**Рекомендации педагога-психолога ГБОУ СОШ с. Колывань Каштановой Е.Н.**

***ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВПЕРЕДИ ЭКЗАМЕН ИЛИ СОЗДАЙТЕ РЕБЕНКУ ТОЧКУ ПОКОЯ.***
Есть важнейший постулат теории привязанности, очень близкого мне подхода к психологии развития ребенка: **«Развитие происходит из точки покоя».** Дети растут не потому, что мы тянем их за уши. Они растут, потому что мы заботимся о них, кормим, любим. Так же и развитие, и познавательный интерес. Вспомните, когда ваш ребенок был еще малышом: в какие моменты он был самым любопытным, самым активным исследователем мира? Когда он все хотел знать, когда задавал миллион вопросов, когда увлеченно читал или смотрел фильм про животных? Уж точно не в минуты страха или ссоры с вами. А тогда, когда он бывал счастлив и спокоен: мама папа рядом, ничего не болит, ничто не угрожает, все хорошо, можно спокойно узнавать мир и учиться новому.
Ваш ребенок вырос, его задачи усложнились. Но по-прежнему, когда его запугивают, обвиняют, когда на него повышают голос, все его душевные силы тратятся на отпор. Разные дети делают это по-разному: кто-то кричит в ответ, кто-то замыкается и уходит, кто-то обижается и плачет, кто-то изображает старание, чтобы отстали. Но чего они совершенно точно НЕ ДЕЛАЮТ в такие моменты – это не учатся.

И не узнают и не понимают ничего нового.

**Хотите, чтобы ребенок лучше сдал экзамены? Оградите его от истерики. Помогите отнестись к происходящему с юмором и здоровой самооценкой. Создайте точку покоя.**
А прежде всего, успокойтесь сами, ведь дети чувствуют ваше состояние и отношение, даже если вслух вы «ничего такого» не говорите. Небо не упадет на землю, даже если ваш ребенок сдаст экзамен хуже, чем хотелось бы. В современном мире судьба и профессиональное будущее человека вовсе не решаются в его 17 лет. Много ли из ваших друзей ровесников работают по той специальности, которой учились сразу после школы? В мире каждый год исчезают десятки профессий и появляются десятки новых. Мы с вами даже представить себе не можем, на кого будет спрос через 15 лет и кем будут работать наши дети (исключение – редкие случаи детей, которые сразу знают свое предназначение, например музыканта или врача, и бывают верны ему всю жизнь).

Можно поступить в один вуз и перейти в другой. Можно поработать, потом доучиться. Можно быть успешным и без высшего образования. Можно поехать в другую страну, где все иначе. Вариантов множество. Если молодой человек в принципе не утратил волю и интерес к жизни, он свой путь найдет.

Если за него уже все не отхотели и всю инициативу не отбили.

**Вы своего ребенка любите и знаете, может быть, самое время в него поверить?** Просто поверить, что так или иначе, может, не как все, может, довольно необычным способом, но он свое место в жизни найдет, и это будет место достойное, дающее ему самоуважение и радость успеха.

Восточная мудрость говорит, что можно привести лошадь к водопою, но невозможно заставить ее пить. Мы можем все устроить, проплатить, заставить, нажать, уговорить. Но мы не можем ЗА ребенка ничего выучить, ничего сдать, не можем за него стать старше и самостоятельнее. Не можем за него прожить его жизнь.
**Наше, родительское дело – дать ему поддержку для собственного выбора пути.**

***Желаю всем радости, здоровья и спокойствия!***