

Психологические трудности при подготовке к ЕГЭ можно разделить на три группы:

Личностные

негативное отношение к самому экзамену;
неадекватные страхи, опасения, фантазии, связанные с ЕГЭ;
неумение адекватно оценить свои знания, умения, способности;
высокая тревожность, волнение;
неопределенность жизненных планов

Познавательные (когнитивные)

неумение пользоваться знаниями по предмету, гибко оперировать системой учебных понятий;
неумение оперировать большим объемом учебного материала;
недостаточность навыков самоорганизации и самоконтроля;
неспособность к переключаемости, недостаточная мобильность;
недостаточная сформированность навыков работы с тестовыми заданиями

Процессуальные или организационные

Неумение фиксировать ответы на экзаменационные задания;
неумение устанавливать контакты в незнакомой обстановке и с незнакомыми людьми;
отсутствие четкой стратегии деятельности на экзамене;
невладение способами управления своим эмоциональным состоянием;
незнание своих обязанностей и прав на ЕГЭ