



Как помочь своему ребенку-студенту достойно выдержать экзаменационные испытания

Самое главное- помочь ребенку мобилизовать свои способности. А для этого родителям важно и нужно позаботиться о хороших условиях для подготовки. Как это сделать?

1. Спокойная, доброжелательная обстановка в семье улучшит состояние нервной системы, повысит способности ребенка к восприятию новой информации.
2. Правильный режим, т.е. чередование занятий и отдыха. Круглосуточная подготовка к экзаменам скорее приведет к истощению и апатии, нежели к отличным результатам.
3. Вечерние прогулки вместе с ребенком. Расскажите, как вы в возрасте своего сына или дочери сдавали экзамены, как себя чувствовали, какие выводы для себя сделали, чему научились. Такой разговор очень может помочь и поддержать ребенка.
4. Фразы типа: «Не сдашь экзамены - пойдешь в армию», «Не поступишь- пойдешь шпалы таскать, дворы подметать» и т.д. — неприняты не только сами по себе, они говорят ребенку, что рассчитывать на поддержку и понимание взрослых ему не приходится. Подобные разговоры могут отдалить подростка от родителей, озлобить, спровоцировать на совершение злого поступка.