**Советы педагога-психолога выпускникам**

Добрый день уважаемые ученики! Сегодня я бы хотел поделится с вами советами по подготовке к сдаче ЕГЭ. Эти советы помогут вам лучше подготовиться, настроится на успех, и снизят ваше волнение и чувство тревоги.

1. Сдача экзамена - лишь одно из жизненных испытаний, многих из которых еще предстоит пройти. Не придавайте событию слишком высокую важность, чтобы не увеличивать волнение.

2. При правильном подходе экзамены могут служить средством самоутверждения и повышением личностной самооценки.

3. Заранее поставьте перед собой цель, которая Вам по силам. Никто не может всегда быть совершенным. Пусть достижения не всегда совпадают с идеалом, зато они Ваши личные. Сейчас каждому из вас необходимо будет поставить себе цель. (Ученики записывают цель).

4. Не стоит бояться ошибок. Известно, что не ошибается тот, кто ничего не делает.

5.Люди, настроенные на успех, добиваются в жизни гораздо больше, чем те, кто старается избегать неудач.