**Уважаемые родители!**

ЕГЭ по каждому предмету включает вопросы и задания трех разных типов. Поэтому в процессе сдачи ЕГЭ требуются:

* высокая мобильность,
* переключаемость,

• высокий уровень организации деятельности,
**.** высокая и устойчивая работоспособность,

• высокий уровень концентрации внимания.

Таким образом, при сдаче ЕГЭ трудности могут быть связаны с недостатком уровня развития самоконтроля, с низкой стрессоустойчивостью, с отсутствием навыков саморегуляции и т.д. Все трудности при подготовке к ЕГЭ можно разделить на три типа:

**1 .Процессуальные (связанные с процедурой):**

* недостаточное знакомство с процедурой;
* незнакомое место и незнакомые взрослые.

2. **Личностные (обусловлены личностными особенностями
учащихся):**

* убеждения и предрассудки, связанные с ЕГЭ;
* неадекватная самооценка.

3. **Познавательные** (обусловлены **недостаточной сформированнотью
некоторых учебных компонентов):**

* недостаточный объем знаний;
* недостаточная сформированность навыков работы с текстовыми заданиями;
* неспособность гибко оперировать системой учебных понятий предмета;
* неумение оперировать учебным материалом.

**Понимая возможные трудности, необходимо обратить внимание на следующее.**

Психологическая поддержка - это один из важнейших факторов, определяющих успешность Вашего ребенка в сдаче единого государственного экзамена. Как же поддержать выпускника? Существуют ложные способы поддержки ребенка. Одним из них является гиперопека, т. е. создание зависимости подростка от взрослого, навязывание нереальных стандартов, стимулирование соперничества со сверстниками. Подлинная поддержка должна основываться на подчеркивании способностей, возможностей, положительных сторон ребенка. Поддерживать ребенка - значит верить в него. Поддержка основана на вере в прирожденную способность личности преодолевать жизненные трудности при поддержке тех, кого она считает значимыми для себя. Взрослые имеют немало возможностей, чтобы продемонстрировать ребенку свое удовлетворение от его достижений или усилий. Другой путь - научить подростка справляться с различными задачами, создав у него установку: "Ты сможешь это сделать".

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

забыть о прошлых неудачах ребенка;

помочь ребенку обрести уверенность в том, что он справится с данной

задачей;

помнить о прошлых удачах и возвращаться к ним, а не к ошибкам. Существуют слова, которые поддерживают детей, например: "Зная тебя, я уверен, что ты все сделаешь хорошо", "Ты знаешь это очень хорошо". Поддерживать можно посредством прикосновений, совместных действий, физического соучастия, выражения лица. Итак, чтобы поддержать ребенка, необходимо:

опираться на сильные стороны ребенка;

избегать подчеркивания промахов ребенка;

проявлять веру в ребенка, сочувствие к нему, уверенность в его силах.

**Помните, что только Вы можете оказать максимальную поддержку своему ребенку и вселить уверенность в успехе! Удачи Вам и Вашим детям!**