

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

6. Харченко Н. В. Казка як метод впливу на емоційну сферу дошкільників. *Психологічний журнал*. 2021. (6), 68–73. DOI: <https://doi.org/10.31499/2617-2100.6.2021.229297>

7. Хаустова А. В. Розвиток емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами казки. *Наукові записки: зб. матеріалів наук.-практ. конф. викладачів і студентів*. Серія «Мистецтво». Вінниця : Планер, 2018. С. 199–203.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-640-2-109>

АЛОСТАТИЧНЕ ПЕРЕВАНТАЖЕННЯ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ПСИХОСОМАТИЧНИХ СИМПТОМІВ В УМОВАХ ХРОНІЧНОГО СТРЕСУ

Терещенко Ольга Олегівна

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

У сучасних соціальних умовах, що характеризуються тривалими стресогенними впливами, невизначеністю та підвищеним психоемоційним навантаженням, зростає поширеність психосоматичних симптомів і захворювань. Значна частина клінічних проявів не може бути пояснена виключно біомедичними чинниками, що зумовлює необхідність використання інтегративних концепцій, які поєднують психологічні, фізіологічні та соціальні аспекти функціонування людини [2, с. 12].

Однією з таких концепцій є концепція алостазу, яка пояснює взаємозв'язок між емоційним напруженням, поведінковими реакціями та фізіологічними змінами, що накопичуються в організмі у процесі тривалого впливу стресових факторів і забезпечують механізм переходу психологічного дистресу до соматичних порушень [5, с. 880]. Алостатичне перевантаження – це стан, у якому вимоги середовища та хронічний стрес перевищують адаптаційні ресурси організму.

Механізм розвитку алостатичного перевантаження пов'язаний з тривалою активацією систем стресу. За тривалого перевищення адаптаційних ресурсів організму активація систем стресу (гіпоталамо-гіпофізарно-наднирникової осі, автономної нервової, імунної та метаболічної систем) спричиняє накопичення фізіологічного навантаження та поступове зниження здатності організму підтримувати внутрішню рівновагу. У цих умовах адаптаційні механізми, що спочатку забезпечують стабільність, починають сприяти розвитку патологічних змін, що описується як процес «зношування» організму внаслідок

тривалого стресового впливу [1, с. 11]. Підвищене алостатичне навантаження, спричинене хронічним стресом також пов'язане зі структурними та функціональними змінами головного мозку, які можуть виступати біологічною основою розвитку психічних і психосоматичних розладів [4, с. 2].

До розвитку алостатичного перевантаження може призвести вплив частих стресорів та повторюваного фізіологічного збудження, відсутність адаптації до повторюваних стресорів, нездатність припинити стресову реакцію після завершення дії стресора, а також недостатня алостатична відповідь для ефективного подолання стресових впливів [3, с. 12]. Згідно діагностичних критеріїв психосоматичних досліджень (DCPR-R) клініметричними критеріями алостатичного перевантаження є наявність ідентифікованих життєвих подій або хронічного стресу, що перевищує можливості подолання, порушення фізичного самопочуття, соціального функціонування та взаємодії із зовнішнім світом [2, с. 3].

Алостатичне перевантаження пов'язане з розвитком широкого спектра психосоматичних симптомів, зокрема хронічного болю, порушень функціонування шлунково-кишкового тракту, серцево-судинних розладів, порушень сну, підвищеної втомлюваності та інших соматичних скарг. Часто такі симптоми мають функціональний характер і посилюються під впливом емоційного напруження або психосоціальних труднощів. У клінічній практиці вони нерідко супроводжуються тривогою, депресією, соматизацією та зниженням якості життя [3, с. 15].

Ефективне подолання алостатичного перевантаження передбачає комплексні втручання, спрямовані на відновлення адаптаційних ресурсів особистості, зниження рівня стресу та формування навичок емоційної регуляції. Такі втручання включають психотерапевтичні методи, розвиток стратегій подолання, зміни способу життя, підтримка соціальних ресурсів і формування здорових поведінкових патернів [2, с. 13; 1, с. 17; 5, с. 893; 3, с. 15].

Алостатичне перевантаження є важливим теоретичним і клінічним конструктом, який пояснює механізми взаємозв'язку між хронічним стресом і психосоматичними проявами. Воно виступає своєрідним містком між психологічними переживаннями та тілесними реакціями, забезпечуючи розуміння переходу від емоційного напруження до соматичних симптомів. Розуміння концепції алостатичного перевантаження у психологічних дослідженнях і психотерапевтичній практиці сприяє більш глибокому розумінню природи психосоматичних розладів і розробці ефективних стратегій допомоги, спрямованих на підтримання психологічного та фізичного благополуччя людини.

Література:

1. Bobba-Alves, N., Juster, R. P., Picard, M. The energetic cost of allostasis and allostatic load. *Psychoneuroendocrinology*. 2022. 146. P. 105951. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2022.105951>

2. Fava, G. A., Cosci, F., Sonino, N. Current Psychosomatic Practice. *Psychotherapy and psychosomatics*. 2017. 86(1). P. 13–30. <https://doi.org/10.1159/000448856>

3. Guidi, J., Lucente, M., Sonino, N., Fava, G. A. Allostatic Load and Its Impact on Health: A Systematic Review. *Psychotherapy and psychosomatics*. 2021. 90(1). P. 11–27. <https://doi.org/10.1159/000510696>

4. Lenart-Bugla, M., Szcześniak, D., Bugla, B., Kowalski, K., Niwa, S., Rymaszewska, J., Misiak, B. The association between allostatic load and brain: A systematic review. *Psychoneuroendocrinology*. 2022. 145. P. 105917. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2022.105917>

5. McEwen B. S. Physiology and neurobiology of stress and adaptation: central role of the brain. *Physiological reviews*. 2007. 87(3). P. 873–904. <https://doi.org/10.1152/physrev.00041.2006>

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-640-2-110>

ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ У ФОРМУВАННІ УСВІДОМЛЕНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ТІЛА ТА ЕКОЛОГІЧНО ВІДПОВІДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ

Цибух Людмила Миколаївна

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри менеджменту охорони здоров'я та психології
Одеський національний медичний університет
м. Одеса, Україна

Бусел Світлана Валентинівна

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

Дибіна Оксана Володимирівна

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

У сучасних умовах соціально-екологічних трансформацій зростає значення формування екологічно відповідальної поведінки та усвідомленого ставлення до власного тіла як взаємопов'язаних вимірів розвитку особистості. Посилення екологічних викликів і зростання