

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ



УДК 159.9.075

<https://doi.org/10.23947/2658-7165-2023-6-5-10-17>



Научная статья



Предэкзаменационный период как стрессовая ситуация, детерминирующая поведение личности обучающихся в образовательном процессе

Елена А. Макарова¹ ✉, Вера И. Мищенко²

¹Донской государственный технический университет, Российская Федерация, г. Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, 1

²Таганрогский институт имени А.П. Чехова (филиала) РГЭУ (РИНХ),

Российская Федерация, г. Таганрог, ул. Инициативная, 48

✉ makarova.h@gmail.com

Аннотация

Введение. В статье приводятся результаты исследования поведения личности обучающихся 9-х, 11-х классов и студентов 1-го курса в предэкзаменационный период. Актуальность данной работы состоит в том, что на самочувствие и поведение современных школьников и студентов негативно влияет сама процедура экзаменов и весь период подготовки к ним. Подростки и молодежь зачастую самостоятельно не могут справиться с негативными последствиями своих переживаний, управлять ими. Это пагубно отражается на психосоматическом здоровье личности, в крайних случаях приводит к деструктивным (суицид) и девиантным (виктимизация) формам поведения. Цель. Исследование поведения обучающихся (школьников и студентов) в предэкзаменационный период, воспринимаемый ими в качестве стрессовой ситуации.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 260 школьников и 193 студента образовательных учреждений Ростовской области. Для проведения исследования был использован комплекс диагностических методик: опросник подверженности экзаменационному стрессу Ю. Б. Гуревич, тест на самооценку стрессоустойчивости личности Н. В. Киршевой, Н. В. Рябчиковой, опросник «Исследование склонности к виктимному поведению» О. О. Андронниковой», опросник «Подготовка к экзаменам» (составитель В. И. Мищенко).

Результаты исследования. Установлено, что предэкзаменационный период воспринимается обучающимися как такая стрессовая ситуация, которая детерминирует их поведение. В ситуации стресса поведение и у школьников, и студентов характеризуется аналогичными признаками (что выражается демонстрацией единообразных эмоциональных, когнитивных и поведенческих паттернов, уровнем стресса и тревожности), однако факторы такого поведения разные и зависят от ожидаемых последствий проживаемых ситуаций, а также имеющихся предикторов, влияющих на изменения в поведении обучающихся.

Обсуждение результатов. Знание того, какие именно изменения в поведении подростков и молодежи вызваны стрессовыми ситуациями образовательного процесса, а также выявление конкретных поведенческих особенностей личности в стрессовых ситуациях позволит разрабатывать эффективные программы психологического сопровождения обучающихся в предэкзаменационный период.

Ключевые слова: стресс, тревожность, личность, обучающиеся, экзамен, виктимизация, предэкзаменационный период

Для цитирования. Макарова, Е. А., Мищенко, В. И. (2023). Предэкзаменационный период как стрессовая ситуация, детерминирующая поведение личности обучающихся в образовательном процессе. *Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология*, 6(5), 10–17. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2023-6-5-10-17>

Considering the Pre-Examination Study Period as a Stressful Situation, that Determines the Students' Personality Behaviour in the Process of Education

Elena A. Makarova¹ ✉, Vera I. Mishchenko²

¹Don State Technical University, 1, Gagarin Sq., Rostov-on-Don, Russian Federation

²Taganrog Chekhov Institute, Branch of Rostov State University of Economics (Rostov Institute of National Economy), 48, Initiativnaya Str., Taganrog, Russian Federation

✉ makarova.h@gmail.com

Abstract

Introduction. The article presents the results of the study on school students of 9th and 11th grade and university first-year students in their pre-examination study period. Modern school and university students' well-being and behaviour negatively influenced by the exam situation itself and the pre-exam study period before them. Therefore, it justifies the need for an investigation into this matter. Adolescents and young people often cannot deal with the negative consequences of what they feel about their life situations. This provides harmful impact on psychosomatic state of the person, and leads to destructive (suicide) and deviant (victimization) forms of behaviour in the worst-case scenario.

Purpose. In our work, we will study students' (school and university) behaviour in the pre-examination period, assessed by them as a stressful situation.

Materials and Methods. The study involved 260 school students and 193 university students from educational establishments in the Rostov region. For the investigation, we used the following methods: the "Exposure to Examination Stress" questionnaire by Yu. B. Gurevich, "Personality Stress Resistance Self-Test" by N. V. Kirsheva and N. V. Ryabchikova, the "Propensity to Victim Behaviour" questionnaire by O. O. Andronnikova, and the "Preparation for Exams" questionnaire by V. I. Mishchenko.

Results. We found that the pre-examination study period perceived by students as the situation, that determines their behaviour. In the stress situation both school and university students' behaviour is characterized by identical markers: demonstration of undiversified emotional, cognitive, and behavioural patterns, same levels of stress and anxiety. However, such behaviour factors differ and appear to depend on expected consequences of experienced situations, also on existing predictors, that influence the change in students' behaviour.

Discussion. Awareness of exactly what changes in the behaviour of adolescents and young people are caused by stressful situations in the educational process, as well as identifying specific behavioural characteristics of the person acting in stressful situations will allow one to develop effective programs of psychological support for students during the pre-examination study period.

Keywords: stress, anxiety, personality, students, examination, victimization, pre-examination study period

For citation. Makarova, E. A., Mishchenko, V. I. (2023). Considering the Pre-Examination Study Period as a Stressful Situation, that Determines the Students' Personality Behaviour in the Process of Education. *Innovative science: psychology, pedagogy, defectology*, 6(5), 10–17. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2023-6-5-10-17>

Введение

В процессе жизнедеятельности современных обучающихся происходит множество сложных социальных ситуаций. Такие ситуации могут встретиться где угодно: дома, и в учебном заведении, в общении со сверстниками и взрослыми. Подросток живет в постоянном нервном напряжении и страхе. Страх блокирует активность и уверенность личности. Это порождает состояние тревоги, которое, в свою очередь, заставляет человека чувствовать себя жертвой. О наличии у себя такого качества как виктимность, человек может и не знать, но специфика поведения личности в различных жизненных ситуациях и результаты этого поведения будут ему соответствовать. Формы такого поведения формируются прежде всего в первичных малых группах (в семье), особенно если имеет место травматичный опыт, а далее получают свое развитие в более широком социальном контексте (Андронникова, Перевозкина и Леонова, 2023).

Исследователи отмечают, что робкие и пассивные дети, у которых преобладающим чувством является страх, могут внезапно проявить немотивированную агрессию в самой обыденной, не несущей угрозу ситуации. Если таким детям не оказывать психолого-педагогическую помощь, их поведение может стать виктимным (Сарафанова, 2012).

Подготовка к экзаменам является одной из таких ситуаций, в которых происходит проверка способности личности справляться со стрессом и эмоциональным давлением. Так, многие авторы основными факторами школьной тревожности называют большую учебную нагрузку, сложность представляемого для изучения материала, а также различные формы проверки знаний (контрольные, экзаменационные и т. д.) (Барсуков, Маркелова, Широкова, 2019). Также исследователи говорят о личностных качествах, влияющих на поведение обучающихся:

«именно тревожность лежит в основе целого ряда психологических трудностей, с которыми сталкиваются старшеклассники в период подготовки к процедурам итоговой аттестации» (Першина, 2020).

Большинству людей свойственно испытывать волнение, тревогу и даже сильный стресс в ситуациях оценивания компетентности. Более того, не только процедура проверки, но и «само ожидание экзамена, состояние неопределенности также могут привести к эмоциональному стрессу. Нагрузка в период подготовки к выпускным экзаменам оценивается учащимися как непосильная и может приводить к дезадаптации в случае высокой значимости ситуации завершения школьного обучения. Чем более учащийся переживает беспокойство перед экзаменом, тем меньше он испытывает радость, чувствует комфорт в учебе и менее склонен реагировать уверенно и активно» (Перцева, 2018, с. 174).

Предэкзаменационный стресс, как его определяет У. Кеннон, есть «общая реакция организма на предстоящий экзамен, влияющая на его поведенческий, когнитивный, эмоциональный и физиологический компоненты» (Зайцева, Темникова, 2022, с. 109). Экзаменационный стресс является стрессом психологическим, сочетающим оба его вида – эмоциональный и информационный. А опасность формирования виктимного поведения в такие периоды есть одно из следствий неумения управлять своими реакциями (прежде всего эмоциональными) в периоды стресса. Многим обучающимся было бы полезно овладеть необходимыми навыками по управлению своим психическим состоянием во время процедуры экзамена (Прохоров и др., 2021).

В таких ситуациях состояние волнения, чувство тревоги, беспокойства и эмоциональная нестабильность, хоть и в разной степени, но свойственно всем, независимо от индивидуально-психологических характеристик личности. С каждым годом возрастают требования к психологической устойчивости личности в стрессовых ситуациях, касающихся именно проверки компетентности. Это происходит и вследствие постоянно меняющихся и усложняющихся процедур самой проверки, а также из-за гиперболизации последствий неуспеха. Личность в таких случаях должна обладать особым набором качеств, которые помогут не только эффективно справиться с заданиями, но и сохранить психосоматическое здоровье. Одним из таких качеств, безусловно, является стрессоустойчивость.

Старшеклассники из-за учебной нагрузки, превышающей их психофизиологические возможности, а также постоянное нервное напряжение в течение длительного периода подготовки, формируют убежденность в бесполезности прилагаемых усилий, вызывают чувство собственной беспомощности, приводят к неконтролируемым и часто немотивированным эмоциональным срывам, нарушениям физического самочувствия, а также уходу в аддиктивные формы поведения, что в самых крайних случаях доводит до суицидальных попыток и завершённому суициду. Информация о таких попытках школьников появляется с незавидным постоянством, но если раньше такие новости чаще возникали в канун экзаменов (весна – начало лета), то в последнее время информация о суицидах, связанных с предэкзаменационной тревожностью, появляется в начале учебного года, в котором обучающемуся только предстоит данная процедура (конец августа – начало сентября).

Каждый новый учебный год в сравнении с предыдущим демонстрирует рост подверженности предэкзаменационному стрессу среди обучающихся. Также необходимо сказать об увеличении протяженности во времени этих переживаний, которые мы и называем предэкзаменационным периодом. Этот период, аккумулируя негативные переживания, также способствует трансформации поведения латентной виктимности личности в виктимное.

Нельзя не согласиться, что «стрессовые состояния являются одним из факторов, сопутствующих генезису и становлению личности в подростковом возрасте, который характеризуется количественными и качественными изменениями, гормональным взрывом» (Елисеева, Корниенко, 2013, с. 72), однако, с другой стороны, психологи говорят об инфантилизации молодого поколения. Любое новое и непривычное испытание для их психики является зачастую непомерной задачей и стрессором.

Что касается обучающихся вузов, то их предэкзаменационный стресс обусловлен, по мнению исследователей, учебной нагрузкой, спецификой учебного процесса в вузах, то есть новыми требованиями и условиями деятельности (Чербиева, Бостанова, 2020). «Из-за большого потока новой информации, возникновения проблемных ситуаций, связанных с угрозой неуспеваемости, дефицита времени, конфликта с преподавателем, и, как правило, во время сессии ... экзамен понимается ими как особая критическая ситуация, которая повлияет на социальное и материальное положение...» (Огнева, 2017, с. 80–81). Если говорить только о студентах первого курса, то к вышеперечисленным причинам необходимо добавить еще одну — новую социальную ситуацию, в которой оказался первокурсник и необходимость адаптироваться к ней, вновь завоевывать в ней статус, подтверждать свои приращения.

Современные студенты всё чаще признаются, что живут с постоянным ощущением стресса и нервно-психического напряжения. В основном студенческий стресс связан с необходимостью переработки большого и разнопланового количества информации (с каждым годом доля самостоятельной работы студента растет), недостаточно серьезное отношение к распределению своей учебной нагрузки в течение семестра (здесь можно говорить об отсутствии навыка управления временем), и сам экзаменационный стресс. Стрессором сессия становится за несколько дней до своего начала, и далее остается до ее окончания и несколько дней после.

При обобщении вышеизложенного становится очевидным факт того, что ситуация подготовки к экзамену и весь предэкзаменационный период в целом порождают и перманентно поддерживают у обучающихся тре-

возможность, которая, в свою очередь, запускает виктимизацию и реализуется в виктимном поведении: подросток либо начинает агрессивировать, срываться на всех, «нарываться» на конфликты, чтобы хоть как-то избавиться от накопившегося психосоматического напряжения, либо «надевает» маску жертвы, смиряется со своей «тяжелой участью», что может привести к отрыву от реальности, обострению чувства одиночества, уходу в виртуальный мир, потере бдительности в других социальных ситуациях и, как результат, — девиантному или делинквентному поведению. По сути, подросток оказывается в замкнутом круге: попытка решить одну проблему (избавиться от чувства тревоги) порождает другую (в частности, виктимное поведение) (Davidson, & Demaray, 2007; Ang, & Goh, 2010; Makarova, Makarova, & Mishchenko 2021).

Целью исследования является изучение особенностей поведения личности в стрессовых ситуациях образовательного процесса.

В соответствии с целью были сформулированы следующие гипотезы исследования:

1. Предикторами виктимизации личности в стрессовых ситуациях могут быть степень переживания стресса, субъективные представления о ситуации как стрессовой, а также уровень тревожности личности;

2. У школьников и студентов поведение в стрессовых ситуациях образовательного процесса может характеризоваться одинаковыми признаками, но зависеть от разных факторов;

3. Выявление поведенческих особенностей личности в стрессовых ситуациях может помочь в организации работы психологических служб образования.

Материалы и методы

Было проведено исследование с целью выявления особенностей поведения обучающихся (школьников и студентов) в предэкзаменационный период, воспринимаемый ими в качестве стрессовой ситуации. Иными словами, нам хотелось выяснить, детерминирует ли стрессовая ситуация образовательного процесса (такая, как предэкзаменационный период) поведение обучающихся, могут ли в данный период появиться элементы и признаки виктимного поведения.

В исследовании приняли участие 260 школьников и 193 студента образовательных учреждений Ростовской области.

Для проведения эмпирического исследования влияния предэкзаменационной ситуации на поведение обучающихся были использованы следующие методики: опросник подверженности экзаменационному стрессу Ю. Б. Гуревич, тест на самооценку стрессоустойчивости личности Н. В. Киршевой, Н. В. Рябчиковой (Мищенко, Макарова, 2023); авторский опросник «Подготовка к экзаменам»; опросник «Исследование склонности к виктимному поведению» О. О. Андронниковой (Андронникова, 2014).

Результаты исследования

Обратимся к результатам, полученным с помощью опросника подверженности экзаменационному стрессу (Ю. Б. Гуревич) по всей выборке обучающихся (Табл. 1). Данные опросника разделены на уровни проявления экзаменационного стресса (в таблице он обозначен как ЭС), обучающиеся сгруппированы в соответствии с данными уровнями.

Таблица 1

Результаты, полученные при помощи опросника подверженности экзаменационному стрессу Ю. Б. Гуревич

Уровни ЭС	9 класс, %	11 класс, %	Студенты 1 курс, %
Высокий	20,0	11,0	15,0
Умеренный	68,0	74,0	69,0
Низкий	12,0	15,0	16,0
Средний балл	9,7	8,6	8,8

Как видно из таблицы 1, больше всего респондентов представлено в группе с умеренным уровнем экзаменационного стресса. Автор опросника заявляет, что у респондентов, относящихся к данной группе, можно констатировать наличие природной тревожности, о которой можно говорить как о качестве личности, которое вызывает переживание стресса перед экзаменами. Самый высокий балл по средним значениям показали обучающиеся 9-х классов (9,7), у обучающихся 11-х классов средние значения зафиксированы на уровне 8,6 балла, незначительно более высокое среднее значение выявлено у студентов (8,8).

Далее рассмотрены результаты теста на самооценку стрессоустойчивости личности Н. В. Киршевой, Н. В. Рябчиковой по всей выборке (табл. 2).

Итак, уровень стрессоустойчивости во всех группах можно охарактеризовать как уровень «выше среднего». Однако, стоит принять во внимание возможное несоответствие результатов самооценки поведению в реальной ситуации стресса. Кроме того респонденты, выбирающие вариант ответа «иногда», усредняют полученный результат.

Таблица 2

Результаты теста на самооценку стрессоустойчивости личности Н. В. Кириевой и Н. В. Рябчиковой

Уровни стрессоустойчивости	9 класс, %	11 класс, %	Студенты 1 курс, %
Очень высокий	3,5	15,0	2,0
Высокий	14,5	45,0	18,0
Выше среднего	44,0	40,0	45,5
Чуть выше среднего	14,5	0,0	16,5
Средний	15,5	0,0	18,0
Чуть ниже среднего	0,0	0,0	0,0
Средний	0,0	0,0	0,0
Низкий	0,0	0,0	0,0
Очень низкий	0,0	0,0	0,0
Средние баллы	33,8	28,8	35,2

Средние значения свидетельствуют о том, что выше всего свою стрессоустойчивость оценивают учащиеся 11-х классов (28,8 балла), далее идут студенты (35,2) и учащиеся 9-х классов (33,8). Как видно, разница в баллах незначительная, показатели относят респондентов к группе «чуть выше среднего».

В дополнение к использованным ранее методикам В. И. Мищенко был разработан опросник «Подготовка к экзамену». При его составлении автор исходила из того, что субъект отреагирует на ситуацию (в нашем случае это ситуация подготовки к экзамену) в любом случае, то есть продемонстрирует эмоциональную реакцию. Данная реакция будет либо адаптивной, либо дезадаптивной, что позволит субъекту выбрать для себя соответственно адаптивную или дезадаптивную стратегию поведения в этой ситуации. Всё это порождается и впоследствии сопровождается рациональными или иррациональными мыслями. Респондентам было предложено дать спонтанные ответы на вопросы о том, что они чувствуют, когда готовятся к экзаменам, что думают и что при этом делают. Количественные результаты опроса представлены в таблице 3.

Таблица 3

Количественные результаты данных опросника «Подготовка к экзаменам»

Категория анализа	Общее количество слов, указывающих на данную категорию	% соотношение ко всем полученным ответам
Дезадаптивная реакция	441	66
Адаптивная реакция	149	21
Иррациональные мысли	350	52
Рациональные мысли	234	33
Дезадаптивная поведенческая стратегия	142	30
Адаптивная поведенческая стратегия	265	53

Полученные данные указывают на преобладание дезадаптивных реакций, иррациональных мыслей и адаптивных поведенческих стратегий. Это говорит о том, что обучающиеся на важных этапах своей жизни изо всех сил стараются достигнуть максимального результата, даже если он отражается на психологическом благополучии личности, сопровождается перманентным стрессом и переживаниями.

В таблице 4 представлены результаты, полученные в ходе применения опросника О. О. Андронниковой «Исследование склонности к виктимному поведению».

Итак, в ситуации предэкзаменационного стресса завышенные показатели у респондентов мужского пола обнаружены по шкалам «Самоповреждающее и саморазрушающее поведение», «Гиперсоциальное поведение» и «Некритичное поведение», завышенные показатели респондентов женского пола – только по шкале «Гиперсоциальное поведение». Обращает на себя внимание преобладание у юношей показателей ниже нормы практически по всем шкалам. Интерпретация показателей по данным шкалам свидетельствует о наличии личностных качеств, которые также могут обладать виктимогенным потенциалом.

Таблица 4

Результаты применения опросника «Исследование склонности к виктимному поведению»
О. О. Андронниковой

Шкалы (поведение)	Показатели мальчиков	Показатели девочек
Агрессивное	Ниже нормы	Норма
Самоповреждающее, саморазрушающее	Выше нормы	Норма
Гиперсоциальное	Выше нормы	Выше нормы
Зависимое, беспомощное	Ниже нормы	Ниже нормы
Некритичное	Выше нормы	Норма
Реализованная виктимность	Ниже нормы	Ниже нормы

Обсуждение результатов

Проведенное исследование показало, что предэкзаменационный период является стрессором для обучающихся, но и у школьников, и у студентов стрессором является не сама процедура оценивания компетентности, а ожидание негативных последствий, которые может повлечь неуспех в ней. Предэкзаменационная ситуация, субъективно переживаемая как стрессовая, обладает виктимогенным потенциалом, обнаруживая склонность к различным проявлениям виктимного поведения. Несмотря на преобладание адаптивной поведенческой стратегии, было обнаружено, что она сопровождается иррациональными мыслями и чувствами, следовательно, не будет продуктивной, либо будет сопровождаться нервным напряжением и отнимать много физических и психоэмоциональных сил у обучающихся.

Результаты проведенного исследования говорят о необходимости пристального внимания к психологическому благополучию обучающихся в предэкзаменационный период (Макарова, Мищенко, 2020). Это ставит новые задачи перед психологической службой в образовании, поскольку в числе национальных приоритетов в настоящее время постулируются гарантии психологического благополучия развивающейся личности. Совершенно очевидно, что современные школьники и студенты нуждаются в профессиональной помощи и поддержке (Viau et al., 2020).

Разработка и проведение программ психологического сопровождения обучающихся не только в период сдачи экзаменов, но и на всём протяжении подготовки к ним обеспечит благоприятные психологические условия для развития личностного потенциала и сформирует готовность личности адекватно реагировать на различные стрессовые ситуации.

Список литературы

- Андронникова, О. О. (2014). Методика исследования склонности к виктимному поведению. *ОБЖ: Основы безопасности жизни*, 7(217), 34–40.
- Андронникова, О. О., Перевозкина, Ю. М., и Леонова, О. И. (2023). Детско-родительские отношения и индивидуальный опыт как структурные детерминанты виктимизации в юношеском возрасте. *Российский психологический журнал*, 20(1), 202–217.
- Барсуков, А. В., Маркелова, Т. В., и Широкова, А. А. (2019). Анализ научных представлений на становление тревожных черт личности. *Проблемы современного педагогического образования*, 62–2, 268–271.
- Елисеева, А. П., и Корниенко, А. В. (2013). Анализ стресса в подростковом возрасте. *Альманах современной науки и образования*, 8(75), 72–73.
- Зайцева, М. Е., и Темникова, Е. Ю. (2022). Исследование предэкзаменационного стресса у старших школьников. *Вопросы педагогики*, 6–1, 108–113.
- Макарова, Е. А., и Мищенко, В. И. (2020). Организация психологической профилактики виктимного поведения школьников в современных условиях. *Вестник Адыгейского государственного университета. Серия «Педагогика и психология»*, 3(263), 89–108.
- Мищенко, В. И., и Макарова, Е. А. (2023). *Психологическое сопровождение обучающихся в предэкзаменационный период: учебно-методическое пособие*. Издательство ЧОУ ВО ТИУиЭ.
- Огнева, Л. Г. (2017). Актуальные проблемы тревожности и стресса у студентов в экзаменационный период. *Актуальные научные исследования в современном мире*, 2–3(22), 79–83.
- Перцева, А. А. (2018). Экзаменационный стресс и его место в общей системе стрессовых реакций. В А. В. Кокурина, В. И. Екимова, М. И. Розенова (ред.), *Современные подходы в оказании экстренной психологической помощи: сборник трудов молодых ученых (Экспериментальная платформа–2018)* (С. 173–175). ИП Сигитов Т. М.

Першина, О. С. (2020). Предэкзаменационный стресс у старших школьников в условиях подготовки к сдаче единого государственного экзамена. *Актуальные проблемы педагогики и психологии*, 2–1, 32–36.

Прохоров, А. О., Чернов, А. В., Юсупов, М. Г., и Решетникова, И. С. (2021). Эффективность саморегуляции психических состояний студентов-старшекурсников на экзамене. *Психология. Психофизиология*, 14(4), 51–61.

Сарафанова, Л. В. (2012). Педагогическое сопровождение виктимного подростка. *Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки*, 4(108), 216–221.

Чербиева, С. В., и Бостанова, С. Н. (2020). К вопросу о взаимосвязи тревожности личности юношеского возраста и последствий стресса. *Алиевские чтения. Материалы научной сессии* (С. 81–87). Карачаево-Черкесский государственный университет им. У. Д. Алиева.

Ang, R. P., & Goh, D. H. (2010). Cyberbullying among adolescents: The role of affective and cognitive empathy, and gender. *Child Psychiatry and Human Development*, 41(4), 387–397. <http://dx.doi.org/10.1007/s10578-010-0176-3>

Davidson, L. M., & Demaray, M. K. (2007). Social support as a moderator between victimization and internalizing-externalizing distress from bullying. *School Psychology Review*, 36(3), 383–405. <http://dx.doi.org/10.1080/02796015.2007.12087930>

Makarova, E. A., Makarova, E. L., & Mishchenko, V. I. (2021). Phenomena of loneliness and fear caused by the mass media threat in the situation of COVID-19 pandemic. *International Journal of Media and Information Literacy*, 6(1), 146–155. <http://dx.doi.org/10.13187/ijmil.2021.1.146>

Viau, S. J., Denault, A. S., Dionne, G., Brendgen, M., Geoffroy, M. C., Côté, S., Larose, S., Vitaro, F., Tremblay, R. E., & Boivin, M. (2020). Joint trajectories of peer cyber and traditional victimization in adolescence: A look at risk factors. *The Journal of Early Adolescence*, 40(7), 936–965. <https://doi.org/10.1177/0272431619880339>

References

Andronnikova, O. O. (2014). Methodology for studying propensity for victimization behavior. *Life Safety: Fundamentals of Life Safety*, 7(217), 34–40. (In Russ.).

Andronnikova, O. O., Perevozkina, Yu. M., & Leonova, O. I. (2023). Child-parent relationships and individual experience as structural determinants of victimization in adolescence. *Russian Psychological Journal*, 20(1), 202–217. (In Russ.).

Ang, R. P., & Goh, D. H. (2010). Cyberbullying among adolescents: The role of affective and cognitive empathy, and gender. *Child Psychiatry and Human Development*, 41(4), 387–397. <http://dx.doi.org/10.1007/s10578-010-0176-3>

Barsukov, A. V., Markelova, T. V., & Shirokova, A. A. (2019). Analysis of scientific ideas on the development of anxiety personality traits. *Modern Teacher Education Issues*, 62–2, 268–271. (In Russ.).

Cherbieva, S. V., & Bostanova, S. N. (2020). On the issue of the relationship between adolescent trait anxiety and the consequences of stress. *Aliyev's readings. Proceedings of the scientific session* (pp. 81–87). Karachay-Cherkess State University named after U. D. Aliyev. (In Russ.).

Davidson, L. M., & Demaray, M. K. (2007). Social support as a moderator between victimization and internalizing-externalizing distress from bullying. *School Psychology Review*, 36(3), 383–405. <http://dx.doi.org/10.1080/02796015.2007.12087930>

Eliseeva, A. P., & Kornienko, A. V. (2013). Analysis of stress in the adolescence age. *Almanac of Modern Science and Education*, 8(75), 72–73. (In Russ.).

Makarova, E. A., & Mishchenko, V. I. (2020). Organization of psychological prevention of schoolchildren victim behavior in current conditions. *Bulletin of Adygea State University. Series «Pedagogy and Psychology»*, 3(263), 89–108. (In Russ.).

Makarova, E. A., Makarova, E. L., & Mishchenko, V. I. (2021). Phenomena of loneliness and fear caused by the mass media threat in the situation of COVID-19 pandemic. *International Journal of Media and Information Literacy*, 6(1), 146–155. <http://dx.doi.org/10.13187/ijmil.2021.1.146>

Mishchenko, V. I., & Makarova, E. A. (2023). *Psychological support for students during the pre-examination study period: Educational and methodological manual*. Taganrog Institute of Management and Economics Publishing. (In Russ.).

Ogneva, L. G. (2017). Modern problems of anxiety and stress among students during the exam period. *Current Scientific Research in the Modern World*, 2–3(22), 79–83. (In Russ.).

Pershina, O. S. (2020). Pre-examination stress among senior school students in preparation for the Unified State Exam. *Actual Problems of Pedagogy and Psychology*, 2–1, 32–36. (In Russ.).

Pertseva, A. A. (2018). Examination stress and its place in the general system of stress reactions. In A. V. Kokurina, V. I. Ekimova, M. I. Rosenova (eds), *Modern approaches to providing emergency psychological assistance: A collection of young scientists' works (Experimental platform-2018)* (pp. 173–175). Sigotov T. M. (In Russ.).

Prokhorov, A. O., Chernov, A. V., Yusupov, M. G., & Reshetnikova, I. S. (2021). Efficiency of mental self-regulation of final year university students during the exam. *Psychology. Psychophysiology*, 14(4), 51–61. (In Russ.).

Sarafanova, L. V. (2012). Pedagogical support for a teenager prone to victim behaviour. *Tambov University Reviews. Series Humanities*, 4(108), 216–221. (In Russ.).

Viau, S. J., Denault, A. S., Dionne, G., Brendgen, M., Geoffroy, M. C., Côté, S., Larose, S., Vitaro, F., Tremblay, R. E., & Boivin, M. (2020). Joint trajectories of peer cyber and traditional victimization in adolescence: A look at risk factors. *The Journal of Early Adolescence*, 40(7), 936–965. <https://doi.org/10.1177/0272431619880339>

Zaitseva, M. E., & Temnikova, E. Yu. (2022). Study on pre-examination stress in senior school students. *Pedagogical Issues*, 6–1, 108–113. (In Russ.).

Об авторах:

Елена Александровна Макарова, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры «Общая и консультативная психология», Донской государственный технический университет (Российская Федерация, 344003, г. Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, 1), [ORCID](#), makarova.h@gmail.com

Вера Ивановна Мищенко, доцент кафедры психологии, Таганрогский институт имени А.П. Чехова (филиала) РГЭУ (РИНХ) (Российская Федерация, 347936, Ростовская обл., г. Таганрог, ул. Инициативная, 48), [ORCID](#), ivanovna27@rambler.ru

Поступила в редакцию 02.08.2023

Поступила после рецензирования 05.10.2023

Принята к публикации 08.10.2023

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликтов интересов.

Все авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

About the Authors:

Elena Aleksandrovna Makarova, Dr. Sci. (Psychology), Professor, Professor of the “General and Consulting Psychology” Department, Don State Technical University (1, Gagarin Sq., Rostov-on-Don, 344000, Russian Federation), [ORCID](#), makarova.h@gmail.com

Vera Ivanovna Mishchenko, Associate Professor of the Department of Psychology, Taganrog Chekhov Institute, Branch of Rostov State University of Economics (Rostov Institute of National Economy) (48, Initsiativnaya Str., Taganrog, 347936, Russian Federation), [ORCID](#), ivanovna27@rambler.ru

Received 02.08.2023

Revised 05.10.2023

Accepted 08.10.2023

Conflict of interest statement

The authors do not have any conflict of interest.

All authors have read and approved the final manuscript.