**Рекомендации для родителей:**

* Поддерживать ребенка во время подготовки к экзаменам не только на словах, но и на деле: помогите организовать рабочее место и режим, побалуйте «вкусненьким», разберите вместе сложную задачу, вместе повторите даты.
* Обсудите переживания ребенка, внимательно отнестись ко всем жалобам ребенка. Понимание ребенком своего состояния и умение его регулировать – важная составляющая подготовки к экзаменам.
* Не запугивайте неудачей и провалом. Не читайте морали. Не создавайте ситуацию тревоги и страха неудачи.
* Не настаивайте на работе без отдыха и сна.
* Не запрещайте любимых занятий.
* Отделяйте личность ребенка от результатов экзамена. Личность включает в себя гораздо больше, чем «Я успешно сдал экзамен на 90 баллов». Дайте понять ребенку, что вы его любите и принимаете независимо от того, как он сдаст экзамен.
* Согласуйте с ребенком возможный результат экзамена, не настраивайте его только на максимальный, но мало достижимый результат.
* В случае неудачи ребенка на экзамене не паникуйте, не устраивайте истерику и воздержитесь от обвинений.
* Сделайте все, чтобы утро перед экзаменом было спокойным, приготовьте что-то любимое на завтрак, найдите слова, которые позволят ребенку улыбнуться, снять напряжение, настроиться на успех.

