

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗВ'ЯЗКУ ПОКАЗНИКІВ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ТА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ

Нудьга Марія

У сучасних умовах соціальної нестабільності та зростання психоемоційного навантаження серед підлітків спостерігається поширення девіантних форм поведінки, що супроводжується погіршенням показників ментального здоров'я. Підвищена тривожність, емоційна нестабільність, труднощі саморегуляції та соціальної адаптації можуть виступати важливими чинниками формування поведінкових відхилень. У зв'язку з цим актуальним є теоретичне вивчення взаємозв'язку девіантної поведінки та ментального здоров'я у підлітковому віці.

Мета публікації – теоретично обґрунтувати психологічні особливості взаємозв'язку показників девіантної поведінки та ментального здоров'я підлітків, а також проаналізувати основні психологічні механізми, через які зниження рівня ментального благополуччя може сприяти формуванню дезадаптивних і девіантних форм поведінки у підлітковому віці.

Відповідно до сучасних підходів психологічної науки, розвиток особистості відбувається у процесі безперервної взаємодії індивіда з соціальним середовищем, що передбачає формування індивідуальних способів реагування на стресові ситуації, емоційні навантаження та соціальні вимоги. В межах когнітивно-поведінкової та стрес-орієнтованої теорії підкреслюється, що характер поведінкових реакцій значною мірою залежить від особливостей когнітивної оцінки ситуації, рівня емоційної регуляції та наявних психологічних ресурсів особистості. За таких умов порушення ментального здоров'я, зокрема зниження емоційної стабільності, самоконтролю та стресостійкості, може зумовлювати формування девіантних поведінкових патернів як способу психологічної компенсації внутрішнього напруження.

Девіантна поведінка підлітків розглядається як система дій і вчинків, що відхиляються від соціальних норм та пов'язані з порушенням процесів соціалізації, емоційної регуляції й самоконтролю [2]. У підлітковому віці такі прояви часто

супроводжуються кризою ідентичності, емоційною нестабільністю та труднощами адаптації до соціального середовища. Сучасні психологічні підходи підкреслюють роль когнітивних установок і негативних автоматичних думок у формуванні дезадаптивної поведінки. Викривлене сприйняття соціальних ситуацій, внутрішня напруга та очікування неприйняття можуть підвищувати ризик агресивних, протестних або ізоляційних форм реагування [4].

Ментальне здоров'я підлітка визначається як стан психологічного благополуччя, що охоплює емоційну стабільність, здатність до саморегуляції, адекватну самооцінку та ефективну соціальну адаптацію [3]. Недостатня сформованість цих компонентів може сприяти виникненню внутрішніх конфліктів і девіантних форм поведінки. Теоретичний аналіз свідчить про двосторонній взаємозв'язок між ментальним здоров'ям і девіантною поведінкою. Погіршення психологічного благополуччя підвищує ризик поведінкових відхилень, тоді як стійкі девіантні прояви посилюють емоційні труднощі та соціальну дезадаптацію [1]. Особливу роль у цьому процесі відіграють тривожність, низький самоконтроль та емоційна нестабільність, які можуть спричинити імпульсивні й протестні поведінкові реакції.

Девіантна поведінка та ментальне здоров'я підлітків є взаємопов'язаними психологічними феноменами. Зниження рівня психологічного благополуччя підвищує ризик формування девіантних проявів, а поведінкові порушення, у свою чергу, ускладнюють емоційну та соціальну адаптацію особистості. Подальші дослідження доцільно спрямувати на емпіричне вивчення особливостей цього взаємозв'язку та розробку психопрофілактичних програм.

Список використаних джерел

1. Діденко Г. Особливості впливу психоемоційних станів на формування девіантної поведінки підлітків. *Юридична психологія*. 2023. № 2. С. 79–81.
2. Cioban S., Lazăr A. R., Bacter C., Hatos A. Adolescent Deviance and Cyber-Deviance: A Systematic Literature Review. *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. P. 4–9.
3. World Health Organization. Adolescent mental health. Geneva : WHO, 2021. P. 57–60.
4. Beck J. S. Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond. New York : Guilford Press, 2021. 391 p. P. 63–67.