

## ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К ЕГЭ

### PERSONAL CHARACTERISTICS OF HIGH SCHOOL STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF PSYCHOLOGICAL READINESS FOR THE UNIFIED STATE EXAM

*L. Bochkareva  
O. Dashkina*

*Summary:* The article examines the results of an empirical study of the personal characteristics of high school students with different levels of psychological readiness for the Unified State Exam. The study notes the special importance of personal readiness for the Unified State Exam, which determines both the behavior of graduates on the exam and the success of its passing. The conducted research revealed the specifics of the personal characteristics of senior schoolchildren as predictors of a high level of psychological readiness for the Unified State Exam. Differences in indicators of anxiety, stress tolerance, and locus-control orientation were found among high school students with high and low levels of psychological readiness for the Unified State Exam.

*Keywords:* Unified State Exam (USE), psychological readiness for the USE, personal component of psychological readiness for the USE, high school students, exam anxiety, stress resistance, internality, externality.

**Бочкарева Людмила Петровна**

кандидат психологических наук, доцент,  
ФГБОУ ВО Пензенский казачий институт технологий  
(филиал) Московский Государственный Университет  
Технологий и Управления им. К.Г. Разумовского  
mila58reg@yandex.ru

**Дашкина Ольга Михайловна**

кандидат педагогических наук, доцент,  
ФГБОУ ВО Пензенский казачий институт технологий  
(филиал) Московский Государственный Университет  
Технологий и Управления им. К.Г. Разумовского  
nazarovaolgat@mail.ru

*Аннотация:* В статье рассматриваются результаты эмпирического изучения личностных особенностей старшеклассников с разным уровнем психологической готовности к ЕГЭ. В исследовании отмечается особая значимость личностной готовности к ЕГЭ, от которой зависит как поведение выпускников на экзамене, так и успешность его сдачи. Проведенное исследование выявило специфику личностных характеристик старших школьников как предикторов высокого уровня сформированности психологической готовности к ЕГЭ. Были установлены различия в показателях тревожности, стрессоустойчивости, направленности локуса – контроля у старшеклассников с высоким и низким уровнями психологической готовности к ЕГЭ.

*Ключевые слова:* единый государственный экзамен (ЕГЭ), психологическая готовность к ЕГЭ, личностный компонент психологической готовности к ЕГЭ, старшеклассники, экзаменационная тревожность, стрессоустойчивость, интэрнальность, экстернальность.

ЕГЭ как итоговая процедура оценки академических достижений школьников, проверка соответствия уровня подготовки обучающихся образовательным стандартам появилась в качестве эксперимента в 2001 г., в 2009 г. единый государственный экзамен получил официальный юридический статус и был внедрен в систему образования на территории всей России. ЕГЭ впервые в истории страны позволил получать обобщенную информацию о качестве образовательной подготовки выпускников школ, давать независимую оценку уровня знаний школьников по отдельным учебным дисциплинам, предоставлять возможность выбора выпускниками, на основе суммарного балла по итогам экзаменов, своей дальнейшей образовательной стратегии.

В течение прошедших десятилетий в процедуре ЕГЭ произошло множество изменений. Ученые, исследующие эти изменения, отмечают, что выпускники с каждым годом все более адаптированы к требованиям ЕГЭ, но преимущественно к тем требованиям, которые касаются содержательной стороны экзаменов. Что касается психологического контекста проведения ЕГЭ, то по-прежнему значительное число выпускников испыты-

вают тревогу и страх перед экзаменом, не способны рационально распределить время в период подготовки и во время экзамена, не всегда справляются с последствиями экзаменационного стресса. Очевидно, что эти эмоциональные издержки могут не только значительно ухудшить результаты прохождения аттестации обучающимся, но сказаться на его психологическом здоровье в целом. Из этого следует, что проблема психологической готовности к ЕГЭ каждого конкретного выпускника, остается на сегодняшний день острой.

Один из самых обсуждаемых вопросов в связи с ЕГЭ – стрессогенность его процедуры, причем не только для собственно экзаменуемых, но и для их близких, и для многих педагогов. Сам масштаб события таков, что, совмещая в себе два важных для юного человека обстоятельства – итоговая аттестация и вступительный экзамен в вуз, ЕГЭ представляется самым стрессовым экзаменом за весь период обучения, важнейшим рубежом, преодоление которого может существенно повлиять на всю дальнейшую жизнь выпускника.

Проблемы психологической подготовки старше-

классников к ЕГЭ рассматривались в работах С.И. Волковой, С.А. Гапоновой, О.С. Гришановой, В.И. Долговой, С.А. Зылыгаевой, М.П. Кожемякиной, Е.В. Кондрашиной, А.Ю. Качимской, П.О. Ковтун, А.Ю. Лихачевой, Р.Е. Прохорова, А.Н. Романовой, Е.А. Серегиной, Э.Ю. Сиротиной, Ф.А. Хабибуллиной, М.Ю. Чибисовой и др.

В научных источниках встречается достаточно много различных психолого-педагогических дефиниций понятия «психологическая готовность к ЕГЭ». В нашем исследовании мы опираемся на дефиницию А.Ю. Лихачевой, определяющую «психологическую готовность к ЕГЭ» как «определенный эмоциональный «настрой», внутренняя настроенность на определенное поведение, ориентированность на целесообразные действия, актуализация и приспособление возможностей личности для успешных действий в ситуации сдачи экзамена» [7, с. 122].

Большинство исследователей выделяют в структуре психологической готовности выпускников к ЕГЭ три базовых компонента: процессуальный, когнитивный и личностный [1, 4, 8]. Процессуальный компонент включает в себя степень осведомленности обучающегося о процедуре ЕГЭ, о форме и правилах его проведения, временные ограничения в процедуре ЕГЭ и пр. Очевидно, что низкая осведомленность о процедуре экзамена может сказаться на эмоциональной сфере выпускника, повысив тревожность и уровень дезорганизации. В когнитивный (познавательный) компонент входят как компетенции старшеклассника работать с различной информацией, так и развитость познавательных процессов (внимания, мышления, памяти).

В личностный (эмоциональный) компонент исследователи включают: эмоциональное состояние выпускника на самом экзамене [1]; эмоциональный настрой на ЕГЭ [2]; интроверсию, организованность и эмоциональную стабильность [4; 11]; некоторые личностные особенности, влияющие на характер эмоционального переживания (стрессоустойчивость, уровень саморегуляции, стратегии совладания) [3]. По мнению, многих авторов именно личностная готовность, является ядром общей психологической готовности выпускников к итоговой аттестации [1, 2, 4, 11]. Однако личностному компоненту, по сравнению с остальными, уделяется меньше внимания в психологической подготовке старшеклассников к процедуре ЕГЭ.

Процесс формирования психологической готовности к ЕГЭ длителен и на него оказывают влияние как внешние, так и внутренние (интрапсихические) факторы [2; 8]. К внешним факторам исследователи относят в общем виде семейный и школьный контекст жизнедеятельности выпускника, а также характер психолого-педагогического

сопровождения подготовки обучающихся к ЕГЭ. К внутренним факторам относят особенности когнитивной, эмоциональной, мотивационной сфер старшеклассника, различные личностные качества [2]. Так, в исследовании С.А. Гапоновой и А.Н. Романовой, указывается на важность оптимальной саморегуляции поведения как необходимого атрибута успешной личностной адаптации к ЕГЭ [2]. В ряду психологических факторов, влияющих на успешность сдачи выпускниками ЕГЭ, авторы также отмечают уровень тревожности личности, особенности локус-контроля, предпочитаемые копинг-стратегии [2; 11]. М.Ю. Чибисова полагает, что на эмоциональное состояние выпускника в стрессогенной ситуации экзамена отрицательно влияет наличие у него таких личностных черт, как тревожность, неадекватный уровень притязаний (низкий или высокий), демонстративность, высокий уровень мотивации избегания неудач, предельно высокий уровень мотивации достижения, некоторые типы акцентуации характера [11].

В работе Р.Е. Прохорова личностными коррелятами психологической готовности старшеклассников к ЕГЭ названы специфика мотивации, уровень притязаний, самооценка, нервно-психическая устойчивость, стратегии совладания [9].

Ф.А. Хабибуллина говорит о деструктивном влиянии на состояние экзаменуемого таких его личностных свойств, как высокая личностная тревожность, низкий уровень стрессоустойчивости, низкая самооценка, низкий уровень эмоциональной и поведенческой саморегуляции, несформированность навыков самопрезентации и длительный негативный опыт взаимодействия с педагогами [10].

В связи со значимостью личностных детерминант психологической готовности к ЕГЭ нами было проведено эмпирическое исследование с целью изучения личностных особенностей старшеклассников с разным уровнем психологической готовности к ЕГЭ. Было выдвинуто предположение о том, что старшеклассники с высоким уровнем психологической готовности к ЕГЭ, по сравнению со сверстниками с низким уровнем данной готовности, имеют более высокие уровни интернальности, стрессоустойчивости и более низкий уровень экзаменационной тревожности.

В эмпирическом исследовании приняли участие 52 обучающихся 11-х классов (24 юноши и 28 девушек) двух средних общеобразовательных школ г. Пензы.

Для изучения психологических характеристик старшеклассников, которые, по нашему мнению, непосредственно могут влиять на подготовку и сдачу ЕГЭ, использовались следующие методики:

1. Анкета «Психологическая готовность учащихся к ЕГЭ» (автор М.Ю. Чибисова);
2. Методика «Шкала экзаменационной тревожности» (автор А.О. Прохоров);
3. «Тест на самооценку стрессоустойчивости личности» (авторы Н.В. Киршева, Н.В. Рябчикова);
4. «Шкала локус-контроля» Дж. Роттера (адаптация А.Г. Шмелева).

В качестве методов статистической обработки использовался t-критерий Стьюдента для независимых выборок.

Первым этапом эмпирического исследования стало проведение анкетирования старшеклассников по анкете М.Ю. Чибисовой «Психологическая готовность учащихся к ЕГЭ»). Полученные результаты приведены в таблице 1.

Таблица 1.  
Результаты анкетирования «Психологическая готовность учащихся к ЕГЭ».

Шкала	Уровни		
	низкий	средний	высокий
Знакомство с процедурой ЕГЭ	17,3%	67,3%	15,4%
Владение навыками самоконтроля, самоорганизации	34,6%	51,9%	13,5%
Уровень тревоги	7,7%	69,2%	23,1%

Как следует из приведенных данных, наиболее проблемными компонентами готовности обучающихся к ЕГЭ являются познавательный (шкала «владение навыками самоконтроля, самоорганизации») и личностный (шкала «уровень тревоги»). По первой из названных шкал большой процент старшеклассников из нашей выборки (34,6%) продемонстрировали низкие показатели, по второй - «уровень тревоги» - низкие показатели у очень незначительной части выборки, в то же время, высокие показатели зафиксированы почти у каждого четвертого участника диагностики (23,1%). Содержательно, это означает, что у значительного числа старшеклассников недостаточно навыков самоорганизации и самоконтроля в ситуации ЕГЭ, кроме того, у них недостаточно развиты

компетенции работы с различной информацией, недостаточный уровень сформированности учебных действий. И значительное количество старшеклассников испытывают крайнее беспокойство, высокую тревогу относительно хода и результатов итоговой аттестации.

По результатам анкетирования были выделены 2 группы: в первую вошли старшеклассники с относительно высоким уровнем психологической готовности к ЕГЭ (высокие показатели по шкалам «знакомство с процедурой ЕГЭ» и «владение навыками самоконтроля, самоорганизации», при низких или приближенных к низким значениям шкалы «уровень тревоги»); во – вторую - старшеклассники с относительно низким уровнем психологической готовности к ЕГЭ (низкие показатели по первым двум шкалам и высокие показатели по шкале «уровень тревоги»).

Далее рассмотрим результаты психодиагностического изучения некоторых личностных характеристик старших школьников сравниваемых групп. В таблице 2 приведены результаты изучения показателей экзаменационной тревожности по методике «Шкала экзаменационной тревожности» (авт. А.О. Прохоров)

Из данных, представленных в таблице 2, следует, что в Г2 несколько больше старшеклассников, имеющих повышенный и высокий уровни экзаменационной тревожности, чем в Г1. То есть, школьники с высоким уровнем психологической готовности к ЕГЭ не значительно, но менее склонны к переживанию экзаменационной тревожности, чем школьники с низким уровнем готовности. Пониженный уровень экзаменационной тревожности зафиксирован у минимального количества участников обеих групп (8,3% и 7,1%), низкого уровня не выявлено ни у одного респондента эмпирической выборки. Этот факт подтверждает выявленную в множестве исследований закономерность, свидетельствующую о том, что ЕГЭ является крайне стрессовым событием для большинства 11-классников.

В таблице 3 представлены среднегрупповые значения по двум шкалам методики «Шкала экзаменационной тревожности» – «беспокойство» (мысли о вероятности провала и его последствиях) и «эмоциональность» (негативные физиологические и психологические ощущения,

Таблица 2.  
Процентное распределение показателей экзаменационной тревожности в первой и второй группах старшеклассников.

Группы	Показатели				
	низкий	пониженный	средний	повышенный	высокий
Г1 (высокий уровень психологической готовности к ЕГЭ)	-	8,3%	37,5%	41,7%	12,5%
Г2 (низкий уровень п психологической готовности к ЕГЭ)	-	7,1%	32,2%	46,4%	14,3%

возникающие в ситуации стресса).

Таблица 3.  
Средние значения по шкалам методики «Шкала экзаменационной тревожности».

Группы	Показатели	
	беспокойство	эмоциональность
Г1 (высокий уровень психологической готовности к ЕГЭ)	4,38	4,51
Г2 (низкий уровень психологической готовности к ЕГЭ)	5,07	6,03
$t_{\text{эмп.}}$	0,642	2,731
$t_{\text{кр.}} = 2,007$ при $p \leq 0,05$ ; $2,674$ при $p \leq 0,01$		

Полученные эмпирические значения t-критерия свидетельствуют о том, что отмечаются статистически значимые различия между сравниваемыми группами по шкале «эмоциональность» (средний показатель выше в Г2). Соответственно, выпускникам с низким уровнем психологической готовности к ЕГЭ более свойственны представления о негативных физиологических и психологических ощущениях, которые возникнут в ситуации стресса на экзамене. «Беспокойство» как представления о вероятности провала и его последствиях примерно одинаково присуще старшеклассникам обеих групп, хотя и в данном случае этот показатель несколько выше в группе обучающихся с низким уровнем готовности.

В литературе отмечается, что стрессоустойчивость является базовым, фундаментальным личностным фактором, влияющим на психологическую готовность к ЕГЭ, поскольку сама ситуация ЕГЭ является стрессовой. В нашем исследовании для выявления стрессоустойчивости старшеклассников использовался «Тест на самооценку стрессоустойчивости личности» (авт. Н.В. Киршева, Н.В. Рябчикова), результаты которого приведены в таблице 4.

Таблица 4.  
Процентное распределение показателей уровня стрессоустойчивости в сравниваемых группах.

Уровни стрессоустойчивости	Г1 (высокий уровень психологической готовности к ЕГЭ)	Г2 (низкий уровень психологической готовности к ЕГЭ)
очень низкий	-	-
низкий	8,3%	14,3%
ниже среднего	12,5%	17,9%
чуть ниже среднего	20,8%	14,3%
средний	29,2%	25%
чуть выше среднего	16,7%	17,8%
выше среднего	8,3%	10,7%
высокий	4,2%	-
очень высокий	-	-

Сравнительные данные по процентному распределению показателей уровня стрессоустойчивости свидетельствуют, что чуть более благоприятная картина в группе старшеклассников с высоким уровнем психологической готовности к ЕГЭ. В этой группе меньшая доля учащихся продемонстрировала «низкий» и «ниже среднего» уровни стрессоустойчивости (в сумме двух названных уровней – 20,8%), в Г2 (старшеклассники с низким уровнем психологической готовности к ЕГЭ) таковых оказалось 32,2%.

В целом по выборке выявлено не очень значительное количество обучающихся, чей показатель стрессоустойчивости соответствует уровням выше «среднего»: в сумме уровни «чуть выше среднего», «выше среднего» и «высокий» в Г1 продемонстрировали 29,2%, в Г2 – 28,5%. То есть, одна из важнейших личностных характеристик – высокая стрессоустойчивость, обеспечивающая высокий уровень психологической готовности к ЕГЭ и эффективность поведения на самом ЕГЭ - обнаруживается примерно у трети старшеклассников, принявших участие в нашем исследовании.

Подсчет t-критерия Стьюдента показал, что различия между выборками по показателю стрессоустойчивости находятся в зоне неопределенности ( $t_{\text{эмп.}} = 1,972$ , при  $t_{\text{кр.}} = 2,007$  при  $p \leq 0,05$ ;  $2,674$  при  $p \leq 0,01$ ). Среднее значение показателя (35,5) ниже в Г1, что по условиям методики соответствует более высокой устойчивости. В группе Г2 этот показатель выше (38,8). Таким образом, можно говорить о превышении показателя стрессоустойчивости в группе старшеклассников с высоким уровнем психологической готовности к ЕГЭ по сравнению со сверстниками Г2 лишь на уровне статистической тенденции.

В таблице 5 представлены среднегрупповые результаты изучения направленности локуса контроля по «Шкала локус-контроля» Дж. Роттера (адаптация А.Г. Шмелева).

Таблица 5.  
Средние значения по методике «Шкала локус-контроля».

Группы	Шкалы	
	экстернальность	интернальность
Г1 (высокий уровень психологической готовности к ЕГЭ)	12,42	10,58
Г2 (низкий уровень психологической готовности к ЕГЭ)	14,21	8,79
$t_{\text{эмп.}}$	2,814	3,107
$t_{\text{кр.}} = 2,007$ при $p \leq 0,05$ ; $2,674$ при $p \leq 0,01$		

Приведенные данные свидетельствуют о том, что старшеклассникам из группы с высоким уровнем пси-

психологической готовности к ЕГЭ чаще свойственна интернальность и реже – экстернальность, по сравнению с их сверстниками из Г2. Подсчет Т-критерия Стьюдента подтвердил на статистическом уровне – различия между двумя группами находятся в зоне значимости. Таким образом, одна из важных психологических характеристик – интернальность, как склонность брать на себя ответственность за свои настоящие и будущие успехи и неудачи является важным (даже одним из ключевых) личностным фактором, повышающим уровень психологической готовности к ЕГЭ.

В результате проведенного исследования были обнаружены следующие основные факты: наиболее сформированным компонентом психологической готовности старшеклассников к ЕГЭ оказался процессуальный, проблемными компонентами являются познавательный и личностный. У более половины старшеклассников выявлены повышенный или высокий уровни экзаменационной тревожности, при этом уровень экзаменационной тревожности старшеклассников с низким уровнем психологической готовности к ЕГЭ выше (различия статистически значимы). Различия в стрессоустойчивости об-

наружены на уровне статистической тенденции: среди старшеклассников с высоким уровнем психологической готовности к ЕГЭ меньшая доля учащихся с «низким» и «ниже среднего» уровнями стрессоустойчивости по сравнению со сверстниками из другой группы.

По результатам изучения направленности локуса контроля было установлено, что старшеклассникам с высоким уровнем психологической готовности к ЕГЭ больше свойственна интернальность и реже – экстернальность, по сравнению с учащимися с низким уровнем психологической готовности к ЕГЭ (достоверность различий подтверждена статистически). В целом, полученные выводы свидетельствуют в пользу гипотезы нашего исследования.

Мы полагаем, что полученные диагностические данные о некоторых личностных особенностях старших школьников, определяющих степень их психологической готовности к ЕГЭ, должны учитываться учителями при подготовке к процедуре итоговой аттестации и могут быть использованы в консультативной и коррекционной практике педагога-психолога.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Бочева, Н.А., Хотеева, Е.В. Психологическая подготовка учащихся к ЕГЭ // Наука, образование, общество. - 2015. - № 1 (3). - С. 194-201.
2. Гапонова, С.А., Романова, А.Н. Психологические факторы, влияющие на успешность сдачи выпускниками школ итоговых экзаменов в формате ЕГЭ // Вестник университета. – 2012. - №3. – С. 120-125.
3. Качимская, А.Ю., Ковтун, П.О. К вопросу о способах формирования психологической готовности обучающихся к экзаменам // Мир науки. Педагогика и психология. - 2019. - №3. - Т.7. - С. 88-102.
4. Кожемякина, М.П., Спасенников, В.В. Анализ психологической составляющей подготовки учеников к единому государственному экзамену // Психология в экономике и управлении. - 2011. - № 2. - С. 72-77.
5. Круткина, Е.И. Исследование психологической готовности к сдаче ЕГЭ // Вестник науки №12 (69) том 4. С. 721 - 726. 2023 г. ISSN 2712-8849 // Электронный ресурс: <https://www.вестник-науки.рф/article/11938> (дата обращения: 01.12.2025 г.)
6. Е.А. Кедярова, Д.С. Савенко, М.Ю. Уварова, Н.И. Чернецкая. Особенности психологической готовности к ЕГЭ у старшеклассников. Психология. Психофизиология. 2021. Т. 14, № 2. С. 38–45.
7. Лихачева, А.Ю. Психологическая готовность старшеклассников к сдаче единого государственного экзамена // Психологический журнал. - 2016. - № 4. - С. 121-126.
8. Лобачева, В.И. Психологические факторы, влияющие на подготовку школьников к единому государственному экзамену // KANT. - 2017. - № 4 (25). - С. 72–75.
9. Прохоров, Р.Е. Психологические особенности выпускников общеобразовательной школы при подготовке к ЕГЭ: дисс. ... канд. психол. наук. – Москва, 2012. – 199 с.
10. Хабибуллина, Ф.А., Штерц, О.М. Эмоциональное состояние старшеклассников при подготовке к ЕГЭ. – Казань: изд-во Казанского федерального университета в г. Елабуга. 2015. - 89 с.
11. Чибисова, М.Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями. - М.: Генезис, 2013. - 184 с.

© Бочкарева Людмила Петровна (mila58reg@yandex.ru), Дашкина Ольга Михайловна (nazarovaolgam@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»