

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

КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У МОЛОДИХ МАТЕРІВ

Цибух Людмила Миколаївна

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

Ширикалова Оксана Ігорівна

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

У сучасних умовах соціально-економічної нестабільності та воєнного стану проблема емоційного вигорання набуває особливої актуальності не лише у професійній сфері, але й у контексті батьківства. Особливо вразливою групою є молоді матері, які поєднують високий рівень емоційної залученості у догляд за дитиною з обмеженими ресурсами відновлення та соціальної підтримки.

Проблема емоційного вигорання у батьківстві активно досліджується в сучасній психології, зокрема в роботах Ізабель Роскем та Мойри Міколайчак, які обґрунтували концепцію батьківського вигорання як окремого феномену. Теоретичні засади аналізу копінг-стратегій базуються на транзакційній моделі стресу Річарда Лазаруса та Сьюзен Фолкман, що розглядає копінг як ключовий механізм адаптації до стресових ситуацій. У вітчизняній психологічній науці окремі аспекти емоційного вигорання та стресу розкрито у працях Тетяни Титаренко, Сергія Максименка та інших дослідників, які акцентують увагу на ролі особистісних ресурсів і соціального середовища. Водночас, питання взаємодії копінг-стратегій, батьківського стресу та емоційного вигорання у молодих матерів залишається недостатньо розробленим, що й зумовлює актуальність даного дослідження.

Емоційне вигорання у батьківстві розглядається як стан хронічного виснаження, емоційного дистанціювання від дитини та зниження відчуття батьківської ефективності. Його формування має багатофакторний характер і зумовлюється впливом батьківського стресу, рівня соціальної підтримки та індивідуальних стратегій подолання труднощів. У цьому контексті ключову роль відіграють

копінг-стратегії як механізми адаптації до стресу, що визначають ризик розвитку вигорання.

Метою дослідження є визначення ролі копінг-стратегій у формуванні емоційного вигорання у молодих матерів. У роботі використано психодіагностичні методики PBA, PSI, MSPSS та Brief COPE (українська адаптація).

Ключовим чинником розвитку вигорання виступає батьківський стрес, що виникає внаслідок дисбалансу між вимогами до матері та її ресурсами. Важливу роль відіграють копінг-стратегії: адаптивні (планування, пошук підтримки, активне вирішення проблем) сприяють зниженню емоційного виснаження, тоді як неадаптивні (уникнення, самозвинувачення, емоційне відсторонення) підсилюють його. Соціальна підтримка виконує буферну функцію, зменшуючи негативний вплив стресу.

Емпіричне дослідження проведено на вибірці 60 жінок віком 20–35 років, які мають дітей раннього віку. Отримані результати можуть бути використані для розробки програм психологічної підтримки та профілактики емоційного вигорання у молодих матерів.

Для досягнення мети використано комплекс психодіагностичних методик: PBA – для оцінки емоційного вигорання, PSI – рівня батьківського стресу, MSPSS – соціальної підтримки та Brief COPE (укр. адаптація) – копінг-стратегій.

Результати показали підвищений рівень вигорання у значної частини респонденток: високий – у 38%, середній – у 42%, низький – у 20%. Провідним компонентом виступає емоційне виснаження. Понад половина учасниць (56%) перебувають у стані підвищеного стресу, який має значущий позитивний зв'язок із вигоранням ($r = 0,62$; $p < 0,05$).

Виявлено, що неадаптивні копінг-стратегії (уникнення, самозвинувачення, емоційне відсторонення) позитивно пов'язані з вигоранням ($r = 0,58$; $p < 0,05$), тоді як адаптивні (планування, пошук підтримки, активне вирішення проблем) мають негативний зв'язок ($r = -0,41$; $p < 0,05$). Соціальна підтримка виконує буферну функцію, знижуючи рівень вигорання ($r = -0,49$; $p < 0,05$) та сприяючи використанню адаптивних стратегій.

Узагальнення результатів свідчить, що емоційне вигорання у молодих матерів формується під впливом поєднання високого батьківського стресу, домінування неадаптивних копінг-стратегій та недостатньої соціальної підтримки. Натомість адаптивні стратегії й підтримка виступають ключовими ресурсами профілактики вигорання.

Результати дослідження підтверджують, що батьківський стрес є ключовим детермінантом емоційного вигорання, виконуючи роль

пускового механізму виснаження психологічних ресурсів. Водночас вирішальним чинником індивідуальних відмінностей виступають копінг-стратегії: неадаптивні (уникнення, самозвинувачення, емоційне відсторонення) підсилюють вигорання, тоді як адаптивні (планування, активне вирішення проблем, пошук підтримки) знижують його ризик.

Соціальна підтримка виконує буферну функцію, безпосередньо зменшуючи рівень емоційного виснаження та сприяючи формуванню більш конструктивних стратегій подолання. Її дефіцит, навпаки, посилює вплив стресу та сприяє дезадаптації.

Узагальнення результатів свідчить, що емоційне вигорання у молодих матерів є наслідком взаємодії батьківського стресу, копінг-стратегій та соціальної підтримки, де саме копінг виступає центральною ланкою регуляції.

Практична значущість дослідження полягає в обґрунтуванні необхідності впровадження комплексних програм психологічної підтримки, спрямованих на розвиток адаптивних копінг-стратегій, посилення соціальної підтримки та зниження рівня батьківського стресу. Такий інтегрований підхід сприятиме профілактиці вигорання та підвищенню психологічного благополуччя матерів.

Встановлено, що емоційне вигорання у молодих матерів має багатофакторний характер і формується під впливом батьківського стресу, копінг-стратегій та рівня соціальної підтримки. Доведено, що батьківський стрес є значущим предиктором вигорання, тоді як неадаптивні копінг-стратегії підвищують його ризик, а адаптивні – виконують захисну функцію.

Підтверджено буферну роль соціальної підтримки, яка знижує інтенсивність вигорання та сприяє ефективному подоланню стресу. Отримані результати можуть бути використані для розробки програм психологічної підтримки та профілактики емоційного вигорання у молодих матерів.

Література:

1. Максименко С. Д. Психологія особистості: змістовні ознаки Наука і освіта : наук.-практ. журнал. 2014. № 5. С. 45–52.
2. Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. Київ: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2009. 105 с.
3. Druzhkova I., Annienkova I., Busel S., Nemchenko H., Rudinska O. Gender challenges in healthcare, psychological strategies for overcoming discrimination Amazonia Investiga. 2025. Vol. 14, No. 86. P. 114–130. DOI: <https://doi.org/10.34069/AI/2025.86.02.10>.

4. Folkman S. Stress: Appraisal and Coping. In: Gellman, M.D., Turner, J.R. (eds) Encyclopedia of Behavioral Medicine. 2013. Springer, New York, NY. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9_215

5. Mikolajczak M., Gross J. J., Roskam I. Parental burnout: What is it, and why does it matter? *Clinical Psychological Science*. 2019. 7(6). 1319–1329. <https://doi.org/10.1177/2167702619858430>

6. Roskam I., Raes M-E, Mikolajczak M. Exhausted Parents: Development and Preliminary Validation of the Parental Burnout Inventory. *Front. Psychol.* 2017. 8. 163. doi: 10.3389/fpsyg.2017.00163

7. Yatsyshyna Y. Asieieva O. Khairulin H. Venher L. Tsybukh Character harmonisation in adolescence: psychological profiles, coping strategies and implications for well-being. *Revista Amazonia Investiga*. Vol. 14. Issue 87. March 2025, P. 23-36. DOI: <https://doi.org/10.34069/AI/2025.86.02.6>

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-640-2-113>

ПРОФІЛАКТИКА ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНФЛІКТУ В КОЛЕКТИВАХ ЗАКЛАДІВ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ПОВНОМАСШТАБНОГО ВТОРГНЕННЯ

Янікова Олена Геннадіївна

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

Цибух Людмила Миколаївна

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

Життя українців в реаліях повномасштабного вторгнення супроводжується умовами перебування в хронічному стресовому стані, а професійна діяльність в закладах охорони здоров'я посилює рівень навантаження на працівників даної сфери у зв'язку з наявністю синергії професійних, психоемоційних та соціально-комунікативних факторів до яких можна віднести:

– дефіцит ресурсів та часу, що характеризується виконанням високого об'єму роботи в обмежені строки;