

# СУЧАСНЕ РОЗУМІННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ЙОГО РОЛЬ У ЖИТТІ СУСПІЛЬСТВА

Л. В. Гула

*Миколаївський національний аграрний університет*

Поняття «психічне здоров'я» походить із психіатрії, в основі якої лежить визначення «психічне захворювання». Нормою психічного здоров'я є «нехвороба», тобто відсутність симптомів, які заважають ефективній адаптації людини до умов середовища, в якому вона перебуває. ВООЗ розглядає психічне здоров'я як стан благополуччя, за якого людина може реалізувати свій потенціал, долати звичайні стреси і продуктивно працювати. Питання психічного здоров'я дедалі частіше постає в центрі уваги не лише спеціалістів медичної, соціальної та освітньої сфер, а й політиків, економістів, підприємців і громадськості.

Про це свідчить наявність теми психічного здоров'я в Глобальних цілях сталого розвитку ООН – цілі 3.4, 3.5, 3.8. Наприклад, у програмі Всесвітнього економічного форуму в Давосі є окремий майданчик для обговорення теми психічного здоров'я. Відповідно до дослідження, опублікованого Всесвітнім економічним форумом і Гарвардською школою громадської охорони здоров'я, прогнозується, що витрати на психічні розлади та пов'язані з ними наслідки до 2030 року зростуть до 6 трильйонів доларів США порівняно з 2,5 трлн. доларів США в 2020 році [3].

Така підвищена увага до психічного здоров'я людини зумовлена розумінням його важливості та впливу на загальне здоров'я, добробут, економічний розвиток і соціальну безпеку громадян суспільства. Глобальна комісія з питань психічного здоров'я Lancet, спираючись на Цілі сталого розвитку ООН, запропонувала чотири фундаментальні принципи для розширення глобального порядку денного психічного здоров'я.

Ці принципи зосереджені на зміщенні акценту зі скорочення прогалин у лікуванні людей із психічними розладами на покращення психічного здоров'я всього населення та зменшення внеску психічних розладів у глобальний тягар хвороб. Ці фундаментальні принципи включають розуміння того, що:

– психічне здоров'я є глобальним суспільним благом і стосується сталого розвитку усіх країн, незалежно від їхнього соціально-економічного статусу, оскільки всі країни можна вважати країнами, що розвиваються, у контексті психічного здоров'я;

– проблеми психічного здоров'я можуть існувати від легкого, обмеженого часом дистресу до хронічних, прогресуючих та серйозних станів, що спричиняють інвалідність. Бінарний підхід до діагностики психічних розладів,

хоч і корисний для клінічної практики, не відображає різноманіття і складність потреб у психічному здоров'ї окремих людей або груп населення;

– психічне здоров'я кожної людини є унікальним продуктом соціальних та екологічних впливів, починаючи з раннього етапу життя, взаємодіючи з генетичними, нервово-розвиненими та психологічними процесами та впливаючи на біологічні шляхи розвитку мозку.

Соціальні детермінанти, або чинники психічного здоров'я, відіграють важливу роль у попередженні розладів і зменшенні негативних наслідків від перенесених захворювань. Таким чином, держава та суспільство, сприяючи відновленню та соціальній адаптації осіб із психічними розладами та їхніх сімей, мають можливість забезпечувати своє стале процвітання. Психічне здоров'я неабияк впливає на економічний добробут і рівень бідності.

Науково доведено, що стан психічного здоров'я пов'язаний із соціальним контекстом, у якому існує людина. Тому важливим складником діяльності суспільства є профілактика розладів. Психічні розлади та проблеми з психічним здоров'ям не лише негативно впливають на продуктивність діяльності людини чи її добробут, але й виходять за ці межі, негативно впливаючи на її близьких і на суспільство загалом.

Під час кризи, конфлікту, пандемії та війни потреби в психічному здоров'ї зростають. Такі кризові несприятливі соціальні події також змушують владу приділяти більше уваги сфері охорони психічного здоров'я, а саме: доступності послуг, відповідності послуг потребам громадян, фінансовій безпеці та зниженню фінансових ризиків для населення. Поступово зростає розуміння того, що біомедична модель і підходи, зосереджені на примусі та інституційному лікуванні, породжують коло дискримінації, соціальної ізоляції та маргіналізації.

Засобом забезпечення психологічної безпеки може виступати загальна задоволеність характеристиками середовища (громади, міста, суспільства), до яких можна віднести соціально-психологічну активність суб'єктів цього простору та можливість мати свою власну позицію, ініціативу, а саме: можливість зберігати особисту гідність і право на повагу, результатом якого є збереження психічного здоров'я громадян [2].

Таким чином, як на глобальному рівні, так і на рівні громади, міста, суспільства необхідно приділяти більше уваги доступу до догляду, інклюзивним практикам, повазі до прав людини та залученню людей із психічними розладами до життя громади, міста та прийняття рішень. Важливо розуміти, що не існує ідеальної системи психічного здоров'я, як не існує ідеальної мережі послуг. Необхідно підтримувати баланс послуг, які максимально відповідають потребам населення, баланс між стаціонарними, амбулаторними та психологічними послугами. Тобто потрібно шукати «місцеві рішення місцевих потреб».

## Література

1. Власенко І. А., Рева О. М. Модель збереження психологічного здоров'я студентської молоді в Україні. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2020. № 3. С. 90–99.
2. Гула Л. В. Психологічна безпека освітнього середовища як чинник збереження психічного здоров'я. *Актуальні проблеми безпеки життєдіяльності людини в сучасному суспільстві: матеріали Всеукраїнської науково-теоретичної інтернет-конференції*. Миколаїв: МНАУ, 2021. С. 214–216.
3. Моцицька В. В. Теоретико-методологічні підходи до дослідження психічного здоров'я у конструктивних і деструктивних родинах. *Особистісне зростання: теорія і практика: матеріали IV Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф.* Житомир, 2020. С. 178–183.

## СПЕЦИФІКА ЗМІСТУ ПОНЯТТЯ «ЕТНІЧНА ІДЕНТИЧНІСТЬ» У НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

Л. С. Гулак

*Національний лісотехнічний університет*

В українській психологічній науці можна виокремити низку робіт, у яких у контексті дослідження різних аспектів проблеми національної самосвідомості особистості принагідно трактуються її сутність і структура (А. Березін, М. Боришевський, О. Шевченко) [1; 2].

Ґрунтовне пояснення концепту «національна самосвідомість» у вітчизняній психології знаходимо в науковому доробку М. Боришевського, який уперше розглянув означений концепт у контексті вивчення громадянської спрямованості особистості та постулював нерозривність понять «національна свідомість» і «національна самосвідомість»: «Навіщо вживати поняття «національна свідомість», якщо мова йде про національну самосвідомість?» [2, с. 9]. У структурі національної самосвідомості особистості вчений виокремлює такі конструкти, як самооцінка, домагання, соціально-психологічні очікування та «образ-Я».

Вчений підкреслив, що домагання є зовнішнім проявом самооцінки особистості в ситуаціях її самостійного вибору. Параметри домагань є аналогічними до параметрів самооцінки. Соціально-психологічними очікуваннями є уявлення особистості про такі оцінки від представників власного та чужих етносів і національностей, які стосуються її національних цінностей і очікуваної поведінки [2].