

сложных задач. Поддерживайте с ребенком оптимистичный стиль общения, спокойный и с юмором.

Родителям нужно постараться всегда оставаться спокойными и взвешенными, необходимо оградить ребенка от собственных переживаний. Старайтесь быть в курсе его учебных дел, демонстрируйте понимание его проблем и переживаний, при необходимости предлагайте свою помощь, но спокойно и ненавязчиво. Родительскую активность следует выражать очень дозированно.

### **3. Соблюдайте баланс сил**

Многие родители считают, что чем интенсивнее занятия (дополнительные в школе, с репетиторами, на подготовительных курсах, самостоятельные), тем лучше ребенок будет подготовлен к предстоящим экзаменам, тем больше вероятность успеха. Однако это не так. Не стоит простую количественную зависимость применять к человеку. Подросток может «перегореть». После интенсивного года к началу экзаменов у него может не остаться эмоциональных сил, необходимых для того особого «завода», чтобы блестяще сдать предметы.

Не забывайте, что ребенку нужно периодически переключаться с занятий на что-то расслабляющее и приятное. Постарайтесь хотя бы раз в неделю найти возможность для совместной поездки или похода в кино, и на эти час-два наложите табу на разговоры об экзаменах и любых проблемах.

### **4. Заранее продумайте запасные варианты**

Конечно, ни выпускникам, ни их родителям не хочется заранее думать о том, что будет, если для поступления в выбранный вуз не хватит набранных баллов. Особенно если специальность и вуз выбраны давно и подросток мечтает поступить именно туда.

Однако заблаговременное продумывание так называемых отходных путей позволит снизить нервное напряжение и исключить вероятность действительно полного провала, когда вуз был выбран один и поступить в него не удалось.

Обговорите с подростком, что можно предпринять, если он все же не пройдет по конкурсу: платное отделение, список «запасных» (менее приоритетных) вузов или стоит подождать еще год ради поступления в университет мечты?

Не забывайте также, что путь в вуз может лежать не только через ЕГЭ. Выпускники организаций среднего профессионального образования могут поступить туда, выдержав конкурсные экзамены в самом вузе.

Не стоит внушать ребенку, что ЕГЭ – это событие, от которого зависит вся дальнейшая жизнь, а количество набранных баллов – показатель его возможностей. Есть разные пути найти себя, достичь успеха и удовлетворения от жизни.

