

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ЯК ОРГАНІЗАЦІЙНА УМОВА ВІДНОВЛЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL SAFETY AS AN ORGANIZATIONAL CONDITION FOR RESTORING THE MENTAL HEALTH

У статті розкрито психологічний аналіз теоретичних концепцій щодо психічного здоров'я, що дає змогу автору стверджувати, що це поняття трактується швидше як здатність до постійного розвитку та збагачення людини й зовсім не як відсутність дезадаптації чи інших негативних аспектів. Організаційні умови мають вирішальне значення для збереження психічного здоров'я ушпиталених, які проходять реабілітацію в медичних закладах. Адекватно організоване середовище підтримує процес відновлення і сприяє забезпеченню психічної безпеки. Зокрема, важливими є такі аспекти: медичне та психологічне обслуговування, що полягає в професійній підтримці психіатрів, психологів і психотерапевтів, які працюють у мультидисциплінарних командах, забезпечує адекватну діагностику й корекцію психічних розладів; створення безпечної атмосфери, зокрема в умовах реабілітації особливо важливо створити середовище, вільне від стресових факторів і психологічного насильства, що дає змогу військовослужбовцям адаптуватися й відновлюватися; соціальна підтримка та комунікація, адже організація взаємодії між ушпиталеними, а також залучення до групових терапій сприяють зниженню рівня стресу й дають можливість подолати пережиті травми через спільний досвід; індивідуальний підхід та адаптація лікування, бо організація реабілітаційних процесів повинна враховувати індивідуальні потреби кожного військовослужбовця, що дає можливість підвищити ефективність лікування та зменшити ризик розвитку психічних захворювань; підтримка в процесі реінтеграції, адже підготовка військовослужбовців до повернення в цивільне життя також є важливою частиною організаційних умов, які повинні передбачати програми адаптації, навчання й підтримки після випуску. Ефективно організовані умови реабілітації сприяють не тільки фізичному, а й психічному відновленню, що є ключовим для забезпечення довготривалого психічного здоров'я військовослужбовців.

Ключові слова: соціально-психологічна безпека, психічне здоров'я, критерії психічного

здоров'я, організаційні умови, заклади медичної реабілітації, ушпиталені.

The article reveals a psychological analysis of theoretical concepts regarding mental health, which allows the author to assert that this concept is interpreted more as the ability to constantly develop and enrich a person, and not at all as the absence of maladjustment or other negative aspects. Organizational conditions are crucial for preserving the mental health of hospitalized patients undergoing rehabilitation in medical institutions. An adequately organized environment supports the recovery process and helps ensure mental safety. In particular, the following aspects are important: medical and psychological care, which consists of professional support from psychiatrists, psychologists and psychotherapists working in multidisciplinary teams, providing adequate diagnostics and correction of mental disorders; creating a safe atmosphere, which in rehabilitation conditions is especially important to create an environment free from stress factors and psychological violence, which allows military personnel to adapt and recover; social support and communication, because the organization of interaction between hospitalized patients, as well as involvement in group therapies, helps reduce stress levels and makes it possible to overcome traumas experienced through shared experiences; an individual approach and adaptation of treatment, because the organization of rehabilitation processes must take into account the individual needs of each serviceman, which makes it possible to increase the effectiveness of treatment and reduce the risk of developing mental illnesses; support in the reintegration process, because the preparation of servicemen for returning to civilian life is also an important part of organizational conditions, which should include adaptation, training and support programs after discharge. Effectively organized rehabilitation conditions contribute not only to physical but also to mental recovery, which is key to ensuring the long-term mental health of servicemen.

Key words: social and psychological safety, mental health, mental health criteria, organizational conditions, medical rehabilitation institutions, hospitalized patients.

УДК 159.923:005.934
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.69.2.18>

Ковальчук З.Я.

д.психол.н., професор,
завідувач кафедри загальної
та соціальної психології
Навчально-науковий інститут
управління, психології та безпеки
Львівського державного університету
внутрішніх справ

Вступ. Сучасні соціально-економічні виклики, зокрема війна, пандемія та інші кризові явища, суттєво підвищують рівень психоемоційного напруження серед населення. У цих умовах заклади медичної реабілітації відіграють ключову роль у відновленні психічного здоров'я осіб, які потребують шпиталізації. Однак ефективність реабілітаційних заходів значною мірою залежить не лише від якості медичних послуг, а й від створення умов, що сприяють соціально-психологічній безпеці пацієнтів.

Соціально-психологічна безпека в закладах медичної реабілітації охоплює організацію спри-

ятливого середовища, вільного від психологічного дискомфорту, дискримінації чи тиску, а також забезпечення позитивної міжособистісної взаємодії між пацієнтами й персоналом. Це поняття тісно пов'язане з такими важливими аспектами, як довіра, психологічна підтримка, захист прав пацієнтів і дотримання етичних норм.

Актуальність теми зумовлена потребою, що зростає, в інтеграції соціально-психологічних підходів у систему медичної реабілітації. Вивчення організаційних умов, які забезпечують соціально-психологічну безпеку, дає змогу не лише покращити психоемоційний стан ушпиталених, а й сприяє під-

вищенню ефективності їхнього лікування та адаптації після виписки.

Окремі аспекти проблеми соціально-психологічної безпеки закладів медичної реабілітації, а також питання відновлення психічного здоров'я, досліджували такі українські науковці: О. Суший, яка аналізувала питання соціальної підтримки в контексті медичних закладів, акцентуючи на важливості створення середовища довіри та психологічної безпеки [10]; Г. Ложкін розглядав психологічну реабілітацію осіб, які постраждали внаслідок травматичних подій, зокрема вплив організаційних чинників на психоемоційне відновлення [6]; О. Кіхтук і Т. Федотова досліджували питання психологічної підтримки в медичних закладах включно з аспектами управління стресом і запобігання професійному вигоранню медичного персоналу [4]; І. Федоренко займалася аналізом реабілітаційних програм для пацієнтів із психічними розладами, приділяючи увагу соціально-психологічному супроводу [11].

Ці й інші вчені внесли значний вклад у розроблення теоретичних і практичних підходів до забезпечення психічного здоров'я та безпеки пацієнтів у реабілітаційних закладах.

Мета статті – розглянути сутність соціально-психологічної безпеки закладів медичної реабілітації, розкрити її вплив на процес відновлення психічного здоров'я пацієнтів, а також окреслити ключові організаційні заходи для її забезпечення.

Виклад основного матеріалу. Нещодавно Верховна Рада України ухвалила в другому читанні Закон «Про систему охорони психічного здоров'я» № 12030, який спрямований на створення сучасної, ефективної та гармонізованої системи охорони психічного здоров'я, що відповідатиме європейським стандартам і працюватиме на благо всіх громадян країни.

Цей Закон визначає основи функціонування системи психічного здоров'я в Україні, забезпечуючи доступ до якісних послуг, захист прав людей із психічними розладами та сприяючи профілактиці таких розладів. Він також покликаний усунути чинники, що негативно впливають на психічний стан населення.

Документ закладає фундамент, де питання психічного здоров'я стають одним із пріоритетів державної політики, інтегруючись у різні сфери суспільного життя. Для координації діяльності в цій галузі створюється Національна комісія з питань психічного здоров'я, яка стане постійно діючим органом під управлінням Кабінету Міністрів України. Важливим складником Закону є визначення ролей і завдань для центральних і місцевих органів влади, а також неурядових організацій [8].

Однією з ключових новацій є запровадження системи безперервного професійного розвитку й сертифікації спеціалістів у сфері психічного здоров'я. Закон установлює єдині стандарти сертифікації для психологів через Національну комісію та дозволяє психотерапевтам отримувати серти-

фікацію через саморегулювні організації, які мають міжнародне визнання. Це дасть змогу українцям отримувати допомогу від кваліфікованих фахівців, а самим спеціалістам – отримувати офіційне підтвердження своєї компетенції.

Окрім того, передбачено розвиток системи професійного саморегулювання, зокрема можливість надання професійним асоціаціям статусу саморегулювальних організацій. Закон також уперше приділяє особливу увагу питанням охорони психічного здоров'я на робочому місці. Згідно з документом, роботодавці повинні будуть розробити програми психосоціальної підтримки працівників [8].

За останніми даними МОЗ України, у 2024 році в Україні відзначено рекордне зростання охоплення населення послугами у сфері психічного здоров'я на первинному рівні медичної допомоги. За даними ЕСОЗ, цього року понад 500 тисяч пацієнтів отримали підтримку за програмою медичних гарантій «Супровід і лікування дорослих та дітей із психічними розладами на первинному рівні». Цей показник перевищує дані за 2023 рік у чотири рази, коли допомогу отримали лише 135 тисяч осіб.

Одним із ключових чинників цього прогресу стало навчання лікарів первинної ланки за програмою ВООЗ mhGAP. Завдяки цій програмі сімейні лікарі отримали навички для кращого діагностування й лікування психічних розладів. Станом на сьогодні понад 25 тисяч лікарів первинної медичної допомоги пройшли підготовку за mhGAP. Програма mhGAP (Mental Health Gap Action Programme) є провідною ініціативою ВООЗ, спрямованою на розширення доступу до послуг із психічного здоров'я. Вона передбачає залучення неспеціалізованих медичних працівників, таких як сімейні лікарі й педіатри, до допомоги людям із психічними розладами [9].

З 1 січня 2025 року всі заклади первинної медичної допомоги, незалежно від форми власності, які укладають контракти з НСЗУ, будуть зобов'язані надавати послуги з охорони психічного здоров'я.

Філософсько-психологічний підхід до розгляду наслідків взаємодії людини з навколишнім середовищем дослідники невід'ємно пов'язують із її психічним здоров'ям, почуттям щастя й самоактуалізації. Цю ідею свого часу підтримували такі мислителі, як М. Мамардашвілі, А. Маслоу, Е. Фром та інші представники когнітивного напрямку.

У словниках психічне здоров'я визначається як стан душевної гармонії, що включає відсутність патологічних проявів і здатність людини адекватно адаптуватися до актуальних умов життя [1]. Розглядаючи цей феномен детальніше, можна виділити, наприклад, відповідність внутрішніх образів реальності, гармонію емоційної та вольової сфер відповідно до віку, а також здатність людини коригувати свою поведінку.

Людина є соціальною істотою, її розвиток невід'ємно пов'язаний із біосоціальними умовами. Без соціального середовища формування особистості неможливе, що підтверджують численні

наукові праці. Невдоволення соціальними умовами поступово руйнує душевну рівновагу.

Багато науковців розглядає психологічну безпеку як один із ключових показників благополуччя, що включає добробут, психічне здоров'я, задоволеність життям тощо. До таких дослідників належать К. Хорні, О. Лазорко, І. Попович, О. Федчук, З. Ковальчук та інші. Сьогодні дедалі більшої актуальності набуває усвідомлення системного характеру цього феномена, що вимагає комплексного підходу до його дослідження.

Соціально-психологічна безпека забезпечується гармонійною взаємодією людини із соціальним середовищем, спрямована на захист її психологічного благополуччя, запобігання деструктивному впливу зовнішніх факторів і створення умов для особистісного розвитку, емоційного комфорту й соціальної стабільності. Цей термін охоплює такі аспекти: індивідуальний рівень (відчуття захищеності в соціальному середовищі; здатність людини справлятися зі стресом, викликаним зовнішніми факторами; уміння ефективно будувати міжособистісні стосунки; збереження психологічного балансу та стійкості в умовах викликів); груповий рівень (створення сприятливого мікроклімату в соціальних і професійних групах; налагодження відкритої та довірливої комунікації; запобігання конфліктам і соціальним ризикам, які можуть негативно вплинути на членів групи); соціальний рівень (забезпечення безпеки в суспільстві через реалізацію соціальних політик, спрямованих на захист психічного здоров'я; формування середовища, яке сприяє рівним можливостям, толерантності й взаємопідтримці) [7].

Соціально-психологічна безпека передбачає наявність механізмів захисту особистості від негативного впливу середовища (наприклад, дискримінації, ізоляції, тиску), а також умови для самореалізації, психологічного добробуту й зміцнення соціальних зв'язків. Цей феномен є важливим для забезпечення як індивідуальної, так і колективної стабільності та благополуччя, тому часто досліджується в таких сферах, як освіта, медицина, працевлаштування й соціальна політика.

Таким чином, соціально-психологічна безпека є фундаментальним складником індивідуальності, яка визначає її життєвий успіх, здатність підтримувати душевний комфорт, ефективно діяти в умовах загроз і будувати взаємини із суспільством. Вивчення цього феномена є важливою міждисциплінарною проблемою, що займає ключове місце в сучасній науці.

Саме тому медична, реабілітаційна та психологічна допомога в Україні з закладів медичної реабілітації надається за умов забезпечення конфіденційності, гарантування особистої та соціальної безпеки пацієнтів та ушпиталених, а також збереження в таємниці інформації, отриманої в процесі надання цієї допомоги. Забороняється розголошення будь-яких даних про місце їх перебування, характер та умови наданих послуг, а також іншої

інформації, яка стала відома медичним працівникам під час надання допомоги, за винятком випадків, передбачених законодавством.

Поняття психічного здоров'я вперше стало активно використовуватися в науковому обігу на початку XX століття, особливо в рамках розвитку психології, психіатрії та медицини. Одним із важливих етапів було створення в 1946 році Всесвітньої організації охорони здоров'я (далі – ВООЗ), яка включила психічне здоров'я до своїх визначень здоров'я загалом.

ВООЗ визначила здоров'я як «стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб або інвалідності». Це стало основою для подальших досліджень психічного здоров'я як важливого аспекту загального здоров'я людини. У результаті поняття психічного здоров'я поступово почало формуватися в межах не лише психіатрії, а й соціальної психіатрії та психології [12].

Психічне здоров'я безпосередньо залежить від здатності особистості адаптуватися до власної поведінки та психічного стану. Усвідомлення своєї особистості дає змогу людині оцінювати свої вчинки, почуття й думки. Щодо критеріїв психічного здоров'я існує кілька підходів. Здатність людини регулювати свою поведінку в межах соціальних норм є ознакою здорової особистості. Здатність до саморегуляції – це основний показник психічного здоров'я, що включає свідоме управління власними психічними явищами, такими як емоції, стани, процеси й поведінка [5].

Здатність до самоконтролю є важливою для формування мотивації поведінки й досягнення поставлених цілей. Виховання дитини має бути спрямоване на розвиток її здатності до самоуправління, а не до підкорення чужій волі. Самостійність у прийнятті рішень проявляється вже в підлітковому віці. Психіатри вважають важливим критерієм здорової психіки здатність до конструктивної взаємодії із зовнішнім світом. Самоконтроль, адекватна самооцінка й упевненість у собі дають змогу людині ефективно справлятися з професійними та побутовими стресами, захищаючи від психічних потрясінь [11].

У психотерапевтичній практиці критерієм психічного здоров'я є співвідношення між ідеальним Я та реальним Я. Чим менша різниця між цими двома показниками, тим вищий рівень психічного здоров'я [2].

Західні психологи визначають душевне здоров'я через здатність бути активно включеним у комунікацію та соціальну взаємодію. А. Елліс додає до критеріїв психічного здоров'я такі складники, як самоінтерес, самоконтроль, соціальний інтерес, самоприйняття й відповідальність за емоційні відхилення [3]. У свою чергу, А. Маслоу в контексті своєї піраміди потреб вважає психічно здоровою особу, яка є щасливою, перебуває в гармонії із собою та здатна охороняти особисті кордони, не порушуючи кордонів інших.

Питання визначення ознак психічного здоров'я, його проявів і критеріїв повноцінного розвитку особистості залишається актуальним протягом тривалого часу, і на нього існує багато різних поглядів. К. Роджерс, зокрема, переконаний, що основним аспектом психічного здоров'я є вивільнення особистості, набуття життєвого змісту й самоактуалізації [6]. Для нього взаємодія людини з власним внутрішнім світом часто важливіша за взаємодію із зовнішнім середовищем.

У праці О. Федчука розглядається важливість ролі керівника у формуванні сприятливого соціально-психологічного клімату в колективі й підтриманні психічного здоров'я особистості. Автор акцентує увагу на тому, як керівник, застосовуючи ефективні управлінські та комунікативні методи, може створити умови для збереження й розвитку психічного здоров'я членів колективу. Зокрема, О. Федчук указує, що соціально-психологічний клімат впливає на загальний стан працівників, їхню емоційну стабільність, здатність до конструктивної взаємодії та адаптації в умовах стресу. Підкреслено, що ключовим аспектом є здатність керівника враховувати індивідуальні потреби кожного співробітника, що сприяє формуванню позитивної психологічної атмосфери й підвищенню ефективності роботи колективу [11].

Звідси випливає, що соціально-психологічна безпека середовища закладів медичної реабілітації, яке є мікросоціальним середовищем для особистості, вільне від насильства, має вирішальне значення. Вона сприяє задоволенню основних потреб у міжособистісному спілкуванні, підтримує динамічну рівновагу між соціальним середовищем і людиною, а також створює умови для покращення психічного здоров'я особистості.

Показники психічного здоров'я залежать від рівня захищеності, яку відчують люди в психологічно безпечному медичному закладі. У стресових ситуаціях, які викликані діагнозами ушпиталених, виникає потреба в безпеці, що змушує людину мобілізуватися задля одужання. На відміну від цього, в умовах психологічної безпеки людина не потребує захисту, що дає змогу їй зосередитися на розвитку й гармонізації психічного здоров'я.

Для створення соціально-психологічної безпеки в закладах медичної реабілітації необхідно забезпечити діалогове спілкування, партнерську взаємодію та співпрацю, а також повну відмову від психологічного насильства. Це буде досягнуто через розвиток внутрішньоособистісного спілкування з урахуванням професійних і вікових особливостей учасників такої взаємодії. Тільки за таких умов можна підтримати психологічно здорову особистість.

У рамках спільного проєкту Міністерства охорони здоров'я України та Світового банку «Зміцнення системи охорони здоров'я та збереження життя» (HEAL Ukraine) в напрямі «Психічне здоров'я» передбачено виділення 124,5 млн грн на розвиток 60 просторів психологічного розванта-

ження, що також сприятиме наближенню психічного здоров'я до громад [9].

Соціально-психологічна безпека закладів медичної реабілітації, що працюють у рамках відновлення психічного здоров'я ушпиталених, включає кілька важливих складників, серед яких – психологічний клімат у колективі, що створює сприятливе психоемоційне середовище серед медичних працівників і пацієнтів, допомагає останнім почуватися комфортно й безпечно під час лікування та реабілітації. Конфіденційність і довіра також є важливими для соціально-психологічної безпеки. Пацієнти повинні мати гарантію того, що їхні медичні й психологічні дані залишаються конфіденційними, що дає можливість відкрито звертатися за допомогою та розповідати про свої проблеми без страху розголошення. Міжособистісні стосунки між пацієнтами й персоналом закладу дають змогу значно підвищити ефективність реабілітації. Створення можливостей для пацієнтів виражати свої емоції та переживання сприяє покращенню психічного стану й зниженню стресу.

Наявність належної психологічної підтримки є ключовим аспектом. Психологічні консультації та терапія допомагають пацієнтам адаптуватися до змін у житті після травм або важких хвороб, що безпосередньо впливає на відновлення психічного здоров'я. Важливою також є просвітницька робота. Навчання пацієнтів технік саморегуляції, стрес-менеджменту й розвитку емоційної стійкості допомагає не лише відновити психічне здоров'я, а й запобігти його подальшим проблемам.

Загалом соціально-психологічна безпека в закладах медичної реабілітації передбачає створення умов, у яких пацієнти почуватимуться захищеними, підтриманими, а також мають доступ до необхідних ресурсів для відновлення й покращення психічного здоров'я.

Висновки. Отже, психологічний аналіз теоретичних концепцій щодо соціально-психічного здоров'я дає змогу стверджувати, що це поняття трактується швидше як здатність до постійного розвитку та збагачення людини й зовсім не як відсутність дезадаптації чи інших негативних аспектів. Тобто соціально-психічне здоров'я розглядається в працях науковців як наявність низки переваг у загальній структурі особистості, а не відсутність недоліків. Попри те що думки вчених розходяться, підходи щодо критеріїв визначення психічного здоров'я в них перегукуються, що є не випадковим та особливо значимим.

Організаційні умови мають вирішальне значення для збереження психічного здоров'я ушпиталених, які проходять реабілітацію в медичних закладах. Адекватно організоване середовище підтримує процес відновлення і сприяє забезпеченню психічної безпеки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Великий тлумачний словник сучасної української мови / уклад. і голов. ред. В.Т. Бусел. Київ : Ірпінськ : ВТФ «Перун», 2009. 1736 с.

2. Девід Д. Бернс. Почувайся добре. Нова терапія настрою. Харків : Книжковий клуб «Клуб сімейного дозвілля», 2020. 544 с.
3. Елліс А. Як зберегти емоційне здоров'я за будь-яких обставин. Львів : Сварог, 2023. 284 с.
4. Кіхтук О., Федотова Т. Психологічна підтримка особистості: методи та особливості роботи клінічного психолога. *Психологічні перспективи*. 2021. Вип. 38. С. 63–75.
5. Ковальчук З.Я. Психологічна безпека особистості в освітньому середовищі у форматі її психічного здоров'я. *Психологія особистості*. 2022. Т. 12 (1). С. 49–57.
6. Коцан І.Я., Ложкін Г.В., Мушкевич М.І. Психологія здоров'я людини / за ред. І.Я. Коцана. Луцьк : РВВ – Вежа Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. 430 с.
7. Лазорко О.В. Психологія безпеки особистості як суб'єкта професіоналізації. *Психологічні перспективи*. 2017. Вип. 30. С. 96–112.
8. Психологів та психотерапевтів в Україні сертифікуватимуть – ухвалено закон про систему охорони психічного здоров'я / Міністерство охорони здоров'я України. 2025. 20 січня. URL: <http://surl.li/lbz bq i>.
9. Система охорони ментального здоров'я: ключові досягнення та плани / Міністерство охорони здоров'я України. URL: <http://surl.li/ocelbw>.
10. Суший О.В. Травма як соціальний діагноз українського суспільства. *Проблеми політичної психології* : збірник наукових праць. Вип. 14 (28). С. 62–79.
11. Федчук О.В. Роль керівника у формуванні сприятливого соціально-психологічного клімату в колективі та психічного здоров'я особистості. *Соціально-психологічне забезпечення діяльності сил безпеки та оборони України* : тези доп. II Всеукр. наук.-практ. конф., 28 травня 2021 р. Харків : НА НГУ, 2021. С. 137–141.
12. Цюман Т., Нагула О. Психологічна формула безпеки як концептуальна основа формування навичок безпечної поведінки особистості. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Серія «Психологія. Педагогіка»* : збірник наукових праць. 2021. № 35 (1). С. 94–100.