

УДК 612.821 : 616.895 : 616-057

Макаров С. Ю.

ПЕРЕДЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ І ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ СТРЕС ТА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗМІН ПОКАЗНИКІВ РІВНЯ СУБ'ЄКТИВНОГО КОНТРОЛЮ СУЧАСНОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Вінницький національний медичний університет

ім. М. І. Пирогова МОЗ України (м. Вінниця)

doctor_makarov@ukr.net

Дослідження виконано як фрагмент науково-дослідної роботи: "Фізіолого-гігієнічна оцінка особливостей адаптації дітей, підлітків і молоді до умов навчання в сучасних закладах освіти та наукові основи університетської гігієни: профорієнтаційні аспекти, проблеми запровадження здоров'язберігаючих технологій та створення превентивного освітнього середовища" (№ державної реєстрації 0116U000038), що включене до зведеного плану наукових досліджень Вінницького національного медичного університету ім. М.І. Пирогова.

Вступ. Одними із найбільш суттєвих чинників стресового змісту, які постійно супроводжують студентське життя, впливають на процеси формування особистості дівчат і юнаків та критеріальні показники функціонального стану їх організму, зумовлюють значне психологічне напруження, незаперечно, слід вважати ситуації, пов'язані із передекзаменаційним і екзаменаційним стресом [1,3,4,7,8,9]. Крім того, додатковими обставинами, що посилюють стресовий вплив іспитів на студентів, є необхідність максимально продемонструвати свої знання та навички впродовж дуже обмеженого відрізка часу, а також елемент випадковості, пов'язаний з отриманням, іноді не зовсім зручного та проблемного, екзаменаційного завдання [3,6].

В таких умовах на особливу увагу цілий ряд особливостей особистості, що забезпечують особистісну складову стресово-зумовленої поведінки і, зокрема, показники рівня суб'єктивного контролю (РСК), який визначає рівень самостійності, відповідальності і активності індивідууму в досягненні особистісно-значущих цілей та розв'язанні особистісно-значущих завдань, ураховуючи спроможність брати або не брати на себе відповідальність за події, які мають місце [2,5,6]. Проте, на сьогоднішній день, питання, спрямовані на визначення змін з боку окремих його складових серед осіб студентського віку, які перебувають у стресових умовах, зокрема в умовах екзаменаційних випробувань, є практично не вивченими.

Мета дослідження – визначення психофізіологічних особливостей змін показників рівня суб'єктивного контролю сучасної студентської молоді, що перебуває в умовах передекзаменаційного і екзаменаційного стресу.

Об'єкт і методи дослідження. Дослідження проводились серед студентів, які навчались на 3 курсі медичного факультету Вінницького національного медичного університету ім. М.І. Пирогова, відповідно за 1 місяць до складання та безпосередньо перед періодом складання диференційованих заліків і проведенням екзаменаційної сесії. Під наглядом в динаміці спостережень перебували 67 студентів (35 дівчат і 32 юнаки).

З метою визначення особливостей психофізіологічних корелят РСК застосовувався широко поширений у практиці проведення психодіагностичних досліджень особистісний опитувальник Роттера, який надає вичерпну характеристику закономірностям становлення провідних показників мотиваційної спрямованості особистості досліджуваних осіб і, зокрема, визначає особливості розташування локусу особистісного контролю як в галузі загальної інтернальності, так і в галузі досягнень і невдач, внутрішньосімейних, навчальних (професійно-орієнтованих) і міжособистісних відносин, а також в галузі здоров'я і хвороби, на основі визначення ступеня вираження або екстернального (сприйняття) подій, що відбуваються, як результат впливу численних зовнішніх чинників або збігу обставин та інтернального (сприйняття) життєвих подій як закономірного результату ефективного здійснення власної діяльності) типів реагування. Значення показників, що перевищували 5,5 стенов, засвідчували наявність інтернального типу суб'єктивного контролю у відповідних ситуаціях, водночас, значення, що не перевищували 5,5 стенов, засвідчували наявність проявів екстернального типу [2]. Процес проведення досліджень передбачав отримання інформаційної згоди досліджуваних осіб і в повній мірі відповідав існуючим етичним принципам.

Обробка даних. Статистичний аналіз отриманих даних, який передбачав застосування процедур описової статистики та здійснення порівняння одержаних результатів на підставі статистичних критеріїв параметричної статистики (t-критерій Стьюдента), проводився на основі використання стандартного пакету прикладних програм багатовимірною статистичного аналізу "Statistica 6.1 for Windows" (ліцензійний № AXX910A374605FA, належить Вінниць-

Особливості показників рівня суб'єктивного контролю студентів у передекзаменаційний і экзаменаційний періоди за даними особистісного опитувальника Роттера, стени ($M \pm m$; n ; p)

Види суб'єктивного контролю	Час досліджень	Групи студентів				$p(t)_{д-ю}$
		Дівчата		Юнаки		
		n	$M \pm m$	n	$M \pm m$	
Загальна інтернальність	За 1 місяць до экзаменаційної сесії	35	4,60±0,29	32	4,43±0,32	>0,05
	Перед экзаменаційною сесією	35	3,68±0,29	32	4,09±0,32	>0,05
	$p(t)_{1-е}$	<0,05		>0,05		
У галузі досягнень	За 1 місяць до экзаменаційної сесії	35	5,22±0,39	32	5,62±0,28	>0,05
	Перед экзаменаційною сесією	35	5,05±0,28	32	5,06±0,29	>0,05
	$p(t)_{1-е}$	>0,05		>0,05		
У галузі невдач	За 1 місяць до экзаменаційної сесії	35	4,60±0,26	32	4,46±0,35	>0,05
	Перед экзаменаційною сесією	35	4,34±0,29	32	4,12±0,31	>0,05
	$p(t)_{1-е}$	>0,05		>0,05		
У галузі сімейних відносин	За 1 місяць до экзаменаційної сесії	35	5,45±0,31	32	5,50±0,36	>0,05
	Перед экзаменаційною сесією	35	5,08±0,25	32	5,03±0,32	>0,05
	$p(t)_{1-е}$	>0,05		>0,05		
У галузі навчальних (професійно-орієнтованих) відносин	За 1 місяць до экзаменаційної сесії	35	4,77±0,26	32	4,95±0,26	>0,05
	Перед экзаменаційною сесією	35	3,65±0,26	32	3,71±0,28	>0,05
	$p(t)_{1-е}$	<0,05		<0,05		
У галузі міжособистіс-них відносин	За 1 місяць до экзаменаційної сесії	35	5,77±0,26	32	5,31±0,25	>0,05
	Перед экзаменаційною сесією	35	5,34±0,26	32	5,21±0,21	>0,05
	$p(t)_{1-е}$	>0,05		>0,05		
У галузі здоров'я та хвороби	За 1 місяць до экзаменаційної сесії	35	5,77±0,30	32	5,81±0,31	>0,05
	Перед экзаменаційною сесією	35	5,34±0,31	32	5,34±0,30	>0,05
	$p(t)_{1-е}$	>0,05		<0,05		

кому національному медичному університету ім. М.І. Пирогова).

Результати дослідження та їх обговорення.

В ході проведених досліджень визначена достатньо стабільна картина виявлених змін з боку провідних психофізіологічних корелят РСК сучасної студентської молоді. Зокрема, під час здійснення комплексної психофізіологічної оцінки показників, які засвідчують ступінь вираження загальної інтернальності студентів, що характеризує узагальнений ступінь особистісного контролю студентів над будь-якими значущими для їх життєдіяльності ситуаціями, виявлено, що рівень її показників у дівчат за 1 місяць

до экзаменаційної сесії складав 4,60±0,29 стенив, у юнаків – становив 4,43±0,32 стенив, водночас, безпосередньо перед проведенням экзаменаційної сесії – статистично достовірно зменшувався відповідно до 3,68±0,29 стенив ($p(t)_{1-е} < 0,05$) в першому випадку та до 4,09±0,32 стенив ($p(t)_{1-е} > 0,05$) – в другому. І на початку, і наприкінці періоду досліджень статистично-значущих відмінностей не реєструвалось ($p(t)_{д-ю} > 0,05$), проте, якщо в першому випадку більший рівень вираження інтернальних проявів був властивий для дівчат, то в другому – для юнаків (табл.).

У разі здійснення оцінки особливостей змін досліджуваних показників, які властиві для характеристик РСК у галузі досягнень, що визначають особливості розташування локусу суб'єктивного контролю особистості над позитивними за своїми провідними проявами ситуаціями, пов'язаними з успіхом і визнанням, слід було звернути увагу на те, що ступінь вираження їх показників у дівчат за 1 місяць до екзаменаційної сесії становив $5,22 \pm 0,39$ стенів, у юнаків – складав $5,62 \pm 0,28$ стенів, разом з тим, безпосередньо перед проведенням екзаменаційної сесії – зменшувався відповідно до $5,05 \pm 0,28$ стенів ($p(t)_{1-e} > 0,05$) серед перших та до $5,06 \pm 0,29$ стенів ($p(t)_{1-e} > 0,05$) – серед других, тим самим засвідчуючи зменшення рівня вираження значно більш позитивних та вагомих з прогностичної точки зору інтервальних проявів. Яких-небудь статистично-значущих відмінностей між представниками різних статевоїх груп не спостерігалось ($p(t)_{д-ю} > 0,05$), проте, не можна було не звернути увагу на те, що більш високий ступінь вираження інтервальних проявів спостерігався серед юнаків.

Під час визначення особливостей процесів формування провідних характеристик ступеня вираження РСК у галузі невдач, які визначають особливості стану суб'єктивного контролю особистості над негативними за своїми провідними проявами ситуаціями, які пов'язані з появою проблемних ситуацій у житті та певними "поразками" в ході їх вирішення, виявлено, що рівень їх показників у дівчат за 1 місяць до екзаменаційної сесії складав $4,60 \pm 0,29$ стенів, у юнаків – становив $4,46 \pm 0,35$ стенів, водночас, безпосередньо перед проведенням екзаменаційної сесії – зменшувався відповідно до $4,34 \pm 0,29$ стенів ($p(t)_{1-e} > 0,05$) в першому випадку та до $4,12 \pm 0,31$ стенів ($p(t)_{1-e} > 0,05$) – в другому (табл.). І на початку, і наприкінці періоду досліджень статистично-значущих відмінностей не реєструвалось ($p(t)_{д-ю} > 0,05$), причому більшій рівень вираження інтервальних проявів був властивий для дівчат.

У разі здійснення оцінки особливостей змін досліджуваних показників, які були властиві для характеристик РСК у галузі сімейних відносин, котрі визначають особливості намагання досліджуваних осіб відзначити або особисту відповідальність за їх перебіг, або переносити відповідальність на батьків та інших людей, які перебувають у родинних стосунках, слід було звернути увагу на те, що ступінь вираження їх показників у дівчат за 1 місяць до екзаменаційної сесії становив $5,45 \pm 0,31$ стенів, у юнаків – складав $5,50 \pm 0,36$ стенів, разом з тим, безпосередньо перед проведенням екзаменаційної сесії – зменшувався відповідно до $5,08 \pm 0,25$ стенів ($p(t)_{1-e} > 0,05$) серед перших та до $5,03 \pm 0,32$ стенів ($p(t)_{1-e} > 0,05$) – серед других, тим самим, як і в цілому ряді попередніх випадків, засвідчуючи зменшення рівня вираження значно більш позитивних інтервальних проявів. І на початку, і наприкінці періоду досліджень статистично-значущих відмінностей не реєструвалось ($p(t)_{д-ю} > 0,05$), проте, якщо в першому випадку більшій рівень вираження інтервальних проявів був властивий для юнаків, то в другому – для

дівчат, хоч і відмінності з боку досліджуваних показників були зовсім незначними.

Зовсім інша картина спостерігалась під час визначення характеристик, що визначали рівень РСК у галузі навчальних (професійно-обумовлених) відносин та виявляли особливості мотиваційних установок до успішного виконання навчальної в теперішній час та професійної у майбутньому діяльності, і, зокрема, більшу значущість власних дій та власної відповідальності за кінцевий результат навчання або більшу значущість впливу зовнішніх обставин, діяльності викладацького складу або просто фактору везіння, слід було відзначити, що рівень їх показників у дівчат за 1 місяць до екзаменаційної сесії складав $4,77 \pm 0,26$ стенів, у юнаків – становив $4,95 \pm 0,26$ стенів, водночас, безпосередньо перед проведенням екзаменаційної сесії – статистично достовірно зменшувався відповідно до $3,65 \pm 0,26$ стенів ($p(t)_{1-e} < 0,05$) в першому випадку та до $3,71 \pm 0,28$ стенів ($p(t)_{1-e} < 0,05$) – в другому. І на початку, і наприкінці періоду досліджень статистично-значущих відмінностей не реєструвалось ($p(t)_{д-ю} > 0,05$), проте, якщо в першому випадку більшій рівень вираження інтервальних проявів був властивий для дівчат, то в другому – для юнаків.

Оцінюючи особливості ступеня вираження показників, властивих для РСК у галузі міжособистісних відносин, що визначають здатність студентської молоді до ефективного контролювання як формальних, так і неформальних відносин зі своїми ровесниками, необхідно підкреслити, що ступінь їх вираження у дівчат за 1 місяць до екзаменаційної сесії становив $5,77 \pm 0,26$ стенів, у юнаків – складав $5,31 \pm 0,25$ стенів, разом з тим, безпосередньо перед проведенням екзаменаційної сесії – зменшувався відповідно до $5,34 \pm 0,26$ стенів ($p(t)_{1-e} > 0,05$) серед перших та до $5,21 \pm 0,21$ стенів ($p(t)_{1-e} > 0,05$) – серед других. Яких-небудь статистично-значущих відмінностей і на початку, і наприкінці періоду досліджень не реєструвалось ($p(t)_{д-ю} > 0,05$), причому більш високий рівень вираження інтервальних проявів був властивий для дівчат.

В ході визначення показників РСК у галузі відношення студентства до здоров'я і хвороби, що надають вельми важливу можливість виявити особливості розташування локусу суб'єктивного контролю у площині або переважного усвідомлення своєї відповідальності за власне здоров'я, або впевненості в тому, що його провідні прояви цілком однозначно обумовлені діями лікарів та впливом ситуацій, які мають місце, слід було відзначити, що рівень її показників у дівчат за 1 місяць до екзаменаційної сесії складав $5,77 \pm 0,30$ стенів, у юнаків – становив $5,81 \pm 0,31$ стенів, водночас, безпосередньо перед проведенням екзаменаційної сесії – статистично достовірно зменшувався відповідно до $5,34 \pm 0,31$ стенів ($p(t)_{1-e} < 0,05$) в першому випадку та до $5,34 \pm 0,30$ стенів ($p(t)_{1-e} < 0,05$) – в другому. І на початку, і наприкінці періоду досліджень статистично-значущих відмінностей не реєструвалось ($p(t)_{д-ю} > 0,05$), до того ж показники, властиві для дівчат і юнаків, майже не відрізнялись за своїми величинами.

Висновки

1. Одержані результати засвідчують наявність достатньо стабільної картини змін з боку провідних психофізіологічних корелят рівня суб'єктивного контролю сучасної студентської молоді протягом передекзаменаційного та экзаменаційного періодів навчання у вищих медичних навчальних закладах.

2. Як переважну тенденцію щодо зрушень з боку провідних корелят рівня суб'єктивного контролю слід відзначити поступове зростання впродовж передекзаменаційного і экзаменаційного періодів навчання рівня вираження негативних з прогностичної точки зору екстернальних особистісних проявів і, отже, збільшення частки студентів, яких відрізняє сприйняття подій, що відбуваються, як результат впливу численних зовнішніх чинників або збігу обставин, на тлі зменшення частки осіб, яких характе-

ризувало сприйняття зазначених подій як закономірного результату здійснення власної діяльності.

3. Найбільш суттєві несприятливі за характером зміни властиві для показників рівня суб'єктивного контролю у галузі навчальних (професійно-обумовлених) відносин (дівчата і юнаки) та загальної інтернальності (передусім, дівчата).

Перспективи подальших досліджень пов'язані з урахуванням виявлених психофізіологічних особливостей змін показників рівня суб'єктивного контролю сучасної студентської молоді, що перебуває в умовах передекзаменаційного і экзаменаційного стресу, в ході розроблення профілактичних заходів та обґрунтування сучасних здоров'язберігаючих технологій як суттєвого чинника формування здорового способу життя та покращання перебігу процесів професійної адаптації, що відбуваються.

Література

1. Pol'ka N.S. Aktual'ni problemy psyhogigijeny ditej i pidlitkiv: shljahy ta perspektyvy i'h vyrishennja (ogljad literatury i vlasnyh doslidzhen') / N.S. Pol'ka, I.V. Serheta // Zhurnal NAMN Ukraïny. – 2012. – Т. 18, № 2. – С. 223-236.
2. Rajgorodskij D.Ja. Prakticheskaja psihodiagnostika. Metodiki i testy / D.Ja. Rajgorodskij. – Samara: "BAHRAH-M", 2011. – 667 s.
3. Serheta I.V. Donozologichni zrushennja u stani psyhichnogo zdorov'ja: suchasni psyhogigijenichni pidhody do tлумachennja, diagnostyky ta ocinky / I.V. Serheta // Naukovyj zhurnal MOZ Ukraïny. – 2013. – № 3 (4). – С. 36-49.
4. Serheta I.V. Shljahy optymizacii' profesijnoi' adaptacii' studentiv do umov navchannja u medychnomu vyshhomu navchal'nomu zakladi ta i'h prognostychna znachushhist' / I.V. Serheta, L.I. Grygorchuk, O.P. Molchanova // Dovkillja ta zdorov'ja. – 2002. – № 4 (23). – С. 57-61.
5. Serdjuk A.M. Psyhogigijena detej i podrostkov, stradajushhij hronicheskimi somaticheskimi zabolevanijami / A.M. Serdjuk, N.S. Pol'ka, I.V. Serheta. – Vinnicja: Nova kniga, 2012. – 336 s.
6. Universytets'ka gigijena u konteksti implementacii' "Zakonu pro vyshhu osvitu": fiziologo-gigijenichni osnovy, realii' ta shljahy rozvytku / I.V. Serheta, O.Y. Panchuk, N.V. Stojan [ta in.] // Dovkillja ta zdorov'ja. – 2016. – № 4 (80). – С. 46-52.
7. Aherne D. Mindfulness based stress reduction for medical students: optimising student satisfaction and engagement / D. Aherne [et al.] // BMC Medical Education. – 2016. – Т. 16, №. 1. – P. 209.
8. Dyrbye L.N. Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among US and Canadian medical students / L.N. Dyrbye, M.R. Thomas, T.D. Shanafelt // Academic Medicine. – 2006. – Т. 81, № 4. – P. 354-373.
9. Kuttler T. Resource-oriented coaching for reduction of examination-related stress in medical students: an exploratory randomized controlled trial / T. Kuttler, F. Niebuhr // Advances in Medical Education and Practice. – 2016. – Т. 7. – P. 497.

УДК 612.821 : 616.895 : 616-057

ПЕРЕДЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ І ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ СТРЕС ТА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗМІН ПОКАЗНИКІВ РІВНЯ СУБ'ЄКТИВНОГО КОНТРОЛЮ СУЧАСНОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Макаров С. Ю.

Резюме. В ході досліджень визначені психофізіологічні особливості змін показників суб'єктивного контролю сучасної студентської молоді в умовах передекзаменаційного і экзаменаційного стресу. Одержані результати засвідчують наявність достатньо стабільної картини змін з боку провідних психофізіологічних корелят рівня суб'єктивного контролю сучасної студентської молоді протягом передекзаменаційного та экзаменаційного періодів навчання у вищих медичних навчальних закладах. Як переважну тенденцію щодо зрушень з боку провідних корелят рівня суб'єктивного контролю слід відзначити поступове зростання у цей час рівня вираження негативних з прогностичної точки зору екстернальних особистісних проявів і, отже, збільшення частки студентів, яких відрізняє сприйняття подій, що відбуваються, як результат впливу численних зовнішніх чинників або збігу обставин, на тлі зменшення частки осіб, яких характеризує сприйняття життєвих подій як закономірного результату здійснення власної діяльності. Виявлено, що найбільш суттєві несприятливі зміни властиві для показників рівня суб'єктивного контролю у галузі навчальних (професійно-обумовлених) відносин та загальної інтернальності.

Ключові слова: студентська молодь, передекзаменаційний і экзаменаційний стрес, рівень суб'єктивного контролю, психофізіологічні особливості.

УДК 612.821 : 616.895 : 616-057

ПРЕДЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ И ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ СТРЕСС И ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ИЗМЕНЕНИЙ ПОКАЗАТЕЛЕЙ УРОВНЯ СУБЪЕКТИВНОГО КОНТРОЛЯ СОВРЕМЕННОЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Макаров С. Ю.

Резюме. В ходе исследований определены психофизиологические особенности изменений показателей субъективного контроля современной студенческой молодежи в условиях предэкзаменационного и экзаменационного стресса. Полученные результаты свидетельствуют о достаточно стабильной картине изменений со стороны ведущих психофизиологических коррелятов уровня субъективного контроля современной студенческой молодежи на протяжении предэкзаменационного и экзаменационного периодов обучения в высших медицинских учебных заведениях. В качестве преобладающих тенденций изменений со стороны его ведущих коррелятов следует отметить постепенное увеличение в этот период степени выраженности негативных с прогностической точки зрения экстерналичных личностных проявлений и, таким образом, увеличение количества студентов, которых отличает восприятие происходящих событий как результат воздействия внешних факторов либо стечения обстоятельств, на фоне уменьшения количества студентов, которых характеризует восприятие жизненных событий как закономерного результата собственной деятельности. Выявлено, что наиболее существенные неблагоприятные изменения характерны для показателей уровня субъективного контроля в области учебных (профессионально-обусловленных) отношений и общей интернальности.

Ключевые слова: студенческая молодежь, предэкзаменационный и экзаменационный стресс, уровень субъективного контроля, психофизиологические особенности.

UDC 612.821 : 616.895 : 616-057

PREEXAMINATION AND EXAMINATION STRESS AND PSYCHOPHYSIOLOGICAL PECULIARITIES OF CHANGES IN INDICATORS OF LEVEL OF SUBJECTIVE CONTROL OF MODERN STUDENT YOUTH

Makarov S. Y.

Abstract. Among the most important stress factors for students, which have influence on the personality formation and criterial indicators of organism's functional condition, one of the main is preexamination and examination stress. Additional circumstances which increase level of stress are the need to quickly demonstrate knowledge and skills and element of randomness in time of getting the task. In this case the level of subjective control have to be considered as important part of stress-induced behavior.

Aim. The aim of the study is to reveal psychophysiological peculiarities of changes in indicators of level of subjective control of modern students in case of preexamination and examination stress.

Object and methods. The research was conducted among 3rd year students of medical faculty of National Pirogov Memorial Medical University 1 month prior to exams and strictly before exams. Overall 67 students were observed – 35 girls and 32 youths.

To determine the major psychophysiological correlate of subjective control of medical students we used Rotter questionnaire.

For statistical analysis of the data we used application package for multivariate statistical analysis "Statistica 6.1 for Windows" (owned by National Pirogov Memorial Medical University, license № AXX910A374605FA).

Results and conclusion. During the study psychophysiological peculiarities of changes in indicators of level of subjective control of modern students in case of preexamination and examination stress were revealed.

Collected data have discovered quite stable changes of the main psychophysiological correlate of subjective control of modern students in situation of preexamination and examination stress.

The most important tendency in changes of the main psychophysiological correlate of subjective control is the gradual growth of level of prognostically negative external personal features during the preexamination and examination periods of study, and so increase of number of students who perceive events in those lives as a result of combination of random circumstances and decrease of number of students who perceive events in those lives as a result of their own activity. It was discovered, that the most prominent adverse changes are characteristic for indicators of subjective control are in a field of educational relations and general internality.

Prospects for further research are related to the psychophysiological peculiarities of changes in the indicators of the level of subjective control of modern student youth in conditions of preexamination and examination stress during the development of preventive measures and scientifically grounded modern health-saving technologies as a significant factor in the formation of a healthy lifestyle and improvement of processes of professional adaptation.

Keywords: student youth, preexamination and examination stress, level of subjective control, psychophysiological peculiarities.

*Рецензент — проф. Міщенко І. В.
Стаття надійшла 05.06.2017 року*