**Приветствую Вас!**

**Несколько советов от школьного психолога**

### Как успокоить ребенка перед экзаменом?

Дети должны знать, как успокоить себя перед экзаменом и избавиться от страха. Объясните ребёнку, что если что-то пойдёт не так, вы не станете любить его меньше, и жизнь не рухнет.

Пусть он не думает, что после неудачного экзамена его жизнь закончится и только хорошая оценка спасёт его от жалкого дальнейшего существования. Объясните сыну или дочери, что ваша любовь не зависит от того, сдаст он/она экзамен или нет.

Скажите, что всегда есть другой вариант, что всегда можно попытаться ещё раз. Пусть ребёнок поймёт, что в жизни есть намного более важные вещи, чем какой-то экзамен.

Желаю удачи!

Педагог-психолог Захарова Галина Михайловна.

Тел 89025433870