

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ: КАК ПОМОЧЬ СВОИМ ДЕТЯМ ПРИ ПОДГОТОВКЕ ЭКЗАМЕНОВ



Психолог авиатехникума Соколова Н.Н

Слово «ЭКЗАМЕН» переводится с латинского языка как «испытание». Экзамен – это лишь одно из жизненных испытаний.

Для любого человека – это определенный стресс.

Причиной этого, в первую очередь, ЛИЧНОЕ отношение к событию.

Поэтому важно сформировать адекватное отношение к ситуации. Получить как можно больше информации о самом процессе экзамена, чтобы снять излишнюю тревогу.



Условиями для успешной сдачи экзамена является *психологическая подготовка студента*, которая поможет ему справиться с волнением и разработать свою стратегию по подготовке к экзамену, так как все дети разные

Помочь ребенку понять **СВОЙ стиль учебной деятельности, использовать интеллектуальные ресурсы и настроить на успех!**

Будьте уверены: каждому, *кто учится в техникуме, по силам сдать экзамен, предусмотренный образовательной программой.*



**Чтобы показать веру в ребенка,
родитель должен иметь мужество и
желание сделать следующее:**

- *забыть о прошлых неудачах своего ребенка***
- *помочь ему обрести уверенность в том, что он справится с данной задачей***
- *помнить о прошлых удачах и возвращаться к ним, а не к ошибкам***



Психологическая поддержка

*Чтобы поддержать своего ребенка
родителю необходимо:*

- **Опирайтесь на сильные стороны.**
- **Избегать подчеркивания промахов его.**
- **Проявлять веру, уверенность в его силах, сопереживать.**
- **Создать дома обстановку дружелюбия и уважения, уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение к нему.**
- **Поддерживать своего ребенка. Демонстрировать, что понимаете его переживания.**



*Не забывайте подбадривать
своих детей и хвалить.
Желаю Вам успехов!*

