

Будзин В.Р.

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського

ДЕРЖАВНА СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНА ПОЛІТИКА З ВІДНОВЛЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ГРОМАДЯН У СУЧАСНОМУ КОНТЕКСТІ ПРОТИДІЇ ПАНДЕМІЇ COVID-19

Криза здоров'я громадян, викликана COVID-19, загрожує насамперед фізичному здоров'ю. Вона може стати причиною серйозних проблем у галузі психічного здоров'я, якщо не буде вжито відповідних заходів. Психічне здоров'я та соціальне благополуччя постраждало внаслідок кризи. Психологічний стрес став повсюдним явищем серед населення. Багато людей відчуває стрес через безпосередній вплив вірусу на їхнє здоров'я та наслідки фізичної ізоляції. Громадяни виявилися ізольованими від своїх близьких та колег. У конкретних груп населення спостерігається особливо високий рівень психологічного стресу від пандемії COVID-19.

Часто поширеними причинами тривоги є суперечливі відомості та чутки, а також серйозна невпевненість у завтрашньому дні. У довгостроковій перспективі існує можливість різкого збільшення кількості та тяжкості психічних розладів. Працівники сфери охорони здоров'я, що знаходяться на передньому краї боротьби з пандемією, піддаються впливу численних стресових факторів, тому підтримання психічного здоров'я працівників сфери охорони здоров'я є однією з найважливіших умов забезпечення готовності боротьби з COVID-19, вжиття заходів реагування та відновлення після пандемії.

Емоційні труднощі у підлітків посилюються стресом у сім'ї та соціальною ізоляцією. Вони частіше піддаються жорстокому поводженню, змушені переривати навчальний процес і відчувають невпевненість у завтрашньому дні, причому це відбувається у вирішальні моменти їх емоційного розвитку. Люди, які перебувають у нестабільних ситуаціях соціально-гуманітарної кризи та умовах конфлікту, ризикують опинитися у ситуації, коли їх потреби у сфері психічного здоров'я залишаються поза увагою.

В останні кілька місяців були впроваджені інноваційні методи надання послуг у сфері психічного здоров'я, виникли ініціативи щодо зміцнення психосоціальної підтримки. Попри це, через масштаб проблеми більшість потреб у галузі психічного здоров'я залишається незадоволеною. Вжиття відповідних заходів ускладнюється тим, що в період до пандемії COVID-19 не було вкладено достатньо коштів у зміцнення та охорону психічного здоров'я і профілактику психічних захворювань.

Психічне здоров'я в умовах COVID-19 має забезпечувати облік питань психічного здоров'я та психосоціальних аспектів у національних планах реагування у всіх відповідних секторах та вжиття запобіжних заходів щодо зниження гостроти ситуації, пов'язаної з пандемією, які, як відомо, завдають шкоди психічному здоров'ю. Розробка інформаційних повідомлень з урахуванням їхнього потенційного впливу на психічне здоров'я людей передбачає вираження співчуття до психологічних переживань людей та надання рекомендацій щодо покращення їх емоційного стану.

Ключові слова: державна політика, сучасний етап, психічне здоров'я, відновлення, протидія пандемії COVID-19, соціально-гуманітарна сфера.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими і практичними завданнями. Попри наслідки психічних захворювань для окремих осіб, сімей та суспільства, у відновлення психічного здоров'я вкладається недостатньо коштів, особливо у розвиток послуг на рівні громад. У середньому країни витрачають на охорону психічного здоров'я лише два відсотки свого бюджету, який виділяється на сферу охорони

здоров'я. Згідно з загальними оцінками частка міжнародної допомоги з метою розвитку, що спрямовується на охорону психічного здоров'я, складає менше одного відсотка від загального обсягу допомоги з метою розвитку, що виділяється на охорону здоров'я.

Психологічна та психосоціальна підтримка повинна бути доступна в будь-якій пандемічній ситуації. Для досягнення цієї мети під час панде-

мії COVID-19 необхідно докладати зусиль на рівні територіальних громад, спрямованих на зміцнення соціальної згуртованості та полегшення самотності, інвестувати в програми охорони психічного здоров'я. Зазначені заходи можуть проводитися дистанційно, забезпечувати безперебійний догляд за особами, які страждають на тяжкі психічні розлади. Необхідно офіційно визнати такий догляд життєво необхідними послугами, які мають надаватися протягом усієї пандемії. Це захистить права осіб з тяжкими психічними захворюваннями та психосоціальними розладами.

Аналіз останніх досліджень, в яких започатковано розв'язання проблеми, та визначення не вирішених раніше частин загальної проблеми, яким присвячена стаття. Дослідження науковцями впливу пандемій наочно продемонстрували негативну дію спалахів інфекційних захворювань на психічне здоров'я людей [4]. Стрес, який відчувають люди, цілком зрозумілий з огляду на вплив пандемії на їхнє життя. Під час надзвичайної ситуації, викликані COVID-19, люди бояться зараження, смерті та втрати членів сім'ї. Водночас значна кількість людей втратила або ризикує втратити джерела засобів для існування. Люди перебувають у соціальній ізоляції. Вони отримували заборони не виходити з дому, які контролювалися дуже радикальними способами.

Для прискорення реформ у галузі психічного здоров'я необхідна розробка та фінансування здійснення стратегій з реорганізації національних служб з надання цих послуг таким чином, щоб сприяти переходу від лікування у спеціалізованих установах до догляду в домашніх умовах для забезпечення того, щоб надання послуг з охорони психічного здоров'я було частиною загального медичного обслуговування, нарощування кадрового потенціалу, зокрема соціальних працівників, для надання психологічної та соціальної допомоги, щоб вони могли надавати підтримку людям, які її потребують. Необхідна організація обслуговування на місцевому рівні, спрямованого на захист та заохочення прав людини.

Формулювання мети статті, постановка завдань. Метою даної статті є обґрунтування державної соціально-гуманітарної політики з відновлення здоров'я громадян у сучасному контексті протидії пандемії COVID-19.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Внаслідок того, що зростає економічний тягар, пов'язаний з COVID-19, можна очікувати аналогічного збитку для психічного

здоров'я людей, що вплине на окремих осіб, сім'ю і суспільство в цілому. Соціальні наслідки пандемії можуть вплинути на здоровий розвиток мозку в підлітків, а також призвести до зниження когнітивних здібностей у людей похилого віку. Необхідно вживати термінових заходів для запобігання довгостроковому впливу на мозок як наймолодших, так і найстарших членів нашого суспільства.

Психічне здоров'я має велику і невід'ємну цінність, допомагає людям виявляти нормальну поведінку, яка дозволяє гарантувати безпеку та здоров'я їх самих та оточуючих під час пандемії COVID-19. Додатковими серйозними джерелами стресу є широке поширення недостовірної інформації про профілактичні заходи, а також глибока невизначеність щодо майбутнього. Психічне здоров'я сприяє також виконанню людьми своїх ключових функцій у сім'ї, колективі (догляд за дітьми та особами похилого віку та сприяння соціально-економічному відновленню суспільства).

Ще до початку пандемії доступ до якісної та доступної за ціною психологічної допомоги був обмежений. На даний час доступ став ще більш утрудненим у зв'язку з пандемією COVID-19, яка призвела до перебоїв у наданні психосоціальних послуг у всьому світі [2]. Ключовими факторами, що перешкоджають наданню послуг з охорони психічного здоров'я, є зараження та ризик зараження в установах тривалого перебування, включаючи будинки для людей похилого віку та психіатричні лікарні, обмеження на особисте спілкування з людьми. Підвищена увага приділяється програмам самопомоги у цифровому форматі, а також цифровим послугам у галузі психічного здоров'я.

Зазначені підходи можуть бути ефективними та масштабованими, хоча їх недолік полягає в тому, що неграмотні, малозабезпечені та літні люди мають набагато більш обмежений доступ до Інтернету або засобів телекомунікації. Отже, такі підходи не дозволяють задовольнити всі потреби, пов'язані з психічним здоров'ям. Інші форми надання допомоги, як і раніше, зберігають свою актуальність. Службам, котрі займаються охороною психічного здоров'я, довелося знайти інноваційні шляхи реорганізації та адаптації процесу надання послуг з метою забезпечення безперервності надання допомоги у час пандемії.

Щоб впоратися з цією ситуацією, служби охорони психічного здоров'я були змушені швидко адаптуватися: там, де це можливо, людей, які перебувають у важкому стані, на знак солідарності розміщували у себе приватні клініки, щоб забезпечити безперервний догляд. Крім того,

потрібно було налагодити партнерські відносини з експертами в галузі інформаційних технологій, щоб співробітники служб охорони психічного здоров'я, які працюють вдома, могли отримувати доступ до електронних медичних документів, зберігаючи при цьому конфіденційність.

Серйозно постраждали також служби надання психологічної допомоги та психосоціальної підтримки на рівні територіальних громад. Так, групи, асоціації та громадські ініціативи, які до пандемії дозволяли регулярно збирати людей, пропонуючи соціальну підтримку та допомагаючи людям набутися сенсу життя та почуття затребуваності, не мали можливості проводити зустрічі протягом кількох місяців. Багато організацій, що пропонують захист і психосоціальну підтримку конкретним групам населення підвищеного ризику, не в змозі задовольняти зростання попиту, тоді як обмеження на пересування та страх перед інфекцією перешкоджають наданню послуг.

Щоб задовольняти поточні та майбутні потреби в галузі охорони психічного здоров'я та не допускати погіршення стану психічного здоров'я в майбутньому, необхідно у пріоритетному порядку підтримувати та зміцнювати послуги та програми у галузі охорони психічного здоров'я. Боротьба з пандемією COVID-19 дає можливість розширити масштаби та підвищити економічну ефективність різноманітних заходів у галузі охорони психічного здоров'я [5]. Більшість труднощів, викликаних пандемією COVID-19, пов'язана з порушенням соціальних зв'язків через фізичне дистанціювання. Проте це не означає, що люди не мають потенціалу протидії, адже існує безліч прикладів нових форм підтримки з боку громад.

Насправді всі спільноти, навіть ті, які страждають від поневір'янь, мають природні механізми психосоціальної підтримки та ресурси життєстійкості. Люди у всьому світі виявляють солідарність та надають один одному неформальну психосоціальну підтримку. Без будь-яких вказівок багато установ з довгострокового догляду створило можливість для спілкування пацієнтів з їхніми родичами, щоб вони могли отримувати підтримку та перебувати на зв'язку зі своїми близькими.

Деякі позитивні приклади солідарності можуть виявитися недовгочасними, якщо люди втратять надію або перестануть миритися з заходами, спрямованими на фізичне дистанціювання, однак досвід показує, що всі спільноти мають цінні внутрішні ресурси, які потребують підтримки. Уряди могли б виділяти кошти на реалізацію корисних громадських ініціатив, оскільки зараз важливо

активізувати та зміцнювати підтримку на місцях та розвивати в суспільстві дух самопомоги з метою захисту та заохочення психічного благополуччя.

Персонал екстреного реагування та працівники, які перебувають на першій лінії боротьби з пандемією, особливо у сфері охорони здоров'я та довгострокового догляду, відіграють вирішальну роль у боротьбі зі спалахом пандемії та у порятунку життів. Водночас вони перебувають у стані крайнього стресу, стикаючись з екстремальним робочим навантаженням, складними рішеннями та ризиком зараження та поширення інфекції у своїх сім'ях та спільнотах [1]. Сьогодні необхідно забезпечити, щоб ця надзвичайно важлива соціальна група могла продовжувати відігравати свою ключову роль у сприянні припиненню спалаху пандемії.

Підлітки та молоді люди також є однією з груп ризику в умовах нинішньої кризи, оскільки більшість психічних розладів розвивається саме в цей період життя. Багато молодих людей відчуло, як пандемія вплинула на їхнє майбутнє. Серед основних джерел стресу було занепокоєння щодо здоров'я членів їхніх сімей, закриття шкіл та університетів, порушення звичного ходу речей та руйнування соціальних зв'язків. Під час надання послуг у сфері психічного здоров'я слід передбачати конкретні заходи, зорієнтовані на цю групу населення.

У нинішній ситуації, пов'язаній із COVID-19, вагітні жінки та молоді матері особливо часто відчують занепокоєння у зв'язку з обмеженим доступом до послуг та соціальної підтримки, а також страхом перед інфекцією. За оцінками, якщо обмеження зберігатимуться протягом довгого часу, можна очікувати, що у всьому світі додатково відбудеться значна частина випадків гендерного насильства. Організація Об'єднаних Націй опублікувала аналітичну записку, присвячену впливу COVID-19 на жінок та заходам, які необхідно вживати вже зараз для вирішення цієї проблеми.

Більш пильної уваги заслуговують люди, які перебувають у ситуаціях гуманітарних криз та умовах конфлікту, чий потреби у сфері охорони психічного здоров'я часто не беруться до уваги. Дані свідчать, що у конфліктних ситуаціях кожна п'ята людина має психічний розлад. Ситуація, що склалася внаслідок пандемії, може посилити наявні психічні захворювання, призвести до виникнення нових захворювань та обмежити доступ до і без того дефіцитних послуг в галузі охорони психічного здоров'я.

Пандемія продовжуватиме серйозно впливати на психічне здоров'я населення. Здійснення рекомендацій нижче заходів особами, які прийма-

ють рішення на національному рівні, допоможе звести до мінімуму та усунути наслідки пандемії. Забезпечення обліку питань психічного здоров'я та психосоціальних аспектів у національних заходах боротьби з COVID-19 має велике значення, оскільки це підвищує якість програмної діяльності, дозволяє людям краще долати труднощі під час кризи, полегшує страждання людей і, як видається, прискорює відродження та відновлення громад.

Під час пандемії особам, які приймають рішення на урядовому рівні у різних секторах (охорона здоров'я, безпека, соціальне забезпечення, освіта, комунікації), слід замислюватися над тим, як їхні рішення впливають на психічне здоров'я населення [3]. Залучення громадян до спільних зусиль зі стримування поширення вірусу та забезпечення відповідальності перед ними сприяє визнанню ними таких заходів і, як видається, допомагає захистити психічне здоров'я людей. Необхідно зробити все можливе, щоб захистити людей від пов'язаних з пандемією негараздів, які, як відомо, завдають шкоди психічному здоров'ю.

Щоб захистити людей від наслідків втрати коштів до існування або економічних перспектив та посилення нерівності необхідно вживати заходів соціального та фінансового захисту. Крім того, важливо, щоб уряди та інші суб'єкти повідомляли інформацію про COVID-19 таким чином, щоб це не шкодило психічному здоров'ю та психосоціальному благополуччю населення. Щоб стримати поширення вірусу та зменшити тривогу серед населення, урядам та іншим суб'єктам, включаючи засоби масової інформації, необхідно регулярно інформувати громадськість про ситуацію з пандемією, надаючи простою та зрозумілою для людей мовою актуальні та засновані на фактичних даних відомості, які будуть доступні для всіх.

Окрім того, слід підтримувати діяльність на рівні громад, спрямовану на зміцнення соціальної згуртованості, солідарності та здоров'я. Необхідно зміцнювати наявні та сформовані механізми на рівні громад та механізми для підтримки діяльності добровольців, націлені на надання допомоги вразливим групам населення. До них належать структури, що надають підтримку людям похилого віку і людям, що втратили джерела для існування. Слід заохочувати зусилля, які допомагають людям, котрі перебувають в ізоляції, залишатися на зв'язку і не страждати від самотності.

Організації, що діють на рівні громад, та інші члени громадянського суспільства можуть відігравати ключову роль у зміцненні психосоціальної підтримки на рівні громад. Необхідно розширю-

вати доступ до дистанційної підтримки для задоволення будь-яких потреб, пов'язаних із психічним здоров'ям. Високоякісні матеріали для самопомоги можуть виявитися корисними для багатьох людей, особливо якщо їх використання відбувається під контролем спеціально підготовленого інструктора. Це дає можливість впроваджувати в систему охорони психічного здоров'я інновації, які можуть допомогти підвищити ефективність послуг у галузі психічного здоров'я у майбутньому. Разом з тим при здійсненні дистанційних заходів, заснованих на використанні технологій, необхідно виявляти обережність з метою забезпечення конфіденційності та рівноправного доступу.

Турбота про психічне здоров'я людей з тяжкими психічними розладами або психосоціальними відхиленнями та надання їм соціальної допомоги повинні входити до визначення життєво необхідних послуг у всіх країнах. Органам державної влади доведеться ухвалити рішення про те, щоб зупинити планове лікування всіх захворювань через ризик інфекції, а рішення про початок або продовження очного лікування пацієнтів з легкими або помірними формами захворювань має ухвалюватись залежно від конкретного випадку.

Першочергову увагу необхідно приділяти захисту та заохоченню прав людини для осіб з тяжкими психічними захворюваннями та психосоціальними розладами, оскільки під час масштабних надзвичайних ситуацій їх правами часто нехтують. Люди, які страждають як на психічні захворювання, так і на COVID-19, повинні мати такий же доступ до медичного та соціального обслуговування, як і інші люди з COVID-19, без будь-якої дискримінації, у тому числі при встановленні черговості надання медичної допомоги.

Також необхідно значно збільшити загальний обсяг інвестицій в охорону психічного здоров'я. Постійною проблемою є те, що на цілі охорони психічного здоров'я у медичному, соціальному, освітньому та інших секторах виділяється вкрай мало фінансових коштів. Враховуючи зростання потреб у довгостроковій перспективі, викликане пандемією COVID-19, зазначимо, що настав час зайнятися вирішенням проблеми нерівності та організувати надання доступних послуг на рівні громад, які будуть ефективними та сприятимуть захисту прав людини у рамках усіх національних планів відновлення після COVID-19.

З метою забезпечення того, щоб основні потреби в галузі охорони психічного здоров'я були задоволені, послуги з охорони психічного здоров'я повинні бути включені до пакетів

допомоги на медичне обслуговування та програми страхування. Для вирішення проблем, пов'язаних із психічним здоров'ям, особливо в країнах з низьким та середнім рівнем доходів, необхідно нарощувати потенціал персоналу в секторі охорони здоров'я і освіти та у соціально-гуманітарній сфері.

Вкладені сьогодні інвестиції дозволять пом'якшити наслідки COVID-19 для психічного здоров'я та допоможуть країнам краще підготуватися до того, щоб підтримувати психічне здоров'я своїх громадян. У рамках довгострокового плану підвищення якості, охоплення та економічної ефективності послуг у галузі охорони психічного здоров'я рекомендується пере-направляти інвестиції з лікування в спеціалізованих установах на надання доступної та якісної психіатричної допомоги на рівні громад.

Формулювання висновків і перспективи подальших розвідок у даному напрямі. Будь-які програми вирішення проблем у галузі психічного здоров'я, що виникли в результаті пандемії, необхідно контролювати та оцінювати. Важливо розуміти масштаби наслідків COVID-19 для психічного здоров'я, а також соціальний та економічний вплив пандемії. Необхідно безпосередньо

консультуватись з постраждалими групами населення. Враховуючи очікувані результати, зазначимо, що такі дослідження, ймовірно, дозволять активізувати інформаційно-пропагандистську діяльність у сфері охорони психічного здоров'я. Для швидкого здобуття знань знадобиться встановлення пріоритетних напрямів досліджень, координація досліджень, відкритий обмін даними та забезпечення фінансових ресурсів.

Охорона психічного здоров'я залишатиметься одним з головних завдань для органів державної влади та громадянського суспільства, щоб можна було розглядати питання психосоціальної підтримки як наскрізну тему у всіх надзвичайних гуманітарних ситуаціях, що стосуються, зокрема, секторів охорони здоров'я, захисту, освіти. Психічне здоров'я та психосоціальна підтримка мають відношення до охорони здоров'я, захисту та соціального обслуговування, харчування, зайнятості, освіти, правосуддя та інших сфер діяльності уряду. Необхідно стежити за тим, щоб питання психічного здоров'я повною мірою враховувалися при житті урядами заходів реагування в галузі охорони здоров'я, у соціально-гуманітарній та економічній сферах, а також при розробці планів відновлення працездатності громадян.

Список літератури:

1. Заха Д., Мовчан В., Кравчук В., Економічний вплив пандемії Covid-19 на Україну : аналітичне дослідження. URL: https://rpr.org.ua/wp-content/uploads/2020/05/GET_UKR_PS_01_2020_ua.pdf (дата звернення: 01.12.2021).
2. Здоров'є-2020: основи європейської політики і стратегія для XXI століття. Всемирная організація здравоохранення. Европейское региональное бюро. URL: http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0017/215432/ (дата звернення: 19.12.2021).
3. Коронавірус може призвести до масштабного економічного шоку в Європі – Лагард. URL: <https://suspihne.media/18912-koronavirus-moze-prizvesti-do-masstabnogoekonomichnogo-soku-v-evropi-lagard/> (дата звернення: 12.12.2021).
4. Мартякова О.В., Трикоз І.В. Перспективи модернізації охорони здоров'я. *Вісник Бердянського університету менеджменту і бізнесу*. 2015. № 4 (32). С. 23–30.
5. Подколзіна С. Як реагують інші країни на COVID-19? URL: <https://ces.org.ua/how-countries-reacted-on-coronaviruscrises/> (дата звернення: 20.12.2021).

Budzyn V.R. STATE SOCIAL AND HUMANITARIAN POLICY TO RESTORE THE MENTAL HEALTH OF CITIZENS IN THE CURRENT CONTEXT OF COMBATING THE COVID-19 PANDEMIC

The public health crisis caused by COVID-19 is primarily a threat to physical health, which can lead to serious mental health problems if left unchecked. Mental health and social well-being have suffered as a result of the crisis, and psychological stress has become widespread. Many people experience stress due to the direct impact of the virus on their health and the consequences of physical isolation, citizens have been isolated from their relatives and colleagues, specific populations have a particularly high level of psychological stress from the COVID-19 pandemic.

Often common causes of anxiety are conflicting information and rumors, as well as serious uncertainty about the future, in the long run there is the possibility of a sharp increase in the number and severity of mental disorders. Healthcare workers at the forefront of the pandemic are exposed to numerous stressors and maintaining the mental health of healthcare workers is one of the most important conditions for ensuring preparedness against COVID-19, taking response and recovery measures. after the pandemic. Emotional

difficulties in adolescents are exacerbated by family stress and social isolation, they are more likely to be abused, forced to interrupt the learning process and feel insecure about the future, and this happens at crucial moments in their emotional development.

People in unstable situations of social and humanitarian crisis and conflict are at risk of being left unattended by their mental health needs. In the last few months, innovative methods of providing mental health services have been introduced, and initiatives have emerged to strengthen psychosocial support. Nevertheless, due to the scale of the problem, the vast majority of mental health needs remain unmet. Appropriate measures are complicated by the fact that in the period before the COVID-19 pandemic, insufficient funds were invested in the promotion and protection of mental health and the prevention of mental illness.

Mental health under COVID-19 involves ensuring that mental health and psychosocial aspects are taken into account in national response plans in all relevant sectors and that precautionary measures are taken to reduce the severity of the pandemic that is known to be detrimental to mental health. The development of information messages, taking into account their potential impact on people's mental health, involves expressing sympathy for people's psychological experiences and providing recommendations for improving their emotional state.

Key words: *public policy, current stage, mental health, recovery, counteraction to the COVID-19 pandemic, social and humanitarian sphere.*