

## Памятка для родителей «Как настроить подростка на экзамен»

**1. Моделируйте успех, а не провал.** «Ты не сдашь!» – эту фразу произносят и родители, и учителя, искренне надеясь, что такой подход замотивирует детей на усердную подготовку. На практике же эффект часто бывает обратным. Это не только создает постоянное напряжение, но и «разрешает» ученику готовиться спустя рукава – ведь все равно впереди ждет неудача. Если какой-то предмет не давался ребенку изначально, подумайте вместе, стоит ли связывать с ним будущую профессию. Если же поставленная цель сомнений не вызывает, смоделируйте образ будущего успеха.

А потом пофантазируйте, как бы вы себя чувствовали, если бы сдали этот предмет. Попробуйте представить, как вы будете чувствовать себя, если сдадите этот предмет. Попробуйте представить, как вы будете чувствовать себя, если сдадите этот предмет.

### 2 С з йт об же ь сф р С

Д Г у )- ( ь д щ  
! й я в  
( ) : х л п

3 С бл д е б и Р , с - ш -  
П « » П л э Н  
жн к щ х

4 З п о з с в ри . в ю  
в , н п у  
Об , п п ь й  
: » х)

Н щ ГЭ - г