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

**Личностные**

негативное отношение к самому экзамену;

 неадекватные страхи, опасения, фантазии, связанные с ЕГЭ, ГИА;

 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, ГИА