Toda situação de avaliação é, de alguma forma, algo que afeta emocionalmente quem se vê na condição de avaliado. No caso da Fuvest, Unicamp ou concursos públicos, onde a competição é acentuada e, além de tudo, destinos profissionais estão em jogo, a tensão e a pressão são muito maior. Afinal, ninguém deseja fracassar e sentir-se fora da corrida para um futuro melhor.

Se no momento de realizar a prova o estudante se deixar tomar por estes temores e pela ansiedade, acredito que suas chances de realizar uma boa prova tendem a diminuir. É provável que sua concentração seja afetada, que tenha lápsos de memória, que não consiga concatenar adequadamente conceitos e informações e,muito menos, organizar satisfatoriamente o tempo disponível para a realizaçãoda avaliação. Melhor, portanto, que nesta hora os nervos estejam no lugar e que o candidato consiga manter uma certa distância do clima que se cria em torno deste massacre anual da juventude.

Essas são provas de amplo conteúdo e trabalham com a massaficação conceitual e informativa. Do candidato será cobrado um conjunto de conhecimentos que dependem, para sua apreensão, de muito tempo de estudo, treino e disciplina intelectual. Isto não se consegue de última hora. A única coisa a fazer na última hora, se você não estudou, é dar, sem remorso, um último suspiro, e esperar o próximo ano. Descanse, ouça música... esqueça, na medida do possível, que no dia seguinte você entrará em uma das mais violentas competições de sua vida.

Fugir do clima que se cria, com inúmeras receitas que resultam em um significativo aumento da ansiedade, da tensão e do medo, frequentemente afetando o sono que poderá fazer com que o candidato, ao chegar para a prova, já esteja bastante prejudicado emocionalmente. Se possível lembrar-se de Nietzsche quando este diz "que tudo o que não me mata, me fortalece". Mais tranquilizante que isto, nem Prozac.

* Edmilson de Castro é formado em História e atuou durante 18 anos como professor na Rede Estadual de Educação de São Paulo, lecionando para alunos do ensino médio e magistério. Ele é fundador e diretor do Espaço Atual (centro de estudo para formação de professores), além de assessor educacional dos coordenadores pedagógicos e equipe de supervisão de ensino das Secretaria Municipal de Jaguariúna.