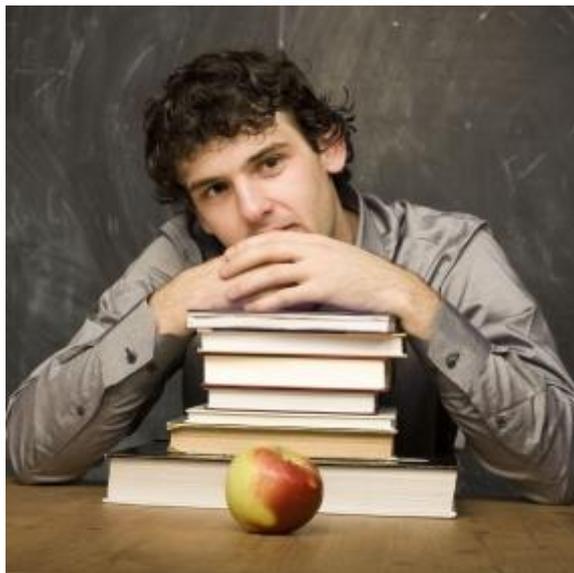


Сдающему экзамены посвящается!

Автор: [Пилипчук Ольга Владимировна](#)



Прозвенел последний звонок...

Тысячи детей будут сдавать экзамены.

Среди них, ты – мой сын.

Я тревожусь. И размышляю, почему этих переживаний не было раньше, когда ты сдавал промежуточные тестирования в четвертом классе или несколько уровней Дойчдиплома, а твои бесконечные олимпиады и тестирования по английскому...

В моем детстве ничего этого не было. Отзывается только слово «экзамен», и где-то в глубине в теле натягивается жесткая струна.

Так дает о себе знать мой школьный опыт.

А может быть, это что-то другое. Например, все эти печальные истории о ЕНТ, тестированиях, низких баллах и т. д.

А может быть, клиентские истории о том, что происходило с Душой детей, которые не смогли, не дотянули, не поступили.

Я так хочу уберечь тебя от разочарований. Я хочу уберечь всех мальчишек и девчонок, которым предстоит такое же испытание.

И тогда я решаюсь написать всем Вам письмо.

И я очень хочу, чтобы Вы прочитали его, словно Вам пишет его мама.

Дорогие мальчики и девочки, я совсем ничего не знаю о Вашей жизни, я не знаю, где Ваша мама, и в каких Вы с ней отношениях. Я не знаю, говорила ли она Вам слова поддержки и смогла ли тронуть Ваше сердце. Но я прошу Вас, просто представьте, что открываете почтовый конверт, достаете листок и читаете следующие строчки...

«Дорогой мой ребенок!

Завтра тебе предстоит сдавать экзамен.

И я очень волнуюсь за тебя, а мое волнение передается тебе.

Но я знаю, что ты справишься.

И это не значит, что тебе будет легко.

Просто ты умеешь справляться с трудностями и побеждать.

Завтра, перед тем, как входить в экзаменационную комнату, **ты сделаешь длинный выдох и сможешь отпустить свои неуверенность, волнение и страх.** Или даже представить, что ты оставляешь их в коридорчике, в углу, пусть себе занимаются приятными вещами.

А сам, дорогой мой ребенок, **ты улыбнешься, расправишь плечи и спину, и уверенной походкой войдешь в кабинет.** Конечно, ты будешь играть свою уверенность, как актеры играют какую-нибудь роль. Но через несколько мгновений в твой мозг пойдет сигнал: «Я уверенный! Я очень уверенный!» И твой мозг воспримет это как команду и начнет успокаиваться.

А вместе с ним начнёшь успокаиваться и ты. И вместе со спокойствием вдруг начнут приходить ответы на вопросы. Ведь все эти ответы есть в твоей голове. Ты все это учил, читал или просто слышал эту информацию на уроке. **Ответы будут приходить легко, просто продолжай играть свою уверенность.**

И может быть, тогда ты вспомнишь, что ты победитель! И в твоей жизни было очень много побед! Маленьких и больших. Даже если ты их не считаешь победами, от этого они не перестают быть ТВОИМИ победами.

Например, вспомни, как когда-то давно ты пошел в первый класс, учился держать ручку в руках и старательно выводил буквы. Рука совсем не хотела слушаться тебя, и буквы пускались в пляс. А ты с упорством продолжал выводить буквы. Но строчки по-прежнему выделяли головокружительные «па».

А сейчас ты легко пишешь большие тексты и даже не задумываешься о том, как это делаешь. И тебе совсем не кажется это сложным. Но когда-то, когда ты только учился, это было настоящей победой. Победой над собой. Не сдать, а с упорством день за днем, прикладывать усилия. И не отчаиваться, когда какая-то непослушная буква выбивалась из строя.

А когда ты учился ходить... Твой первый шаг... Ты падал, набивал шишки, преодолевал боль и вставал! Вставал и делал шаг! Каждый твой шаг был победой!

Таких побед было много. Если ты пересмотришь свой жизненный опыт, ты найдешь много побед. Ты побеждал себя, ты побеждал других, ты побеждал обстоятельства.

Вспомни все свои победы. Соединись со своей внутренней силой. Чувствуй ее, ощущай.

У каждого есть эта сила внутри. Она у тебя есть уже лишь потому, что ты родился.

Ты уже взрослый, дорогой мой ребенок, и знаешь, что детей находят не в капусте. Когда-то, в самый прекрасный день, яйцеклетка и сперматозоид встретились, и произошло зачатие. Так вот, этот сперматозоид проделал героический путь. Именно он победил миллионы других. Ты победитель по факту рождения!

И я помню, как ты рождался. Преодолевая боль, страх, давление ты смело шел навстречу неизвестности. И если ты пришел в этот мир, значит, мир нуждается в тебе. И где-то в этом мире есть именно твое место. Я верю, что ты найдешь правильную дорогу. И сколько бы ты ни шел, ты обязательно победишь.

Ты победишь, даже если иногда будешь терпеть поражения. Только настоящие победители иногда позволяют себе потерпеть поражение, что бы сравнить и осознавать ценность победы.

Помни о том, что ты победитель!

Помни, что в твоём прошлом столько опыта побед.

А перед тобой будет лежать всего-лишь листок с парочкой вопросов. Ты – справишься!

С любовью. Твоя мама.

P.S. Дорогой мой ребенок, я тебя буду любить независимо ни от чего. Завтра ты сможешь выбрать или победу, или поражение. А мой выбор – любить тебя независимо ни от чего.