

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;

– адаптація до реформ у сфері охорони здоров'я та використання цифровізації в професійній діяльності [3, с. 7–10];

– порушення циркадних ритмів, що пов'язане з особливостями професійного графіку ряду закладів охорони здоров'я та характеризується підвищенням ризику виникнення синдрому хронічної втоми та зниження когнітивних функцій;

– підвищена відповідальність та етичний дистрес, що виникають в результаті розуміння ціни помилки й неможливості надати допомогу пацієнту у разі технічних, фінансових або інших обмежень [1, с. 13];

– конфлікти в професійному середовищі та наявність жорсткої ієрархічної напруги, які можуть займати від 50 до 60% часу працівників сфери охорони здоров'я згідно досліджень, проведених А. Гонсалеса-Гарсія [6, с. 1718];

– агресія та конфліктність з боку пацієнтів щодо працівників охорони здоров'я, як прояв та проекції їх психічної динаміки щодо медиків;

– професійна діяльність в екстремальних та кризових умовах спричинених умовами та родом діяльності медичних працівників;

– емпатійна виснаженість, як результат регулярного контактування з болем та особистісною проблематикою пацієнтів;

– відсутність програм психологічного консультування та психологічної підтримки для працівників закладів охорони здоров'я, як форми профілактики психоемоційного виснаження та вигорання, а також встановлення збільшення загального благополуччя [2, с. 348–350; 5, с. 273].

З огляду на вищезазначений перелік факторів, наявність досить великої кількості нервово-психічного напруження різної модальності може стати детермінантою посилення протікання внутрішньо-особистісних та міжособистісних конфліктів працівників колективів закладів охорони здоров'я. Сутність феномену конфлікту полягає у виникненні міжособистісного протиріччя або протиріччя, що виникає в результаті динамічної соціальної взаємодії серед учасників колективу, що характеризується як позитивними й негативними наслідками. Так, до позитивних наслідків конфлікту відносять конструктивну форму перебігу та вирішення конфліктних ситуацій в результаті якої конфлікт постає в якості джерела виникнення інновацій й укріплення стосунків, а до негативних наслідків конфлікту відносять дисфункціональну форму перебігу, що призводить до виникнення фрустрації, посилення напруги й агресії, проявів емоційного насилля, погіршення комунікації й соціальної взаємодії, порушуючи баланс здорового мікроклімату колективу закладів охорони здоров'я.

Отже, з метою профілактики поширення особистісних та міжособистісних конфліктів серед працівників колективів в закладах охорони здоров'я ми пропонуємо:

- розвивати навички ефективного та ненасильницького спілкування в межах професійного колективу та з пацієнтами;
- розвивати навички емоційного інтелекту й саморегуляції, як складових підтримання й вдосконалення ефективного й конструктивного вирішення конфліктів;
- впровадження можливостей для отримання психологічної підтримки в якості індивідуальних консультацій або групових заходів з метою психогієни, профілактики емоційного вигорання, зниженню психоемоційної напруги та сприяння життєстійкості працівників охорони здоров'я, що є особливо актуально в умовах повномасштабного вторгнення й проживання дистресу;
- застосування цифрових технологій (чат-боти, додатки для запису на прийом і т. д.) з метою спрощення організаційних процесів та збільшення часового ресурсу [4, с. 202–204];
- застосування стратегій покращення психологічного мікроклімату колективу, мотивації та корпоративної культури працівників;
- обов'язкове забезпечення фізіологічного комфорту медичних працівників в процесі виконання функціональних обов'язків щодо охорони здоров'я.

Література:

1. Про заклади охорони здоров'я та медичне обслуговування населення : Закон України від 01 груд. 2022 р. № 2806-IX. URL: <https://w1.c1.rada.gov.ua/pls/zweb2/webproc34?id=&pf3511=17869&pf35401=51100>
2. Головчук Ю. О. Менеджмент конфліктів у закладах охорони здоров'я. Медіація & Університети 1.0 : матеріали міжнар. наук.-практ. конф. (м. Чернівці, 15 листоп. 2024 р.). URL: <https://dspace.vnmu.edu.ua/123456789/9916>
3. Стратегії менеджменту для впровадження цифрових технологій у сфері охорони здоров'я / Ю. О. Головчук та ін. *Ефективна економіка*. 2025. 22 с. № 1. URL: <https://dspace.vnmu.edu.ua/123456789/6709>
4. Головчук Ю. О., Боровик А. Стратегічне управління комунікаційними процесами в закладах охорони здоров'я. Маркетингові стратегії, підприємництво і торгівля: сучасний стан, напрямки розвитку : матеріали міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (Київ, 10 квіт. 2025 р.) / за ред. П. В. Захарченка. Київ : КНУБА, 2025. С. 202–204. URL: <https://dspace.vnmu.edu.ua/123456789/9874>.
5. Підгайна В. В., Кальченко Т. М. Психічне здоров'я людей у складних життєвих обставинах та у кризовому становищі. Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві : зб. матеріалів VII Всеукр. наук.-практ. конф. (28 жовт. 2022 р.) / уклад. В. С. Бліхар. Львів : ЛьвДУВС, 2022. С. 273–275. URL: https://drive.usercontent.google.com/download?id=1M3qN8O_w7t08b-

6. Characteristics of Nurse Managers' Conflict Management Competency. A Systematic Review / A. González-García et al. *Journal of Advanced Nursing*. 2025. Vol. 81, No. 4. P. 1717–1733. DOI: <https://doi.org/10.1111/jan.16600>.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-640-2-114>

ВПЛИВ МУЗИКОТЕРАПІЇ НА РІВЕНЬ ТРИВОЖНОСТІ ТА ЕМОЦІЙНОЇ НАПРУГИ У ПІДЛІТКІВ

Яременко Наталія Григорівна

*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*

Підлітковий вік є сенситивним періодом розвитку емоційної сфери та становлення механізмів саморегуляції. Цей етап онтогенезу характеризується підвищеною емоційною лабільністю, гострою чутливістю до соціального середовища, кризою ідентичності та нестійкістю самооцінки, що в сукупності створює сприятливий ґрунт для виникнення тривожних і стресових реакцій.

В умовах сучасного соціального середовища, зокрема в контексті воєнного стану в Україні, ця проблема набуває особливої гостроти. Збройний конфлікт залишає глибокий слід у психіці як дорослих, так і дітей: порушення сну, хронічна тривожність, посттравматичні реакції, емоційне виснаження. За оцінками фахівців, потреба у психологічній реабілітації зростатиме ще тривалий час після завершення активних бойових дій. Це актуалізує пошук ефективних, доступних та науково обґрунтованих методів психологічної корекції, адаптованих до потреб підліткової аудиторії.

Серед таких методів особливої уваги заслуговує музикотерапія – напрям арттерапії, що спирається на терапевтичний потенціал музичного впливу. Музика є універсальною мовою людства, здатною долати вікові, мовні та культурні бар'єри, безпосередньо апелюючи до