

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*

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

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА САМООЦІНКУ ТА ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ПІДЛІТКІВ

Терещенко Ольга Олегівна

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

Підмогильна Альона Вікторівна

*здобувач вищої освіти
Одеський національний медичний університет
м. Одеса, Україна*

У сучасних умовах глобальної цифровізації соціальні мережі перетворилися з інструменту комунікації на ключове середовище онтогенетичного розвитку підлітків. Особливої актуальності набуває проблема трансформації самооцінки та емоційного стану під впливом віртуального простору, що створює нові виклики для ментального здоров'я молоді в умовах соціальної нестабільності. Підлітковий вік є сенситивним періодом для становлення самооцінки, у межах якого відбувається перехід від дитячих нормативних орієнтирів до дорослих моделей поведінки, а також активний процес формування ідентичності. Водночас у сучасному цифровому середовищі самооцінка у підлітковому віці може розглядатися як динамічна система, формування якої значною мірою залежить від реакцій, оцінок і схвалення в соціальних мережах [5, с. 5].

Теоретичний аналіз проблеми дозволяє виокремити кілька ключових підходів до пояснення впливу соціальних мереж на психіку підлітків. Зокрема, у межах теорії соціального порівняння Л. Фестінгера підкреслюється, як підліток використовує оточуючих для оцінки власних здібностей. Модель інтерналізації соціокультурних стандартів (Т. Фардулі, Е. Томпсон) пояснює, що підлітки схильні до внутрішнього привласнення соціокультурних стандартів зовнішності. У підлітковому віці, коли тіло зазнає бурхливих змін, виникає гостра сенситивність до будь-якої невідповідності еталонам привабливості. З позиції концепції «уявної аудиторії» Д. Елкінда самооцінка створює фундамент для свідомого саморозвитку, з іншого – породжує специфічне когнітивне викривлення, відоме як феномен «уявної аудиторії». У вітчизняній психології (Г. Костюк, С. Максименко, І. Бех) розвиток самосвідомості

підлітка розглядається як процес саморегуляції на основі внутрішніх ресурсів. [2, с. 1011–1017].

Таким чином, психологічні особливості підліткової самооцінки в умовах цифрового середовища характеризуються лабільністю, яка проявляється у різких коливаннях між переживанням власної винятковості та відчуттям повної неспроможності; поляризованістю оцінок і схильністю до дихотомічного мислення та катастрофізації негативного досвіду; орієнтацією на зовнішнє підкріплення, за якої уявлення про власну цінність значною мірою залежать від соціального статусу в групі та кількісних показників схвалення у цифровому просторі, зокрема лайків і коментарів.

Результати теоретичного аналізу свідчать, що підліткова самооцінка в мережі функціонує як відкрита система, позбавлена автономії. Одним з ключових чинників негативного впливу на самосприйняття підлітків виступає цифрова адикція, що зумовлюється нейropsychологічною вразливістю – дисбалансом між гіперактивною лімбічною системою та незрілістю префронтальної кори. Серед провідних компонентів адиктивного впливу виділяють витіснення віртуальним життям реальних інтересів, візуальну об'єктивація, коли відбувається розрив між схваленим «Я-віртуальним» та реальним образом та втрату вольового контролю внаслідок «алгоритмічного поглинання». Емпірично доведено, що підлітки з високим рівнем алгоритмічного поглинання демонструватимуть значущо вищі показники соціальної тривожності, зумовленої дією «уявної аудиторії». Дефіцит віртуального схвалення активує механізм «соціального болю», що ідентифікується мозком аналогічно до фізичної травми та корелює з низькою самоповагою [6, с. 1355–1360].

Серед деструктивних чинників цифрового середовища, що деформують самосприйняття підлітків, також виділяють: синдром FOMO (нав'язливий страх соціальної ізоляції); кіберостракізм, що активує механізм соціального болю аналогічно до фізичної травми; та ілюзія норми, яка через механізм висхідного порівняння призводить до девальвації власного досвіду. Окрему загрозу становить дисморфобія, спровокована ШІ-маніпуляціями з образом тіла, та ефект дисоціації при алгоритмічному поглинанні контенту, що виснажує когнітивні ресурси саморегуляції. Виявлено, що використання цифрових фільтрів та ретуші (вектор Instagram) корелює з ризиками розвитку дисморфобії, особливо у дівчат-підлітків, які демонструють вищу емоційну вразливість до маніпуляцій. [6, с. 143–146].

Серед чинників, які здійснюють позитивний вплив виділяються: соціально-психологічні чинники та роль автономії-сепарації підлітка, наявність групи однолітків та формування відчуття «Ми», розвиток

рефлексії – здатності критично осмислювати власні стани та відокремлювати «Я-реальне» від «Я-віртуального, наявність професійної ідентичності, практика Digital Detox, зміцнення внутрішніх критеріїв самооцінювання та формування реальних сфер досягнень поза віртуальним простором, свідоме медіаспоживання та розвиток критичного мислення. [1, с. 28–36].

Узагальнення результатів підтверджує, що цифрове середовище є значущим чинником трансформації підліткової самооцінки та емоційного стану. Орієнтація на зовнішнє схвалення, постійне соціальне порівняння та залежність від реакцій у соціальних мережах підвищують емоційну вразливість підлітків, сприяють нестабільності самооцінки та посиленню проявів соціальної тривожності. Це визначає необхідність впровадження програм медіагігієни та зміцнення суб'єктності для стабілізації психічного здоров'я особистості в цифрову еру [3, с. 4–44].

Література:

1. Березовська Л. І. Вплив соціальних мереж на психологічне благополуччя особистості. *Питання психології*. 2020. № 2 (55). С. 28–36. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2020-55-2-28-36>

2. Бобилева Я. В., Сорока Д. Г. Психологічні аспекти формування самооцінки особистості під впливом соціальних мереж. *Перспективи та інновації науки. Серія: Психологія*. 2024. № 12. С. 1009–1017 DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-12\(46\)-1009-1017](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-12(46)-1009-1017).

3. Єременко О. Збірник наукових праць. 2016. Вип. VI. <https://elibrary.kdpu.edu.ua/bitstream/123456789/6121/1/%D0%90%D0%B A%D1%82%D1%83%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%96%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BC%D0%B8%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%97%206.pdf>

4. Калінчук Л. О. Вплив соціальних мереж на ментальне здоров'я підлітків: виклики та перспективи. *Перспективи та інновації науки. Серія: Психологія*. 2025. № 6. С. 1353–1362. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-6\(52\)-1353-1362](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-6(52)-1353-1362)

5. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості : монографія. К. : ТОВ «КММ», 2006. 240 с. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734643/1/%D0%93%D0%B5%D0%BD%D0%B5%D0%B7%D0%B0%20%D0%B7%D0%B4%D1%96%D0%B9%D1%81%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96%20%28%D1%83%D0%BA%D1%80.%D0%B2%D0%B0%D1%80.%2C%20%D0%BC%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D1%96%D1%8F%2C%20%D0%9C%D0%B0%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%BC>

%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%A1.%D0%94.%202006%D1%80.%29%20%281%29.pdf

6. Нечиталюк М. О. Соціально-психологічні чинники впливу соціальних мереж на психіку підлітків. Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку : матеріали Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. (15 листопада 2024 р.). Переяслав, 2024. Вип. 102. С. 143–146.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-640-2-108>

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ЗАСОБАМИ КАЗКОТЕРАПІЇ

Терещенко Ольга Олегівна

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

Чуяс Влада Олександрівна

*здобувач вищої освіти
Одеський національний медичний університет
м. Одеса, Україна*

Емоційний інтелект у дошкільному віці є важливою умовою гармонійного розвитку дитини. Він охоплює здатність розпізнавати власні емоції, розуміти переживання інших людей, називати емоційні стани, співпереживати, регулювати поведінку та знаходити прийнятні способи вираження почуттів. К. Борисенко та С. Бадер підкреслюють, що розвиток емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку пов'язаний із формуванням емоційної обізнаності, емпатії, здатності до саморегуляції та розуміння соціальних ситуацій [1, с. 49]. Н. Волік розглядає емоційний інтелект дошкільника як інтегровану якість, що формується у взаємодії з дорослими, однолітками, освітнім середовищем і спеціально організованими розвивальними впливами [2, с. 32].

У дошкільному віці дитина ще опановує мову емоцій. Вона часто переживає сильні почуття, але потребує допомоги дорослого для їх називання, пояснення й регуляції. І. Грицюк та С. Мілішук зазначають, що діти старшого дошкільного віку краще розпізнають базові емоції з яскравими зовнішніми проявами, однак складніше пояснюють причини