

ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ЦЕНТР ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я МОЗ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ НАУК ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ
АКАДЕМІЯ НАУК ВИЩОЇ ШКОЛИ УКРАЇНИ
БАТУМСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ШОТА РУСТАВЕЛІ (ГРУЗІЯ)
РИЗЬКИЙ ПІВНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ (ЛАТВІЯ)
БАЛТІЙСЬКА МІЖНАРОДНА АКАДЕМІЯ (ЛАТВІЯ)
WORLD ASSOCIATION FOR POSITIVE AND TRANSCULTURAL PSYCHOTHERAPY
(НІМЕЧЧИНА)
DARE INNOVATIONS (УГОРЩИНА)
КАГУЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОГДАНА ПЕТРИЧЕЙКА
ХАШДЕУ (МОЛДОВА)
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ О.О. БОГОМОЛЬЦЯ
КРЕМЕНЧУЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА ОСТРОГРАДСЬКОГО
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЄВО-МОГИЛЯНСЬКА АКАДЕМІЯ»
ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ІМЕНІ Г. С. КОСТЮКА НАПН УКРАЇНИ
УНІВЕРСИТЕТ КОРОЛЯ ДАНИЛА
ЦЕНТР УКРАЇНСЬКО-ЄВРОПЕЙСЬКОГО НАУКОВОГО СПІВРОБІТНИЦТВА

III МІЖНАРОДНА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ

«СУЧАСНІ НАПРЯМИ ЗМІН В УПРАВЛІННІ ОХОРОНОЮ ЗДОРОВ'Я: МОДЕРНІЗАЦІЯ, ЯКІСТЬ, ПСИХОЛОГІЯ ТА КОМУНІКАЦІЯ»

28 травня 2026 року
м. Одеса, Україна



Львів – Торунь
Liha-Pres
2026

ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ КОНФЕРЕНЦІЇ:

Шнайдер Станіслав Аркадійович – в.о. ректора Одеського національного медичного університету, доктор медичних наук, професор, член-кореспондент НАМН України, заслужений діяч науки і техніки України;
Запорожан Валерій Миколайович – голова Вченої Ради Одеського національного медичного університету, доктор медичних наук, професор, академік НАМН України;
Орабіна Тетяна Миколаївна – заступник генерального директора Центру громадського здоров'я МОЗ України, асистент кафедри менеджменту охорони здоров'я Національного медичного університету імені О.О. Богомольця, PhD;
Марічерета Валерія Геннадіївна – перший проректор Одеського національного медичного університету, голова групи експертів МОЗ за напрямом «Акушерство та гінекологія» – експерт-консультант Міністра охорони здоров'я України, доктор медичних наук, професор, академік НАМН вищої освіти України;
Дідманідзе Ібраїм – керівник Центру мов та інформаційних технологій факультету освіти Батумського державного університету імені Шота Руставелі (Грузія);
Дьяков Роман – президент правління Ризького північного університету, доктор технічних наук, професор, академік (Латвія);
Волков Владислав – ректор Балтійської міжнародної академії, доктор суспільних наук, доцент (Латвія);
Марошвельді Дора – засновниця та генеральна директорка DARE Innovations;
Врабіс Сільвія – кафедра історії та теорії освіти факультету гуманітарних та педагогічних наук Державного університету «Богдан Петричейку Хашідеу», доктор психологічних наук (Молдова);
Бориц Вікторія Ігорівна – професор кафедри менеджменту охорони здоров'я та психології Одеського національного медичного університету, доктор економічних наук, професор;
Наконечний Олександр Григорович – президент Академії наук вищої школи України, доктор фізико-математичних наук, професор, академік Національної академії наук України;
Труніна Ірина Михайлівна – завідувач кафедри менеджменту і маркетингу Кременчуцького національного університету імені Михайла Остроградського, доктор економічних наук, професор;
Векшовець Тетяна Андріївна – професор кафедри менеджменту охорони здоров'я Національного медичного університету імені О. О. Богомольця, директор ННЦ «Бізнес-школа НМУ імені О. О. Богомольця», доктор медичних наук, професор;
Рудінська Олена Володимирівна – завідувач кафедри менеджменту охорони здоров'я та психології Одеського національного медичного університету, кандидат економічних наук, доцент;
Храпкіна Валентина Валентинівна – професор кафедри менеджменту, маркетингу та підприємництва Національного університету «Києво-Могилянська академія», доктор економічних наук, професор;
Бабієнко Володимир Володимирович – завідувач кафедри гігієни, медичної екології та громадського здоров'я Одеського національного медичного університету, доктор медичних наук, професор;
Опря Євген Васильович – завідувач кафедри психіатрії, наркології, медичної психології та психотерапії Одеського національного медичного університету, доктор медичних наук, професор;
Литвиненко Ольга Дмитрівна – професор кафедри менеджменту охорони здоров'я та психології Одеського національного медичного університету, доктор психологічних наук, професор;
Сердюк Людмила Захарівна – головний науковий співробітник лабораторії психології особистості імені П. Р. Чамати Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, доктор психологічних наук, професор;
Халік Олена Олександрівна – завідувач кафедри психології Університету Короля Данила, кандидат психологічних наук, доцент;
Кусик Наталія Львівна – начальник навчально-методичного відділу, доцент кафедри менеджменту охорони здоров'я та психології Одеського національного медичного університету, кандидат економічних наук, доцент.

С 91 **Сучасні напрями змін в управлінні охороною здоров'я: модернізація, якість, психологія та комунікація:** Міжнародна наукова конференція. За заг. ред. проф. В. Г. Марічерета, 28 травня 2026 року, м. Одеса. Львів – Торунь : Liha-Pres, 2026. 452 с.
ISBN 978-966-397-640-2

До збірника матеріалів конференції увійшли тези доповідей, які стали предметом обговорення учасників Міжнародної наукової конференції «Сучасні напрями змін в управлінні охороною здоров'я: модернізація, якість, комунікація» у м. Одесі 31 травня 2024 року у Одеському національному медичному університеті.

Збірник зібраний науковими фахівцями Одеського національного медичного університету і розрахований на наукових та науково-педагогічних працівників, здобувачів вищої освіти.

УДК 351.77-048.35(062.552)

© Одеський національний медичний університет, 2026
ISBN 978-966-397-640-2
© Українсько-польське наукове видавництво
«Liha-Pres», 2026

Підходи до активізації пізнавальної діяльності в майбутніх бакалаврів терапії та реабілітації при викладанні медичної біології	
Погоріла Ірина Олегівна, Романенко Олександр Вікторович	378
Психологічні чинники впливу соціального середовища на самовизначення підлітків в умовах війни	
Синиця Наталя Валеріївна, Цибух Людмила Миколаївна	381
5-компонентна модель оптимізації системи психологічної допомоги та реабілітації представників сектору безпеки та оборони у відомчих медичних закладах	
Соколова Анна Сергіївна.....	385
Стресостійкість фахівців допомагаючих професій: ресурсний, особистісний та системний виміри	
Терещенко Ольга Олегівна, Мешко Тетяна Богданівна	389
Вплив соціальних мереж на самооцінку та емоційний стан підлітків	
Терещенко Ольга Олегівна, Підмогильна Альона Вікторівна	393
Психологічні чинники формування емоційного інтелекту у дітей засобами казкотерапії	
Терещенко Ольга Олегівна, Чуяс Влада Олександрівна.....	396
Алостатичне перевантаження як чинник розвитку психосоматичних симптомів в умовах хронічного стресу	
Терещенко Ольга Олегівна.....	400
Психологічні механізми саморегуляції у формуванні усвідомленого ставлення до тіла та екологічно відповідальної поведінки	
Цибух Людмила Миколаївна, Бусел Світлана Валентинівна, Дибіна Оксана Володимирівна	402
Психологічні особливості переживання екзистенційної кризи в умовах тривалої невизначеності	
Цибух Людмила Миколаївна, Цибух Анастасія Сергіївна.....	407
Копінг-стратегії як чинник розвитку емоційного вигорання у молодих матерів	
Цибух Людмила Миколаївна, Ширикалова Оксана Ігорівна	410
Профілактика психологічного конфлікту в колективах закладів охорони здоров'я в умовах повномасштабного вторгнення	
Янікова Олена Геннадіївна, Цибух Людмила Миколаївна.....	413
Вплив музикотерапії на рівень тривожності та емоційної напруги у підлітків	
Яременко Наталія Григорівна, Цибух Людмила Миколаївна.....	416

**СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ФАХІВЦІВ ДОПОМАГАЮЧИХ
ПРОФЕСІЙ: РЕСУРСНИЙ, ОСОБИСТІСНИЙ
ТА СИСТЕМНИЙ ВИМІРИ**

Терещенко Ольга Олегівна

*асистент кафедри менеджменту охорони здоров'я та психології
Одеський національний медичний університет
м. Одеса, Україна*

Мешко Тетяна Богданівна

*здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти
Одеський національний медичний університет
м. Одеса, Україна*

Фахівці допомагаючих професій – медики, психологи, соціальні працівники, педагоги – щоденно функціонують в умовах хронічного професійного навантаження, яке поєднує інтенсивний міжособистісний контакт, постійну емоційну залученість і підвищену відповідальність за благополуччя інших.

Така специфіка діяльності суттєво підвищує ризик розвитку емоційного вигорання, стресу, вікарної травми та втоми від співчуття, яка може виникати раптово, на відміну від вигорання. У розгорнутій перспективі зазначені стани можуть призводити до професійної деформації. В умовах воєнного стану в Україні ці ризики набувають особливої гостроти: фахівці допомагаючих професій стикаються одночасно з особистими наслідками травматичного досвіду та зростаючим попитом на їхні послуги, що ще більше виснажує адаптаційні ресурси. Водночас питання про те, які психологічні ресурси і чинники визначають здатність фахівця зберігати ефективність і психологічне здоров'я, залишається дискусійним і потребує систематизації на теоретичному рівні.

У сучасному науковому дискурсі стресостійкість розглядається як багатовимірний конструкт, що не зводиться до однієї риси чи здатності. Узагальнення наявних підходів – ресурсного, системного та особистісного – дозволяє розглядати стресостійкість як складне, багаторівневе утворення, що поєднує властивості особистості, процеси саморегуляції, адаптаційні механізми та поведінкові стратегії подолання, забезпечуючи збереження психофізичної рівноваги та ефективність діяльності в умовах стресу [3, с. 42]. Лише інтеграція цих

підходів уможливорює повноцінний опис феномену: ресурсний підхід описує динаміку засобів подолання, системний – взаємодію особистості з середовищем, особистісний – стабільні диспозиції суб'єкта.

Ресурсний підхід базується на теорії збереження ресурсів (Conservation of Resources, COR) С. Хобфолла як провідній теоретичній моделі стресостійкості: стрес виникає в ситуаціях реальної або загрозованої втрати значущих ресурсів або за відсутності їх приросту після суттєвих інвестицій [6, с. 103]. У межах цього підходу стресостійкість трактується як інтегральна, динамічна властивість особистості, рівень якої безпосередньо залежить від наявності ресурсів: їх накопичення підвищує стійкість, тоді як дефіцит – знижує. Психологічні ресурси особистості складають взаємопов'язану систему внутрішніх і зовнішніх компонентів. Внутрішні ресурси охоплюють когнітивні (гнучкість мислення, рефлексія, когнітивна переоцінка), емоційні (емоційний інтелект, саморегуляція) та ціннісно-сміслові складники (осмисленість, мотивація, відповідальність). Зовнішні ресурси включають соціальну підтримку – з боку колег, керівництва та близьких – а також умови праці [2, с. 23].

Системний підхід розглядає стресостійкість не як ізольовану рису, а як інтегративну характеристику взаємодії особистості з середовищем – систему, яка постійно перебудовується для досягнення нового рівня стабільності. Серед сучасних представників цього напрямку – О. Когут, яка визначає стресостійкість як цілісну властивість особистості, що включає взаємопов'язані психофізіологічні, емоційно-комунікативні, когнітивні та ціннісно-вольові компоненти [3, с. 44], та О. Сорока, яка операціоналізує її через структурні компоненти, стан кожного з них, їхню взаємодію та динаміку усвідомленої адаптації [4, с. 131]. Водночас системний підхід акцентує, що стресостійкість формується під впливом генетично зумовлених особливостей і соціальних умов, тобто є результатом розвитку, а не лише природженою рисою.

Особистісний підхід до стресостійкості зосереджується на відносно стабільних індивідуальних характеристиках, що визначають вразливість або стійкість до стресу. Серед ключових представників цього напрямку – Т. Циганчук, яка трактує стресостійкість як характеристику, що регулює структуру особистості через механізми самоконтролю, саморегуляції та емоційної стійкості, та Г. Дубчак, яка розрізняє мікроаналітичний рівень (стресостійкість як індивідуальна риса) і макроаналітичний (як стиль поведінки, зумовлений темпераментальними механізмами) [3, с. 43]. У контексті воєнного стану дослідниця О. Чиханцова підкреслює значущість внутрішнього локусу контролю, раціональності та гнучкості мислення: резильєнтні особистості не занурюються в катастрофізацію, а шукають конкретні рішення та способи адаптації [5, с. 146].

Поєднання ресурсного, особистісного та системного підходів утворює теоретичне підґрунтя для багаторівневого аналізу чинників стресостійкості фахівців допомагаючих професій. Модель вимог та ресурсів роботи (JD-R) уточнює механізм: хронічний стрес виникає тоді, коли інтенсивність вимог-перешкод перевищує адаптаційні можливості індивіда, а наявні ресурси є недостатніми для компенсації енерговитрат [8, с. 1]. Відповідно, чинники стресостійкості систематизуються на трьох рівнях: індивідуальному, організаційному та міжособистісному.

На індивідуальному рівні стресостійкість підтримують: особистісні ресурси (оптимізм, почуття покликання, сенс роботи), розвинений емоційний інтелект, адаптивні копінг-стратегії (орієнтація на вирішення проблем, позитивне переосмислення, пошук підтримки), практики майндфулнесу та навички саморегуляції [1, с. 1573]. Натомість знижують стресостійкість: низька самооцінка, песимізм, відсутність навчання саморегуляції та схильність до пригнічення емоцій.

На організаційному рівні захисними чинниками є: чіткий розподіл ролей, автономія у виконанні обов'язків, адекватне навантаження, доступ до програм психологічної допомоги та можливості для професійного розвитку. Особливо значущою є службова супервізія, яка демонструє найсильніший захисний ефект щодо ризику емоційного вигорання у фахівців, що працюють із кризовими клієнтами [7, с. 2]. Ризик вигорання підвищують надмірна бюрократія, конфлікт ролей та дефіцит ресурсів.

На міжособистісному рівні ключовим буфером виступає соціальна підтримка – з боку колег, керівництва та родини. Відчуття допомоги й розуміння знижує ймовірність вигорання та сприяє відновленню після стресових епізодів [9, с. 1].

Стресостійкість фахівців допомагаючих професій є складним, динамічним утворенням, яке не може бути зведене до однієї особистісної риси чи ресурсу. Теоретичний аналіз засвідчує, що ефективна підтримка стресостійкості вимагає інтеграції ресурсного, системного та особистісного підходів. Ресурсний підхід фокусує увагу на динаміці накопичення та витрати внутрішніх і зовнішніх ресурсів; системний – на умовах середовища та їх взаємодії з індивідуальними характеристиками фахівця; особистісний – на стабільних рисах і ціннісно-смыслових детермінантах адаптації. Лише комплексний вплив на всіх трьох рівнях – індивідуальному, організаційному та міжособистісному – здатний забезпечити збереження психологічного здоров'я та професійну ефективність фахівців, які несуть на собі значне суспільне навантаження, особливо в умовах тривалого воєнного конфлікту.

Література:

1. Гоян І. М., Цибуліна І. В., Кочерга Є. В., Базика Є. Л. Проблема стресостійкості фахівців допомагаючих професій як чинника професійного самозбереження. *Наукові перспективи*. 2025. № 4(58). С. 1570–1578. DOI: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-4\(58\)-1570-1578](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-4(58)-1570-1578)
2. Даценко О. А. Психологічний ресурс особистості як наукова парадигма. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2020. Т. 31 (70), № 4. С. 22–27. DOI: <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2020.4/03>
3. Когут О. О. Психологія стресостійкості особистості : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07. Переяслав, 2021. 535 с.
4. Сорока О. М. Від системно–рівневої організації стресостійкості фахівця морського транспорту до структурно–функціональної моделі її розвитку. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2022. Вип. 4. С. 131–138. DOI: <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2022.4.19>
5. Чиханцова О. А. Резильєнтність як особистісний ресурс українців в умовах воєнного стану. *Журнал сучасної психології*. 2025. № 2 (37). С. 146–152. DOI <https://doi.org/10.26661/2786-7471/2025-2-16>
6. Hobfoll S. E., Halbesleben J., Neveu J.–P., Westman M. Conservation of Resources in the Organizational Context: The Reality of Resources and Their Consequences. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*. 2018. Vol. 5. P. 103–128. DOI: 10.1146/annurev-orgpsych-032117-104640.
7. Iosim I., Runcan P., Dan V., Nadolu B., Runcan R., Petrescu M. The Role of Supervision in Preventing Burnout among Professionals Working with People in Difficulty. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022. Vol. 19, No. 1. Art. 160. DOI: 10.3390/ijerph19010160.
8. Junker T. L., Bakker A. B., Derks D., Pletzer J. L. Work Engagement in Agile Teams: Extending Multilevel JD-R Theory. *Journal of Organizational Behavior*. 2025. DOI: 10.1002/job.2860.
9. Shahwan S., Tay E. H., Shafie S., Tan Y. B., Gunasekaran S., Tan R. H. S., Satghare P., Zhang Y., Wang P., Tan S. C., Subramaniam M. The protective role of resilience and social support against burnout during the COVID–19 pandemic. *Frontiers in Public Health*. 2024. Vol. 12. Art. 1374484. DOI: 10.3389/fpubh.2024.1374484.