?

1. поднял самооценку (песня Мери Поппинз, и отработка фразы «от меня без ума и весьма почтенный джентльмен седой»)

2. переключил Сашу с пассивного отношения к реальности на активное (да ты сама **специально так сделала**. Ты просто еще раз захотела с ним поговорить).

3. переключил Сашу с оборонительной доминанты на флирт (да он тебе нравится)

Подчеркну, что строить преподавателю глазки **категорически нельзя**, поскольку можно спровоцировать **острый негатив**. Цель – не флирт. Цель переключения - создать в себе **оптимальное мотивационное состояние** для заучивания предмета. Тут может быть стимулом например стать самым крутым в группе (повысить социальный статус, доминанта доминирования, простите за тавтологию).

Все что нужно, это отфиксировать в себе оборонительный компонент (мысли типа «дурацкий предмет», все равно я дура, мне это не понадобится, слишком сложно для меня, слишком скучно). Потом нужно заменить оборонительную доминанту на какую-нибудь другую. Потом проанализировать ситуацию с точки зрения **Я-активного** (я потерпел неудачу потому что я сделал то-то). Итак, легко сказать «смести оборонительную доминанту». Но сделать это совсем не так легко. С чего начать?

Во-первых, Завести своего внутреннего адвоката. Эта такая субличность, которая вас оправдывает, что бы вы ни делали. У него такая работа.

«Что бы я ни делал, какой бы спектакль не ставил, я чувствую что рядом со мной в зрительном зале сидит моя бабушка. Она всегда хвалит меня, что бы я ни делал. И это такая мощная поддержка во всех моих начинаниях, которой мне хватает во времена уныния и потери воли и сил»

Георгий Д.
режиссер

Итак, формула борьбы с негативным опытом на экзамене

1. понять как именно оборонительный компонент у вас выражается
2. придумать на какую доминанту сместить оборонительную
3. сместить оборонительную доминанту на новую.

Кстати, в процессе книги для меня было удивительным открытием то, что преподаватели тоже испытывают негатив как по отношению к ситуации экзамена, так и к

экзамену как способу оценки интеллекта другого человека. Да и вообще к ситуации публичной оценки в целом.

*«Взрослые люди учатся безо всяких экзаменов — и вполне успешно осваивают совершенно новые профессии. У собственного научного руководителя учишься очень важным вещам безо всяких экзаменов. Я не знаю, как построить новую систему образования, я не специалист. Но очевидно, что ориентироваться надо на уже существующие безэкзаменационные модели — они есть в средней школе, они есть в послевузовской жизни, и только в вузе творится эта **сезонная хрень**. Пока можно глядеть в сторону Скандинавии, где уровень стресса у студентов сильно ниже, чем у нас»*

Амин,
факультет мировой политики

«Экзаменационная система пробуждает в нас только самые низменные инстинкты. К сожалению, большинство предметов преподаются по принципу "просто вам надо это сдать и забыть", без какой-либо системы и взаимосвязи. Я не раз слышал от студентов про то, как их мозг "с облегчением освобождался от ненужных знаний" после экзамена. Поэтому в стрессовой ситуации мозгам сложно извлечь полезное для построения своей системы мира. По факту, нужно забить на оценки и, не боясь пересдачи, выделить, выучить и понять только те моменты, которые могут стать путями реализации мировоззренческой доминанты. Кстати, когда я был студентом, я был рабом формального подхода и старался запомнить все, в чем не видел смысла. И в итоге, когда мозг освобождался от ненужных знаний, "с водой выплеснул ребенка".»

Николай, биофак

«Экзамены - особенно устные экзамены - это средневековая традиция - общения профессора с учениками, которые слушают лекции, ходят в библиотеки, где читают книги. И лекции, и книги, и библиотеки - все это уходит в прошлое, и мне это немного жаль. Знания доступны через интернет, лекции доступны через интернет, старая система обучения понемногу исчезает. Я вижу, что и студенты сейчас не готовы сидеть в библиотеках часами, они меняются, они совсем другие. Хотя у нас еще очень много сохранилось такого средневекового..»

Николай Поярков, преподаватель по зоологии позвоночных, биофак

«Напомним что одно из принципиальных отличий тестирующих методов от экзаменационных заключается в том, что тесты почти целиком ориентированы на сообразительность, в то время как экзамены проверяют объем того что удалось запомнить (довольно часто на кратчайший срок). Вероятно большинство людей с высшим образованием были и будут наиболее знающими ко времени окончания института или времени сдачи госэкзаменов. После этого, забыв большую часть того что они знали, они сохраняют в памяти только то что необходимо в ходе их постоянной работы и (может быть, к счастью) и вузовские знания вытесняются новыми, постоянно нужными для практической деятельности.

*Таким образом, система образования преимущественно нацеленная на тренировку памяти от старо-китайской системы образования: **кто больше запомнит тому и больший чин** – от чиновника до мандарина.»*

В.П, Эфроимсон

«Оптимальное сочетание даровитости и запаса знаний образуется к 25-37 годам, И этот возраст опасно близко лежит к возрасту получения высшего образования и завершающей специализации.»

В.П, Эфроимсон

К тому моменту когда они (студенты) в нормальном порядке превзойдут науки и накопят умения, их любознательность как правило исчезает. Потому что их стремление к познанию и умению разбивается отчасти о занятость взрослых, а отчасти об их собственную непременную «бездарность», в большинстве тех занятий, в которые они вовлекаются «броуновским движением» их естественной потребности к самопроявлению. Ребенок, начинающий напевать при отсутствии музыкальных способностей, рисующий при цветовой бездарности, танцующий при врожденной неуклюжести – такой ребенок быстро обрастает комплексами, начинает чувствовать себя «неполноценным» и именно это мешает обнаружить ему скорее всего существующий и может быть незаурядный математический, конструкторский, поэтический или любой другой талант

В.П, Эфроимсон

На тестовой оценке влияют конформность, быстрота мышления. Вдумчивые люди с многосторонним подходом получают низкие оценки по тесту интеллекта

В.П. Эфроимсон

Выводы по главе 4

- 1. Оценка за экзамен не характеризует ваши способности и уровень интеллекта**
- 2. В случае возникновения негативного опыта нужно отфиксировать у себя оборонительную доминанту («это не мое», «мне не пригодится», «препод сам дурак», «препод завалил, он вообще пол курса завалил», «я дурак», «я никогда не смогу», «а ну его к черту, меня уже тошнит»)**
- 3. и сместить ее на любую другую, удобную для вас**
- 4. Нужно завести себе внутреннего адвоката (это ваша субличность, которая вас профессионально оправдывает)**
- 5. Нужно переосмыслить негативную ситуацию с точки зрения «я активного»**
- 6. Нужно вывести ситуацию на активный позитив (я завалил потому что захотел еще раз поговорить с умным преподам).**

Глава 5. Экзамен и первобытное мышление.

Эта глава будет состоять из двух частей. Сначала мы немного с вами поговорим о мистическом мышлении вообще. А потом я расскажу о реальных мистических случаях, которые произошли со мной и с моими студентами, или коллегами-преподавателями.

5.1. О первобытном мышлении.

Я хочу начать эту главу с одного любопытного случая, который был описан в книге Леви Брюля «Первобытное мышление»

«Маудега, жена Аветау, в Муруа, посетила соседнее селение Будау; возвращаясь, она вела с собой девочку Буамаи начальника Набудуа. По несчастной случайности ребенок был унесен крокодилом, и вот для того, чтобы отомстить, Буамаи, его сын и несколько других воинов убили Маудегу и трех ее родственников... На суде сын сделал следующее заявление: «Верно, что мы убили этих людей. Маудега увела мою сестру в свое селение: во время пребывания у нас она заколдовала аллигатора, заставила его выйти из воды, схватить мою сестру и сожрать ее».

Новая Гвинея, Вудларк-Эйленд

Как описывает Леви-Брюль, это довольно типичный случай. Вот еще несколько подобных примеров.

На верхнем течении Замбези говорят, что существуют «доктора», которые напускают крокодила. Если кто-нибудь украд быка одного из «докторов», последний идет к реке. Войдя в реку, он говорит: «Крокодил, иди сюда, поймай мне того, кто крал моих быков». Если на следующее утро «доктор» узнает, что крокодил убил кого-нибудь, он говорит: «Это был вор». Поэтому всякое новое несчастье не только не колеблет убеждения туземца, но, напротив, служит ему новым доказательством. Он станет разыскивать колдуна, обнаружит и покарает его, все доводы и настояния европейца покажутся туземцу еще более нелепыми, чем когда бы то ни было. «Два человека были унесены крокодилами. Но туземцы утверждали, что не в привычке крокодилов уносить людей. Следовательно, это были крокодилы-колдуны, одним из которых был признан вождь, начальник данного района. Он естественно настаивал на своей невинности, однако его заставили выпить испытательный яд ля того, чтобы доказать свою невиновность. Негодяй «доктор» приготовил для несчастного роковую дозу... Мы ничего не могли поделать».

«В Лукунге, одной из станций американской баптистской миссии, однажды ночью из реки вылез огромный крокодил, собравшийся напасть на свиной хлеб. Свинья почуяла запах

пресмыкающегося и подняла такой шум, что миссионер Ингхем встал и выстрелом из ружья убил крокодила. Утром он вскрыл крокодила и обнаружил в его же-лудке два браслета. Туземцы сейчас же признали, что эти украшения принадлежали двум женщинам, которые в разное время исчезли, отправившись за водой к реке. Я прибыл на эту станцию через несколько дней, и один из рабочих, бывших со мной, уроженец

КонгО, упорно утверждал, что крокодил не ел женщин. Он настаивал на том, что крокодилы никогда этого не делают. «Ну, а браслеты? Разве это не очевидное доказательство, что в данном случае именно крокодил сожрал женщин?» — «Нет, крокодил лишь схватил их и передал колдуну, орудием которого он был, что касается браслетов, то ему, вероятно, пришлось в голову взять их в качестве вознаграждения». Что делать, — прибавляет Бентли, — с мозгами, которые на манер этих одержимы дьяволом?» Бентли возмущен тем, что он считает неслыханным упорством в отрицании очевидности. Однако речь идет совершенно о другом. Это просто частный случай «непроницаемости для опыта», которая характеризует мышление первобытных людей, когда их сознание заранее заполнено коллективными представлениями. Согласно этим представлениям, в которых совершенно незначительна роль «вторичных» (естественных) причин, тогда как подлинная причина мыслится как мистическая: крокодил, совершающий необычайный поступок и пожирающий человека, не может быть таким же животным, как и другие крокодилы; он неизбежно представляется как орудие колдуна или сам колдун.

Стоит добавить ко всему сказанному, что в большинстве туземских поселений крокодил является священным животным. На основании своих наблюдений Леви Брюль выводит следующие характерные черты первобытного мышления

1. обязательное присутствие мистического начала в каждом живом и неживом предмете а также в каждом процессе
2. нечувствительность к фактам, невосприимчивость к опыту, невозможность опровергнуть в таком мышлении. Иными словами абсолютную некритичность первобытного мышления.

Мне следует чистосердечно признаться, что я очень часто нахожу у себя черты первобытного мышления. Пожалуй, даже чаще, чем непервобытного. Но любопытным в этом отношении было для меня то, что я начинала мыслить первобытно (мистически) в тех ситуациях, когда испытывала страх (волнение) ну или же какие-нибудь сильные эмоции. И, по всей видимости, не только я. Давайте рассмотрим некоторые приметы.

«Засыпаю в общежитии ГЗ МГУ. Ночью студенты высовывают в окно зачетки с криками «халява, ловись» веря, что это принесет им удачу. Студенты делают это вне зависимости от успешности мероприятия»

Галя, МГУ

«Перед экзаменом нужно поплакать. Я смотрю трогательный Аниме, довожу себя до слез. И если я заплакал – все хорошо, значит я завтра сдам на 5»

Федор, биофак

«Нельзя стричь ногти и волосы перед экзаменом. Нельзя мыться. Сдать с чистыми волосами – это натуральное самоубийство.»

Дорофей, химфак

«По дороге на экзамен нельзя наступать на трещинки на асфальте. Если я наступаю – будет провал.»

Женя, филфак

«Черные перья. Если я вижу черные перья по дороге на экзамен – это плохой знак. А вот белые перья к добру»
Дима, ФНМ

«Вот у меня как то повелось четная сессия легче, а вот с нечетно всегда проблемы»
Женя, Экономический

«Однажды мне в гардеробе достался номерок 888 перед сложным экзаменом и я его сдал... И с тех пор часто я специально его просил в гардеробе перед сложными экзаменами»

Дима, философский ф-т.

По всей видимости, первобытное мышление никуда не делось и сидит в нас глубоко. И скорее всего, страх активизирует это первобытное мышление, и мы превращаемся в туземцев, которые уговаривают и подкупают злых духов. Выходят на связь с темным лордом. Читают заклинания и натурально колдуют, чтобы хорошо сдать экзамен. Причем, я не могу сказать, что этим увлекаются только двоечники. И отличники тоже.

И вместе с тем я готова побиться об заклад, что нечто «мистические» происходит на экзамене. В настоящее время в кругу ученых изучать паранормальные явления и сверхспособности считается неприличным. Но настанет день, когда и эти предрассудки будут отброшены. Ниже я попытаюсь привести некоторые паранормальные случаи, которые случались на экзамене со мной и моими друзьями. Я не буду отдельно анализировать эти случаи. Пока что нет хорошее научной базы под это все.

Но ясно одно. В момент сдачи экзамена наш мозг находится в особом состоянии сверхмобилизации. И возможно, что именно это состояние связано с повышенной чувствительностью, интуицией ну и повышая градус паранормальности способностью предвидения, и вообще сверхспособностью. Никаких мистических стратегий или полезных советов в этой части книги я не дам, поскольку не могу поручиться за них головой. Наше восприятие субъективно, и для подтверждения нужны серьезные эксперименты со слепым контролем. Я привожу эти примеры в качестве баек, или лучше сказать, студенческого фольклора, который мне удалось собрать.

Итак, вот эти примеры.

«Первый курс, сдавал матан. Выучил все билеты кроме формулы Тейлора. И все время думал об этой формуле «Хоть бы не формула Тейлора, хоть бы не формула Тейлора». Тяну билет, смотрю – вот она. Формула Тейлора. Еле списал. Второй семестр. Выучил только комплексные числа. Шел на экзамен, думал – «только бы комплексные числа, только бы комплексные числа». Вытащил билет – аккурат комплексные числа.»

Борис, биофак

«Я училась на рабфаке. За успехи меня решили перевести на дневной, но перевели без потери года. В результате мне пришлось сдавать 16 экзаменов в одну сессию. Это было такое истощение. К последним экзаменам я физически не могла готовиться. А делать нечего – сдавать надо. Ну вот, сажусь отвечать к преподавателю с пустым листком. Он мне вопрос задает, я не знаю, но смотрю на его лоб и вижу мысль как бегущую дорожку. Ну и как диктор телевидения я ее читаю «Пенетрантность признака означает...». Я в шоке, сижу испуганная, преподаватель тоже испугался, отодвинулся от меня на стуле. Задает еще вопрос. А я опять его мысль вижу. Зачитываю «Проблема теломер означает что при митозе...». Преподаватель подпрыгнул, побледнел и осторожно так у меня спросил: «вам четыре хватит?». Я закивала. Он мне зачетку подписал и бегом курить. А я скорее из аудитории. Так мы с ним друг от друга побежали в разные стороны...»

Любовь, биофак

«Мы поступали в музыкальную школу. Из нулевого в первый класс. Был экзамен по сольфеджио, самый трудный. Перед экзаменами мы тренировались определять интервалы на слух. Октаву, секунду всегда легко было определить. А вот интервал малая септима – вот с ней всегда у всех была беда. Нам даже учительница сказала «не родился еще такой ребенок, который бы малую септиму услышал и назвал малой септимой. Большой септимой, большой секстой, чем угодно! Но только не малой септимой». В общем, сдаю я экзамен. Играют мне сначала кварту чистую – ну я ее тут же определяю. Это легко. И тут Наталья Иосафовна нажимает интервал – тот самый страшный. Я помню что это тот самый интервал, но как он называется – хоть убей меня не помню. Мне страшно. И вдруг слышу громкий женский голос «Это малая септима». Смотрю: мне подсказывает моя учительница по фортепиано: красивая женщина с кудрявыми медными волосами. «Малая септима» - повторяет она громко и отчетливо. Но никто на нее не шикает, не оборачивается. «Малая септима» - снова повторяет она. И тут я вижу что губы у нее не шевелятся. Она просто сидит и улыбается. И снова молча говорит мне «Малая септима». Я повторила вслух «малая септима». Вдруг комиссия с

заднего ряда сказала «вот молодец! Определила». И Наталья Иосафовна закивала, говорит правильно! Мне поставили пятерку и перевели в первый класс музыкальной школы имени Д.Д.Шостаковича»

Люся, пианист

«Вытянула на экзамене и на пересдаче один и тот же билет, но это не мистика, а скорее невезуха)))»

Оксана, МЭИ

«меня был той зимой очень сложный предмет. И я очень боялась моего преподавателя. Просто безумно! Семинариста. Потому что он вел у нас на первом курсе семинары, по введению в общую психологию. И его экзамен стоял последним. Все экзамены моего первого семестра я сдала на пять, а придя на его последний экзамен, он завалил меня и отправил на передачу. Причем я так и не поняла за что. Первый семестр и сразу первая передача... хотя все другие предметы на 5. На втором курсе он опять вел у меня семинары. И я не могла воспринимать информацию этого предмета, потому что голова всегда была забита не предметом, а страхом и неопределенностью. Стояла у аудитории и боялась зайти. Ни шпор, ничего не было. Вышла моя знакомая из аудитории с хорошей оценкой. Вызывают меня. Девочка дает мне стопку шпоргалок, я судорожно хватаю их и забегаю в аудиторию, быстро их распахивая, и роняя парочку на ходу (вроде никто не заметил). Беру билет. Сажусь. Три вопроса. Понимаю что ничего не могу вспомнить, вопросы все неудачные, из головы не могу ничего достать нужного. И вот я начинаю перебирать все свои шпоры. ...нас не палили почему-то. Видимо понимали что предмет сложный. Так вот. Вопросов всего 60. И у меня на руках в шпоргалке 57 ответов. 3 я обрала, пока залетала в аудиторию. И угадай какие? Да... именно те три, которые были у меня в билете. Так я получила вторую передачу ровно год спустя ровно у того же самого преподавателя В дату, когда назначили первую передачу, я легла в больницу. В дату, когда назначили вторую, я еще лежала дома и не могла ходить. И пришла только на 3 передачу (со мной сидели двоечники, которые сдавали с комиссией. Я без нее, тк отсутствовала по причине болезни). Сдала ее на 4. Другому преподавателю. А мой семинарист сидел рядом, слушал и болел за меня, даже один раз подсказал по тихому. А потом он сам признался, что он это экзамен в свое время тоже сдал только на 3 передаче, как и я.»

Света, психфак

«Моя коллега, преподаватель лин.алгебры поделилась со мной тем, что не может принимать экзамен у моего товарища, так как сразу начинает себя плохо чувствовать, как будто у него тяжелая энергетика.»

Борис, мехмат

«Когда сдавали беспов (беспозвоночных животных) Я очень не любила вопросы типа общая характеристика многоклеточных, зато мне очень понравились акантарии и я хотела этот вопрос на экзамене получить, а когда ехала на сам экзамен последнее, что я прочитала - личиночное развитие иглокожих. Собственно эти три вопроса мне и попались)»

Вика, биофак

«Перед поступлением на Психфак увидела сон, где беру билет, в котором вопрос про личность и про мышление. Причём в списке вопросов они были далеко не рядом и не через n кол-во вопросов, то есть по какой логике они должны были бы быть в одном билете неизвестно. Но на экзамене мне так и попало. Даже окно и помещение то же, что во сне)»

Даша, психфак

«Почему сдал тер.мех? Сильно молился, даже торговался, что не буду пропускать впредь лекций и прочту все лекции которые были. Включил видимо все ресурсы подсознательного и как то написал, Бог помог»

Саша, МГТУ им. Баумана

«Это был 1 курс. Готовилась к экзамену по философии. Учить билеты было бесполезно, поэтому решила просто читать, что запомню - то запомню. Начала подготовку за 2 дня. В ночь перед экзаменом с соседкой по комнате как-то не спалось, мы обе готовились к своим экзаменам, учились играть на гитаре, так как мозг уже кипел бесились. Утром напились кофе, покурили (я тогда иногда курила) и поехали в универ. Мне поставили отл автоматом. Я вернулась в общагу и легла спать. И вот я сплю. Сквозь сон слышу, что кто-то стучит в дверь,я что-то отвечаю не по-русски, и не по-английски, а, как мне в этот момент кажется, на древне-египетском)) потом слышу, что под окнами кто-то меня зовет. Открываю окна, там стоят друзья и зовут меня. Я им говорю, что устала и хочу поспать, и говорю на древне-египетском. Они меня не понимают, а я им говорю что-

то вроде, что все знают древне-египетский, но сама в этот момент понимаю, что обладаю уникальным навыком) Короче итырило меня тогда конкретно, 2 дня философских чтений дали о себе знать) еще долго в нашей компании вспоминали менее мой древние египетский)»

Галя

Перед сочинением (самый главный экзамен на филфаке) снится сон. Я сражаюсь то со своим псом-русским спаниэлем Бекасом, то со странной черной пантерой у нас на даче среди калужских простор... Буквально катаюсь по полю. В итоге-одна из тем сочинений- "Романтическая образность в "Мцыри" и "Песне о купце Калашикова"Лермонтова... Сон второй был более конкретный. Перед историей. Снится Питер и Петр. На экзамене к поступлению две темы:1.Социально-экономические и политические преобразования Петра...2.НЭП. Ну,вот скажи, какого лешего, а?!))

Татьяна, филфак

Глава 6. Веселые истории моих друзей (вместо заключения)

И напоследок я приведу несколько забавных историй, которые приключились с моими друзьями, преподавателями, однокурсниками и моими учениками. Я постаралась привести оригинальный текст с наименьшим количеством исправлений, чтобы мой читатель смог в полной мере насладиться устным народным студенческим творчеством.

Я сдавала на кафедре, уже одна осталась. Преподаватель вышел. Зашёл какой-то парень, по виду студент. Я ему говорю: "Знаешь такой-то вопрос?" Он мне помог, мы поболтали. Обсуждали ещё, что на этой кафедре не очень интересно учиться и что на неё идут одни зануды. А потом возвращается мой экзаменатор и говорит: "О, так у вас уже другой преподаватель принимает!". Но мой собеседник меня не выдал. Мы потом ещё общались, веселый был парень. Наверное, опешил тогда от моей наглости))

Карина, МГУ, ВМК

Готовились мы с другом к экзамену по математике. По Сканави. Там были задачки третьего уровня. Так вот одну из них мы с Лешкой никак решить не могли. И пытались и пытались ее делать, даже ответ наизусть уже знали и все равно не могли. И вот сдаю я экзамен по математике. Устный. Все решила. Препод уже собирается пятерку ставить и тут говорит: «Я вам пятерку поставлю. Но мне все-таки интересно. Вот тут одна задачка есть» - и задает ту самую из Сканави. Он говорит «ну вы пока подумайте, с какой стороны хотя бы можно подойти к решению, а я пока пойду покурю».

А я ему «куда это вы пошли? Вот я уже ее в уме решила». И ответ называю. Никогда не забуду его лицо. Бешеное удивление. Шок. Он говорит мне.

-Девушка, что у вас за письменный экзамен?

-4 – говорю.

Он пошел за моей работой, принес. Просмотрел внимательно и говорит:

-Девушка, почему вы не подали на апелляцию? У вас пять!

А я – Не а! я допустила ошибку!

-Какую?

-Константу обозначила за «х». А по международному кодексу иксом и греком и зетом нужно обозначать переменные.

Отошел, долго подписывал какие-то бумажки и смотрел на меня настороженно. Снова подходит, дает мои листочки и говорит значительно

«надеюсь мы еще с Вами увидимся»

Лена, Институт Водного Транспорта

Учился с нами один паренек, мастер слова и любитель Достоевского. А шпаргалки он прятал в пузырьки из-под дедушкиного нитроглицерина. Умудрялся в хранить скрученные в трубочку подробные биографии великих творцов. Мне кажется, пиджак он носил тоже дедушкин, не соответствующий его комплекции...Когда на экзамене по устной литературе одна мадам, залившись слезами, поняла, что забыла все на свете ..он достал пузырек Нитроглицерина с Куприным и сказал: "он волшебный. Выпей – и все вспомнишь»

Вера, филфак

Аудитория полная. Механики первого курса сдают зачет по НГТ. Я сижу с лектором на первой парте около прохода, отвечаю ему экзамен. Входит студент. Осматривается и говорит: "А че, препода еще нет?". Лектор поднял глаза: "Вам сразу незачет". "Почему?"-спрашивает студент. "Потому что вы даже не знаете как я выгляжу. Вот он я! Ваш преподаватель!".

Ася, мехмат

Третья часть экзамена по цитологии заключалась в том, что студентам предъявляли электронные микрофотографии, на который они обязаны были определить вакуоли, митохондрии, клеточные контакты и так далее. Лектор Перцов решил пошутить, и в стопку для определения положил черно-белую фотографию колбасы. Вот сдает ему студент, определяет фотографии.

-Что видите? – спрашивает Перцов

-Вижу вакуоли, богатые крахмалом

-Таак, - говорит Перцов

-Вижу две митохондрии

-Таак

-Вижу целлюлозную клеточную стенку и, кажется, молекула адгезии..

-Все хорошо уважаемый, все правильно, – говорил Перцов, - только дело в том, что это всего-навсего сыро-копченая колбаса!

Была уже ленинским стипендиатом. Сдавала математическую статистику. Преподавателя не любила. Отвечала плохо, на 2 с плюсом. А он мне пять нарисовал. Выхожу. Вся в слезах. Ребята меня окружают. Спрашивают

-Ты чего плачешь? Завалил? четыре поставил?

-Неет, - плачу я

-Три, - все удивляются?

-Неет

-Неужели два?

-Неет

-А что??

-Пять, - и плачу

Ребята плюнули и сказали

-Ну ты дура

Лена, ИВТ

Я сдавал лыжи. Теорию пропустил, потому что работал. Зачет тоже пропустил, потому что работал. Прихожу на экзамен и только тут узнаю шокирующую правду. Система оценки бальная, если ответить на 5 на экзамене – то в итоге не будет даже «2», потому что надо было контрольные писать и все такое. И вдруг на экзамен приходит заведующий кафедрой. Это такой кролик в очках. Естественно знает все про лыжи. Ну сажусь я к нему отвечать. А ему так хорошо отвечать. Ты только начинаешь, а он потом за тебя все договаривает. Он достает ведомость, смотрит сколько у меня баллов. «То есть если я вам высший балл поставлю у вас все равно будет.. это у нас что? Ну ладно, троечка.» Я говорю – ну да, да. Ну он берет зачетку, начинает в ней расписываться. А я ему говорю «Только это не моя зачетка». Он начинает метаться. Головой крутит. В ведомость - зачетку, в ведомость, в зачетку. Приговаривает «Черт, черт, черт!». Смотреть, кому же это он трояк влил. Потом говорит: «То-то вы так спокойно на тройку реагируете»

Михаил, РГУФК

На пересдаче профессор Гришко объявил, что первый доброволец получит плюс балл. Вызвался один парень, начал отвечать, а профессор Гришко в какой-то момент отошел по делам. Гришко был очень пожилой профессор со своими причудами. В общем, он забыл, что принимает экзамен, и ушел домой. Парень просидел 5 часов пока экзамен не закончился. А мы (другие принимающие) были озадачены: если Гришко вернется, а мы приняли, то будет нехорошо, не принять у парня экзамен тоже нехорошо. Звоним профессору домой, мол так и так, что делать. А он «Так вот что я забыл на кафедре! А то было у меня какое-то ощущение». «А что нам со студентом делать?». А он «Принимайте его, только балл не забудьте прибавить!»

Одногруппница сдает общую и неорганическую химию, рассказывает что-то про строение молекулы, билет совершенно не помнит, сочиняет на ходу, завирается... Преподаватель флегматично "в учебнике написано не так. Но на самом деле никто не знает как все устроено на самом деле..." и ставит в зачетку пятерку

Пошла отвечать ММБ. Преподаватель сходу заявил, что билет я списала, поэтому по билету он меня спрашивать не будет. И понеслось: он задает вопрос по его мнению посложнее, на понимание - я отвечаю, задает вопрос попроще (опять же по его мнению) на что-то, что нужно было просто запомнить, нарисовать функцию имени кого-то - я ничего сказать не могу. и так с полчаса. В зачетке в ту сессию одни пятерки. Преподаватель решил не портить картину и тоже пять нарисовал и отпустил. Я осталась в холле перед аудиторией подружку подождать, достала пои покрутить. Через некоторое время выходит мой экзаменатор, некоторое время внимательно смотрит на то, что я вытворяю, и говорит "АА! Так вот за что я ей 5 поставил"

Опаздываем на программирование. Заваливаемся в аудиторию. А вел у нас Шишков Юрий Иванович. Ребята говорят – ничего, авось войдем. С нами Лена (а я была любимицей, ленинским стипендиатом). И вот заходим. Шишков говорит

-Ну ладно я пуцу вас. Потому что с Вами.. – и подтягивает рукава своего все время свисающего свитера - с вами Елена.

Сидим. Задает задачку.

-К доске пойдет Елена.

Выхожу. Начинаю решать. К концу первой пары доска была полностью исписана формулами и выводами. С задней парты раздается голос Гаряева.

-Юрий Иванович, похоже, что вначале была ошибка.

Шишков пробежал глазами доску, стер все и вторые 45 минут эту же задачу решали с учетом исправления. К концу второй пары Гаряев с задней парты протянул

-Юрий Иванович, а все-таки вначале было правильно.

Шишков полез в карман за валидолом.

Я как-то сдавала в один день коллоквиум по матану и экзамен по общей психологии. Психологию выучила, а на матан заготовила комплект шпор и засунула в карманы шарфа. Матан списала, пошла сдавать психологию. её принимали устно, по очереди заходя в поточную аудиторию.

Зашла, рассказала про фундаментальную ошибку атрибуции (когда ты досочиняешь о человеке то, чего не знаешь, исходя из общих клише. Например, тебе дали меньше сдачи в магазине - значит, наверняка хотели обмануть. а вариант, что кассир действительно мог ошибиться, обычно протекает мимо.) Экзаменатор ещё вытянула из меня Мораль о том, что не надо поддаваться желанию в эту ошибку впадать, поспрашивала по курсу, и отпустила с пятёркой.

Выходя из аудитории, я спотыкаюсь о ступеньки, падаю, и из кармашков, как конфетти, вылетают шпоры по матану. Препод в негодовании, исправляет ведомость, гневно отзывает назад, чтобы исправить зачётку, и только увидела лохматые формулы и интегралы на шпорах.

-Это что, не психология? - спрашивает она меня

-Это матан, - сознаюсь я. А она исправляет все назад.

Вот такая фундаментальная ошибка атрибуции

Это было на экзамене по литературе, он был самый последний, и я сдаю работу, надо было сдать до 16:00 все бланки, я последняя в классе, кладу на стол все бумаги и у меня из под майки выпадает большая шпаргалка. Я нервно улыбаясь, ее поднимаю,

наблюдающие смотрят на часы 16:01 и говорят "Тааак, мы ничего не видели, а теперь БЕГИИИИ"

Вот вспоминаю экзамен по методологии психологии, кажется. Профессор наш, сексист, все время смеялся надо мной и моей подругой, называл нас двухголовым чудовищем за то, что мы все-все вместе делали - и доклады, и проекты, и отвечали даже как-то вместе. Вот день экзамена, сидим, волнуемся, он рубит головы, отсылая всех на пересдачу. А предмет такой скучный, мы его даже не учили как-то, думали автоматом получим пятерки за вечную активности. А он нам говорит с Дашей: "Тяните билеты", ну потому что даже билет мы тянули бы вместе. Даша моя в полном возмущении и смущении: "Как билет?!" А он говорит хрена вам лысого, а не автомат, давай билет тяни. Она берет билет после меня сразу, садится. Краснеет, встает и орет: "Вы меня фрустрируете!!! Если вы будете меня спрашивать, я фрустрируюсь и ... и это нехорошо!" Потом она что-то очень долго бурчала себе под нос, в то время как профессор опешил и внимательно слушал бурчание о последствиях фрустрации. Видимо, этого было достаточно на знание темы фрустрации и копинг-поведения. Он торопливо взял ее зачетку, позвал меня, а я почему-то вместо подготовки ошарашено смотрела на подругу и методично одевалась в свитер, шарф и шубу, вместо подготовки к билету, видимо в шоке. Поставил он нам что-то в зачетки и выгнал нас "к чертовой матери, чтобы не фрустрировались". Выходим - зачет. Ну как-то так и сдали)

Принесли преподу по сопромату бутылку в подарок по случаю экзамена, а он не берет. Говорит, «Да попробуйте сами сдать, может и не пригодится – так сами выпьете»

Это было 31-го декабря. Сдавали программирование. Собрались все в районе 9 утра. Планировали до часу до двух все сдать. Ведь праздники как-никак. Поговорив со всеми по теоретическим вопросам Шишков раздал задачки. Увидев, что у нас коллективное творчество Шишков раздал нам еще серию задач. И до шести часов вечера подкидывал нам задачи и все про себя улыбался. Около 7-ми часов ребята не выдержали и завыли

-Юрий Иванович, ну поставьте нам хоть троечку, только отпустите. Все-таки новый год, мама ждет...

На что Юрий Иванович с ухмылкой самодовольно обведя нас всех взглядом сказал

-А я вообще не понимаю, почему вы все еще тут сидите.

-Как так, Юрий Иванович?

-Да я давно вам уже отметки поставил!

Мы всем потоком кинулись к столу – а ведомость уже проставлена. Всем хорошие отметки. Мы быстро схватили наши зачетки и покинули аудиторию.

Пока мы сдавали ЕГЭ по английскому, наша учительница Жанна Абдулатовна поджидала нас на улице. Вот мы написали все, выходим, рассказываем, а Носов молчит.

-Носов, а ты-то что молчишь? Трудно было?- спрашивает Жанна Абдулатовна.

Носов отвечает.

-Да нет...нормально...ну как сказать...так...в общем, неплохо...ну...Жанна Абдулаевна, я заснул на аудировании. Выпил утром валерьянки, видимо, много слишком...

- Ну что ж, Носов, когда у нас там призыв...? Навещать тебя буду, тебе шоколадные конфеты приносить, старшине-коньяк...

- Простите меня, Жанна Абдулаевна, может поступлю еще....., - говорит Носов

Сдавали мы зоологию беспозвоночных. А учебник Догеля был такой толстый и зеленый. Как и по ботанике. Так вот моя подруга Эля умудрилась пронести на экзамен книжку. Пронесла мимо лектора, достала из-за пазухи, села так что списать было можно. Преподаватель вышел на пять минут. И тут оказалось – что учебник по ботанике. Помню её глаза, когда она ко мне поворачивается и шепчет "Не тот! Не тот! Я ботанику принесла!»

Наша преподавательница математики Тиасия Никифоровна ходила в юбке гафре. Эти гафре не всем идут, эти многочисленные складочки вообще-то сильно полнят! Сверху она носила трикотажную синюю кофточку. И огромный пучок – этакий вшивый домик. Так она выглядела всегда. А еще у ней была одна манера. Она задавала какую-нибудь трудную задачку и начинала вызывать по списку пока кто-нибудь ее не решит. Ей было все равно, сколько двоек ставить. Так она благополучно всегда доходила до меня. Я выходила к доске, немея от страха. Чуть ошибешься, она сразу начинала кричать.

-Машкова! Бестолочь! Сейчас два поставлю!

А у меня слезы. Я очень переживала за оценки. Про то, что я мечтала стать учителем математики я, естественно, молчала. Потом я закончила школу, закончила ВУЗ, и вернулась в свою родную школу преподавателем математики. Ну и как только я пришла работать, всех учителей нашей школы направили в школу Марксизма-Ленинизма. А к семинаром по трудам основоположников Марксизма-Ленинизма надо было готовиться. Даже ходили по рядам и проверяли конспект. Гуманитарные предметы Таисия Никифоровна посещала плохо. Я сама не гуманитарий ни разу. А она вообще антигуманитарий. Она на них ругалась и прогуливала. Но вот настал день письменного экзамена. Я сижу, пишу ответ. Вдруг откуда-то сзади слышу тихий знакомый голос.

-Псссс.. Машкова!

Сижу, прислушиваюсь.

-Машкова, ты чего-нибудь написала?

Оборачиваюсь – Таисия Никифоровна меня зовет воровато-заговорчески.

-Машкова, - говорит мне шепотом, - дай списать!

Положила листочек так чтобы ей сзади видно было, а сама сижу и посмеиваюсь тихонько – у меня списывает Таисия Никифоровна!

Органика (химия органических соединений) мне всегда нравилась, я её хорошо выучила при подготовке ещё. Только потом узнала, что мне достался исключительно суровый экзаменатор. Ну сели мы рядом, я ему чего-то рассказываю, происходит обсуждение... и что-то многое ему внезапно не нравится. В какой-то момент он меня просит нарисовать нуклеофильное замещение. Я нарисовала. Откуда, спрашивает, вы это взяли? Из Грандберга, говорю. Он поворачивается к аудитории и так прям спрашивает: "у кого есть Грандберг?" Какой-то милый наивный китаец вынимает из-под стола Грандберга и приносит. Китайцу, к счастью, ничего за это не было. Экзаменатор даёт Грандберга мне. Найдите, говорит. Я нашла. Он сравнил мою картинку с картинкой в учебнике, отличий не нашёл, хмыкнул, и резюмировал: "Грандберг - достойный выпускник химического факультета. Но я с ним не согласен". Поставил мне в итоге 4 после 2,5 часов вот этого вот.

Был у нас противный предмет. То ли теоретические основы электротехники то ли сопромат. То что по жизни малому количеству людей пригождается. Непрофильный для общего развития. Весь семестр препод давал понять ребята мол не парьтесь все хорошо

будет. Приходим у нас зачет был или экзамен. Никто ничего не учил. Сажает. Говорит ребята все убрали. Билетики вот на подготовку. Через пол часа вызываю. А тон у него серьезный и по всему видно настроение у него плохое.

-Зачетки давайте, - сказал он строго.

Взял и просто так все оценки поставил. Улыбнулся нам, говорит

-Ну видели бы вы ваши лица!!!

Андрей, МЭИ

Предмет не помню какой это был. Но экзамен проходил очень интересно. Препода звали Масюк. Глухой дедушка. Он вроде и зверствует и не зверствует. Экзамен. Все вокруг него кружочком. Он по задачке раздает и засекает 7 минут. И так он рассчитал, что за 7 минут только одну успеваешь решить. Следовательно, помочь никому не можешь. А если свою не решишь, то идешь на второй круг. Второй круг у тебя две задачи. Третий – три задачи. И могло быть до бесконечности. А время он жестко засекал. Все конечно положительно кончалось. Но однажды под 9 мая шли мы по факультету – а на первом этаже у нас портреты ветеранов. И оказалось, что наш Масюк был командир третьего заградительного отряда НКВД (это те люди, которые ловили дезертиров). В общем, следующем семестре мы у него учились серьезно.

Иван, МЭИ

Пошли мы как-то с моей научной руководительницей Кларой Рудольфовной в кафе по случаю нашего удачного выступления на конференции. А был май, пора экзаменов на биофаке. Заказывает она морковный сок. А официант - молодой парень - говорит

-Вам морковный сок со сливками?

-Нет, - говорит Клара Рудольфовна, - просто морковный сок

-Давайте лучше со сливками, - настаивает официант

-Спасибо, просто морковный сок, - повторяет Клара Рудольфовна

-Но без сливок морковный сок не усвоится, - говорит официант с важным видом.

-Тааак, - начала Клара Рудольфовна, - это вы мне тут хотите рассказать о каратиноидах? О том что они только с жирами усваиваются

-Я... я не знаю, - говорит официант уже робко

-Не знает он! Вы что хотите сказать, что в супе, который я ем, отсутствуют жиры??? – Клара Рудольфовна подняла голос

-Я.. не знаю

-Ну не знаете, так думайте! Думайте!

-Я не знаю!! НЕ знаю, - взмолился официант.

-Как?! И этого вы не знаете? Вы вообще на лекции ходили? Я вас что-то не помню!

Тут я решил спасти официанта от Клары Рудольфовны. Говорю ей на ухо

-Клара Рудольфовна, мы в кафе, этот парень – официант. Он не мог ходить на ваши лекции! Он работал!

-Это что, уважительная причина??! – ответила она возмущенно

-Он у нас не учится, Клара Рудольфовна

-Это я и без тебя вижу, что он не учится!!! Где мой морковный сок?

И смеется сама

- Знаешь, я все никак не могу отстроиться. Мне все время кажется, что я принимаю экзамен. Ты бы видел как я на почту за посылкой хожу.

Письменный экзамен я написала за час и от нечего делать сидела и вязала. И пошел наш лектор - дедушка Ирхин - проверять по рядам кто списывает. А у меня руки под столом. Подходит и говорит

-Николаева! Что это у вас?

А у меня от страха клубок ниток выкатился и прямо дедушке Ирхину под ноги. Ирхин опешил, взял клубок, стал его рассматривать и вслух говорить.

-Чтоб списывали у меня на экзамене – это да! Но чтоб ВЯЗАЛИ!!! Такого никогда не было! Что ж с вами делать?

Ну и дальше принялся меня стыдить.

Оксана, ИВТ