

Рекомендации педагога-психолога МРТК: сессия, как успешно сдать все предметы.

Сессия, как успешно сдать все предметы.

1. Начните готовить своего ребенка к столь серьезному шагу как сессия заблаговременно. В таком деле превентивность мероприятий важна, чтобы не получилось, что ваш ребенок поступил, как говорится, не туда. Для этого он может пройти тестирование у психолога по вопросам профориентации.
2. Можете выступить как эксперт и поделиться той информацией, которой владеете: рассказать, что представляет собой та или иная профессия, где можно найти работу, какие ограничения она накладывает, какие преимущества даёт. Следует представить эту информацию в нейтральной форме, чтобы ребенок сделал выводы самостоятельно.
3. Не будьте навязчивыми. Ребенка могут раздражать излишние хлопоты родителей. Если Ваша помощь будет нужна, то дети попросят о ней и обратятся к Вам.
4. Дайте ребёнку возможность самостоятельно выбирать время для подготовки к экзамену. У каждого свой индивидуальный стиль работы, свои биоритмы.

Помимо этого, постарайтесь:

1. Внушать ребенку мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей.
2. Не повышать тревожность ребенка накануне экзаменов - это может отрицательно сказаться на результате.
3. Повышать у ребёнка уверенность в себе, так как чем больше ребенок боится неудачи, тем больше вероятность допущения ошибок.
4. Разумно контролировать режим подготовки к экзаменам, чередование занятий и отдыха.
5. Обратит внимание на питание ребенка: во время интенсивного умственного напряжения ему необходима питательная и разнообразная пища и сбалансированный комплекс витаминов.
6. Накануне экзамена обеспечить ребенку полноценный отдых, он должен отдохнуть и как следует выспаться.
7. Не делать трагедию из неудачного опыта ребенка, если таковое случится. На этом жизнь не заканчивается. На пути к «взрослости» могут встречаться и неудачи. Поддержите ребенка, докажите, что по трудному пути самоопределения он идет не один. Это ощущение придаст ему уверенность в своих сил.

Сания Ужанова, педагог-психолог ГАПОУ РС (Я) «МРТК».

[Пресс-служба ГАПОУ РС \(Я\) «Региональный технический колледж в г. Мирном».](#)

#МРТК #Мирнинскийколледж #РегиональныйтехническийколледжвМирном #СПО
#Якутия #Мирнинскийрайон #Алмазныйкрай #Мирный #Образование #Психолог

