

## **Фразы, которые не стоит говорить перед экзаменами**

### **«Я за твою учебу платить не буду!»**

В семьях, где нет возможности оплачивать обучение, поступление на бюджет рассматривают как единственную возможность учиться в вузе. Чаще всего так говорят, чтобы мотивировать выпускника ответственно готовиться к экзаменам. На деле это только раздражает и обижает школьника.

*Как поддержать.* Лучше честно объяснить ребенку, как для вас важно его образование и как вы бы предпочли распорядиться деньгами вместо оплаты учебы. Скажите, что он может рассчитывать на вашу помощь, если не пройдет на бюджет. Если у вас уважительные отношения, ребенок наверняка сделает все, что в его силах.

### **«Не поступишь – пойдешь дворником работать»**

Подобные фразы не совсем честные: поступить хоть куда-нибудь можно всегда. А за год можно подготовиться и перевестись в желанное учебное заведение. К тому же вариант пойти работать тоже не самый плохой: некоторые выпускники специально берут год передышки, чтобы поработать и определиться с выбором.

*Как поддержать.* Запишите все возможные негативные варианты развития событий и их решения. Пропишите подробно, что вы и ваш ребенок будете делать, если он не поступит на выбранную специальность или вообще провалит экзамены. Запасной план поможет почувствовать почву под ногами.

### **«В наше время сдавали восемь экзаменов! А вам всего четыре ОГЭ/ЕГЭ сдать!»**

Такие высказывания обесценивают переживания ребенка, вы будто отрицаете сложность стоящих перед ним задач. Не забывайте, что раньше экзамены сдавали в стенах родной школы своим же учителям без видеонаблюдения и досмотра.

*Как поддержать.* Признайте право ребенка волноваться и бояться. Постарайтесь вселить в школьника уверенность, что экзамен хотя и значимый, но не ключевой момент жизни. Даже те, кто не справляется, продолжают жить дальше и смогут добиться успеха. Не пытайтесь доказать, что это легко, просто дайте понять ребенку, что вы всегда рядом.

### **«Тебе весь год оплачивали репетиторов, так что ты должен поступить»**

К сожалению, никакие усилия и траты не могут гарантировать желаемый результат. Все факторы предусмотреть невозможно, даже если ребенок на протяжении всего времени очень ответственно готовился. Родителей можно понять – они сделали все, что сочли возможным и необходимым, а теперь хотят получить закономерную отдачу.

*Как поддержать.* Если вы считаете, что хорошо позаботились о подготовке и выпускник прилежно занимался, беспокоиться не о чем. Покажите ребенку, как вы цените его усилия: это поможет почувствовать вашу поддержку.

### **«На проходной балл хотя бы сдай»**

Сомнения в способностях выпускника – двойной удар по его эмоциональной стабильности. Он теряет мотивацию, перестает верить в свои собственные возможности.

*Как поддержать.* Пусть ребенок знает, что ему не нужно ставить рекорды. Опирайтесь на результаты последних пробных тестов, трезво оцените шансы школьника поступить в выбранный ВУЗ и проработайте запасные варианты. Когда ребенок готов к любому развитию событий, он спокойнее справляется с трудностями.