

2. Долга Г. В. Психологічні аспекти управління персоналом: проблеми теорії та практики. *Національна економіка. Інтелект XXI*. 2018. № 2. С. 71–75.

3. Максимюк Ю. О. Професійний стрес у службовій діяльності персоналу державної прикордонної служби України. *Держава та регіони*. Серія: Державне управління. 2012. № 4 (40). С. 44–48.

4. Орієнтири щодо попередження виробничого стресу. Сайт Міжнародної організації праці. URL : <https://www.ilo.org/uk/publications/%D0%BE%D1%80%D1%96%D1%94%D0%BD%D1%82%D0%B8%D1%80%D0%B8-83>

Ольга Сорока,

*доктор педагогічних наук, професор,
завідувачка кафедри соціальної роботи
та менеджменту соціокультурної діяльності,
Тернопільський національний педагогічний
університет імені Володимира Гнатюка*

Віталій Іваницький,

*здобувач другого рівня вищої освіти,
спеціальність 231 Соціальна робота,
Тернопільський національний педагогічний
університет імені Володимира Гнатюка*

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я СУЧАСНОЇ МОЛОДІ ЯК АКТУАЛЬНА СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Постановка проблеми у загальному вигляді. Стани психічного здоров'я, що передбачають проблеми з поведінкою та психічні відхилення, як-от депресію, тривожні розлади, включно з посттравматичним стресовим розладом, деструктивні поведінкові розлади, серед яких синдром дефіциту уваги та гіперактивності, розлади настрою, вживання психоактивних речовин, суїцидальна й агресивна поведінка, є основними причинами проблем адаптації молоді в усьому світі. Загалом, психічні розлади негативно впливають на розвиток понад мільярда молодих людей та їхню соціальну й економічну інтеграцію, включно з можливістю працевлаштування. Проте, також важливо, щоб увага до глобального психічного здоров'я виходила за рамки програм, орієнтованих на лікування в медичних установах, і містила більш широкі підходи, засновані на соціальній інтеграції. Останнім часом проблеми психічного здоров'я привертають увагу науковців і практиків (Л. Вовкочин, І. Долінчук, В. Загородній, І. Євтушенко, Д. Костюк, В. Костюк, Л. Котлова, І. Ілющенко, Л. Ярославська, та ін.).

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Юність – це один із найважливіших етапів життя, період становлення, який має серйозний вплив на майбутнє. Ця фаза розвитку має

особливе значення для психічного здоров'я, оскільки більшість психічних розладів і розладів, пов'язаних із вживанням психоактивних речовин, розпочинаються в молодому або підлітковому віці, і багато хто з них має тенденцію до хронічного або рецидивуючого перебігу [4]. Стрімкі зміни у світі в даному контексті відіграють особливе значення, оскільки вони ще більше ставлять під загрозу психічне здоров'я, зокрема молодих людей.

Війна, що супроводжується складною соціально-економічною ситуацією в країні, призводить до появи різноманітних психічних захворювань і погіршення психічного здоров'я населення. Ситуація ускладнюється тим, що реальна взаємодія між людьми все частіше замінюється штучним почуттям близькості через платформи соціальної мережі. Сучасна молодь проводить вільний час у соціальних мережах і зазнає інформаційного впливу, включно з кіберзлочинами, кіберзалякуванням і жорстокими відеоіграми.

Крім того, Інтернет також є джерелом хибної інформації, дані якої часто не перевіряються і можуть зашкодити молодим людям. Яскравим прикладом можуть бути жорстокі ігри, а саме «Синій кит» [5]. Зростання насильства серед молоді є ще однією важливою проблемою, що потребує вирішення, оскільки особливо студентська молодь схильна до ризику стати як жертвами, так і суб'єктами насильства.

Ще одним видом цькування, який стає дедалі більш поширеним останніми роками у зв'язку з розширенням доступу до Інтернет-сервісів і їхнім використанням, є кібербулінг. Поведінкова залежність і кіберзалякування є шкідливими наслідками сучасної цифрової ери, які особливо негативно впливають на молодь. Розлад, пов'язаний з використанням Інтернету, наразі визнано таким, що потребує терапевтичного втручання [6].

Розглядаючи негативний бік впливу інформаційно-комунікативних технологій на ментальне здоров'я сучасної молоді, звісно, не можна відкидати безсумнівну їхню користь для навчання, роботи й дозвілля молодих людей. Соціальні мережі стали невід'ємним засобом спілкування в період пандемії та платформою неформального навчання для здобуття нових знань, умінь і навичок. У свою чергу, причини психічних розладів мають багатofакторну природу, яка криється, у більшості випадків, у соціумі людини.

Одним із чинників, що впливають на виникнення психічних розладів, є бідність та соціальне неблагополуччя. Зв'язок цих двох факторів є складним і двостороннім. Так, дорослішання в бідній сім'ї збільшує ризик таких проблем, як нестача харчів, погане харчування, насильство, низький рівень освіти та проживання в поганих умовах. І навпаки, психічний розлад сприяє неспішності в навчанні, втраті роботи та збільшенню витрат на лікування.

Молоді люди, які мешкають у сім'ях, де хтось має психічні розлади або зловживає психоактивними речовинами (алкоголь, наркотики); сім'ях із

розбіжностями між батьками, насильством у шлюбі та нервовими зривами, піддаються більшому ризику появи психічних розладів. Не дивно, що насильство і жорстоке поводження з дітьми є основними факторами ризику. Більшість випадків сексуального насильства відбувається в контексті довірчих стосунків (наприклад, з однолітками або родичами). Найчастіше дії сексуального насильства відбуваються у дружніх компаніях [1].

Культурні чинники також серйозно впливають на психічне здоров'я молоді, про що свідчать значні відмінності в поширеності психічних розладів у різних культурах. Деякі культурні чинники можуть бути захисними, наприклад, участь батьків в ухваленні рішень молодими людьми та тенденція до встановлення дружніх стосунків усередині своєї культурної групи, в той час як інші можуть мати протилежний ефект, наприклад, обмежувати самостійність молодих людей в ухваленні рішень.

Мода, орієнтована на певні форми тіла, що підживлюється індустрією краси, яка розглядає молодь як основний ринок збуту, ймовірно, є чинником, що призводить до розладів харчової поведінки. Соціологічні дослідження свідчать про те, що глобалізація засобів масової інформації пов'язана зі збільшенням кількості розладів харчової поведінки. «За даними ANAD, 80 % дівчат до 18 років незадоволені своїм тілом. І чоловіки, і жінки відчувають тиск через суспільні стандарти, які призводять до розвитку невпорядкованих моделей харчування. Це формує низьку самооцінку та, як наслідок, негативний образ тіла» [2].

Огляди та звіти гістологічних досліджень і зображень головного мозку підтверджують ідею про те, що розвиток мозку зі змінами в структурі та когнітивних здібностях очевидний у молодості. Однак незрозуміло, як ці зміни пов'язані з психічними розладами, підлітковим та юнацьким віком. Характерною рисою найпоширеніших психічних розладів у молодих людей є статеві відмінності: молоді жінки в 1,5–3 рази більше схильні до депресивних розладів і спроб ушкодження себе, в той час як молоді хлопці в кілька разів частіше страждають на розлади поведінки і шизофренію. Дослідники з Каролінського інституту (Швеція) виявили суттєві відмінності між чоловіками та жінками у частоті психічних розладів, які змінюються залежно від віку [3].

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у обраному напрямі. Таким чином, будь-яка стратегія, спрямована на поліпшення психічного здоров'я молоді, має бути орієнтована на своєчасне інформування та впровадження профілактичних і корекційних програм в освітні програми підготовки студентів різних спеціальностей. Націленість освітніх закладів на підвищення грамотності в царині психічного здоров'я, як серед здобувачів освіти, так і серед викладачів, задля раннього виявлення депресії та інших проблем із психічним здоров'ям, розладів, пов'язаних із вживанням психоактивних речовин, проблем поведінки є пріоритетними сьогодні.

Список використаних джерел:

1. Василевич В. В., Левченко Ю. О. Сексуальне насильство щодо дитини: латентність та шляхи подолання. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Право. 2023. Том 2. № 79. С. 149–154.
2. Гончаренко В. Статистика розладів харчової поведінки: що показують цифри. 2023. URL : <https://ed-ua.com/faq/statistika-rozladiv-harchovoyi-povedinki-shho-rokazuyut-tsifri/>
3. Дослідники виявили значні статеві відмінності у психічних розладах протягом життя. 2024. URL : <https://gmka.org/uk/news/doslidnyky-vuyavyly-znachni-statevi-vidminnosti-u-psyhichnyh-rozladah-protyagom-zhyttya/>
4. Іонов І. А., Комісова Т. Є., Мамотенко А. В., Шаповалов С. О., Сукач О. М., Теремецька Н. Ф., Катеринич О. О. Фізіологія вищої нервової діяльності (ВНД) : навчальний посібник. Х.: ФОП Петров В. В., 2017. 143 с.
5. Шемчук В. В. Кіберзлочинність як перешкода розвитку інформаційного суспільства в Україні. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського*. Серія: юридичні науки. 2018. Том 29 (68). № 6. С. 119–124.
6. Юрценюк О. С., Ротар С. С. Інтернет-залежність – це теж хвороба. 2017. URL : <https://www.bsmu.edu.ua/blog/5440-internet-zalezhnist-tse-tezh-hvoroba/>

*Катерина Ігнатенко,
здобувач другого рівня вищої освіти
спеціальність 053 «Психологія»,
ДЗ «Луганський національний університет
імені Тараса Шевченка» (м. Полтава)*

*Науковий керівник: Лілія Черновська,
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології,
ДЗ «Луганський національний університет
імені Тараса Шевченка» (м. Полтава)*

СУМІСНІСТЬ ПОДРУЖЖЯ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Постановка проблеми. Сім'я – важлива складова нинішнього суспільства. Саме тому інститут сім'ї і його стабільність має глобальне значення для забезпечення розвитку здорового суспільства. Це спричинило велику зацікавленість психологів та їх спроби вивчити особливості взаємодії окремих індивідів всередині такого соціального інституту, як сім'я. Останнім часом через військовий конфлікт інститут сім'ї в Україні потерпає від серйозних викликів, війна впливає на міцність стосунків і як ніколи стають актуальними дослідження про сумісність партнерів з точки зору як психології