**СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ ВЫПУСКНИКОВ**

• Начните готовить своего ребенка к столь серьезному шагу как поступление заблаговременно, где-то за год. В таком деле превентивность мероприятий важна, чтобы не получилось, что ваш ребенок поступил, как говориться, не туда. Для этого он может пройти тестирование у психолога по вопросам профориентации.

• Можете выступить как эксперт и поделиться той информацией, которой владеете: рассказать, что представляет собой та или иная профессия, где можно найти работу, какие ограничения она накладывает, какие преимущества даёт. Следует представить эту информацию в нейтральной форме, чтобы ребенок сделал выводы самостоятельно.

• Не будьте навязчивыми. Ребенка могут раздражать излишние хлопоты родителей. Ели Ваша помощь будет нужна, то дети попросят о ней и обратятся к Вам.

• Дайте ребёнку возможность самостоятельно выбирать время для подготовки к экзамену. У каждого свой индивидуальный стиль работы, свои биоритмы.

Помимо этого, постарайтесь:

- Внушать ребенку мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей.

- Не повышать тревожность ребенка накануне экзаменов - это может отрицательно сказаться на результате.

- Повышать у ребёнка уверенность в себе, так как чем больше ребенок боится неудачи, тем больше вероятность допущения ошибок.

- Разумно контролировать режим подготовки к экзаменам, чередование занятий и отдыха.

- Обратить внимание на питание ребенка: во время интенсивного умственного напряжения ему необходима питательная и разнообразная пища и сбалансированный комплекс витаминов.

- Накануне экзамена обеспечить ребенку полноценный отдых, он должен отдохнуть и как следует выспаться.

- Не делать трагедию из неудачного опыта поступления ребенка, если таковое случится. На этом жизнь не заканчивается. На пути к «взрослости» могут встречаться и неудачи. Поддержите ребенка, докажите, что по трудному пути самоопределения он идет не один. Это ощущение придаст ему уверенность в своих силах.

**Удачи Вашему ребёнку на вступительных экзаменах!**