

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ Міністерства молоді та спорту України

№ \_\_\_\_\_

**Концепція  
пріоритетного проєкту Міністерства молоді та спорту України  
у сфері психічного здоров'я «Молодіжні центри та активні парки –  
частина екосистеми психічного здоров'я»**

**I. Загальні положення**

Психічне здоров'я – це стан благополуччя, при якому кожна людина може реалізувати свій власний потенціал, впоратися із життєвими стресами, продуктивно та плідно працювати, а також робити внесок у життя своєї спільноти (визначення Всесвітньої організації охорони здоров'я).

У протоколах ВООЗ визначено роль психічного здоров'я в життєдіяльності особистості та соціальних спільнот. Зазначається, що психічне здоров'я є фундаментальною основою для колективної та індивідуальної здатності мислити, переживати емоції та взаємодіяти один з одним, і відчувати емоційну насолоду від життя. Відповідно психічне здоров'я розглядається як підґрунтя для адекватного та здорового функціонування людини в житті та соціальному середовищі.

Після набуття Україною незалежності українська система охорони психічного здоров'я не зазнала істотних структурних змін та в цілому спиралася на організаційну структуру, а також стратегії та практики радянської системи. Недостатня увага приділялася профілактиці, психосоціальним методам, організації охорони психічного здоров'я на рівні первинної медичної допомоги, наданні психотерапевтичної допомоги, реабілітаційним заходам, а також службам охорони психічного здоров'я, що функціонують у територіальних громадах, недостатньо розвинуті амбулаторне раннє втручання на рівні територіальних громад та практика домашнього супроводу.

Широкомасштабне вторгнення Російської Федерації торкнулося усіх українців без винятку та наслідки агресивних військових дій вже сьогодні мають негативний вплив на психічне здоров'я населення. Цей аспект набуває все більшого значення для української спільноти, оскільки дослідження населення у цілому показують певне збільшення поширеності травматизації психіки на тлі сформованих, внаслідок воєнних дій, великих прошарків соціальних груп: внутрішньо переміщених осіб, біженців, населення, що опинилося у прифронтовій зоні та зоні військових дій тощо. Тому наразі війна є найбільш вираженим негативним чинником, який впливає на психіку особистості, оскільки цей чинник обумовлює пряму загрозу життю людини.



СЕД Megapolis.DocNet  
Міністерство молоді та спорту України  
№3816 від 28.06.2023  
КЕП: Гутпайт В. М. 28.06.2023 13:25  
3FAA9288358EC003040000006EE52E00F7AEAF00

За даними досліджень від компанії «Градус» 71% населення відчуває стрес або знервованість через війну і потребує психологічної підтримки, супроводу і допомоги, 75% українських дітей демонструють симптоми травматизації психіки, а відповідно до результатів дослідження, проведеного в кінці 2022 року аналітичним центром «Cedos» і дослідницькою агенцією «Info Sapiens», 22% молоді турбується про психічне здоров'я. Загалом за прогнозами Міністерства охорони здоров'я України понад 15 мільйонів українців потребуватимуть психологічної допомоги за наслідками війни.

Питання психічного здоров'я є важливим питанням розвитку, особливо у випадку країн, що постраждали від воєнного конфлікту. Наразі серед наслідків війни вплив на психічне здоров'я населення є одним із найвагоміших аспектів, який потребує звернення уваги з боку держави та інститутів громадянського суспільства.

Сьогодні в Україні діє Концепція розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року, схвалена розпорядженням Кабінету Міністрів України від 27 грудня 2017 року № 1018, проте виклики, спричинені агресивним широкомасштабним вторгненням Російської Федерації, вимагають нового підходу до збереження та відновлення психічного здоров'я українців, використання нових методів та інструментів.

На сучасному етапі розвитку України, коли існує пряма загроза національній безпеці, територіальній цілісності і недоторканності, посягання на невід'ємне право людини на життя і здоров'я виникає нагальна необхідність переосмислення зробленого і здійснення системних заходів, спрямованих на посилення ментальної свідомості населення – формування нового українця. Піклування про ментальне здоров'я має стати звичною відповідальністю кожного.

Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?», ініційована першою леді України Оленою Зеленською, має на меті створити власну, українську модель системи психічного здоров'я та психосоціальної підтримки, яка вбере найкращі світові й вітчизняні практики. Серед завдань – побудувати ефективну систему якісних і доступних послуг із психічного здоров'я, щоб ними міг скористатися кожен, хто їх потребує, допомогти українцям знайти внутрішнє джерело сили на рівні усвідомлення й визнання власного психічного стану, оцінки ступеня його кризовості.

Відтак, враховуючи всі обставини, в контексті системного підходу всіх органів державної влади до вирішення цього питання виникає гостра потреба у розробленні концепції Міністерства молоді та спорту України у сфері психічного здоров'я «Молодіжні центри та активні парки – частина екосистеми психічного здоров'я» (далі – Концепція), яка б визначала нову стратегію цілеспрямованого і ефективного процесу створення системи сервісів і послуг, які зможуть різними засобами та дієвими механізмами підтримати людину, коли вона не справляється самотійно.

## **II. Мета і завдання Концепції**

Метою Концепції є створення механізму збереження та відновлення психічного здоров'я шляхом використання дієвих інструментів допомоги населенню, у тому числі дітям, молоді, внутрішньо переміщеним особам, особам з інвалідністю, ветеранам війни, військовослужбовцям та членам їхніх сімей у подоланні стресу, пов'язаного з війною та наслідками пережитих травматичних подій; запобігти розвитку психічних розладів, відновити та зберегти ментальне здоров'я через надання психологічної підтримки, розвиток емоційної стійкості та залучення до оздоровчої рухової активності.

Мета Концепції конкретизується через систему таких завдань:

формування відповідального ставлення людини до свого ментального здоров'я, зокрема через усвідомлення взаємозв'язку між фізичним здоров'ям та здоров'ям психічним;

напрацювання алгоритмів координації та співпраці з освітнім, соціальним та медичним секторами для підтримки підлітків та молоді, зокрема й через проведення заходів та навчань;

підвищення кваліфікації фахівців молодіжної сфери і сфери фізичної культури та спорту з питань ментального здоров'я, в тому числі щодо механізму перенаправлення людей для отримання фахової цільової допомоги (у випадках насильства в сім'ї, торгівлі людьми, потреби у допомозі медичного фахівця тощо);

сприяння наданню психологічної допомоги дітям та молоді, а також набуттю різними групами населення навичок психологічної стійкості та самопомоги;

створення умов для залучення більшої кількості різних груп населення до оздоровчої рухової активності як інструменту психоемоційної та психосоціальної підтримки.

## **III. Принципи Концепції**

В основу реалізації Концепції закладені такі принципи:

принцип системності, що передбачає процес підтримки психічного здоров'я як частину цілісної системи піклування про здоров'я в цілому;

принцип центрованості полягає у підлаштуванні під потреби цільових груп та конкретних осіб;

принцип кращих практик передбачає використання практик, які мають докази ефективності та чіткі критерії оцінки результатів;

принцип компетентності обумовлює залучення до послуг з надання психоемоційної та психосоціальної підтримки, а також професійної допомоги в кризових ситуаціях фахових спеціалістів та компетентних фахівців, які пройшли спеціалізоване навчання;

принцип цифровізації спрямований на забезпечення кожного громадянина рівним доступом до послуг, інформації та знань у сфері психічного здоров'я.

#### IV. Шляхи реалізації Концепції

Реалізувати Концепцію у сфері психічного здоров'я заплановано такими шляхами.

1. Поліпшення доступності допомоги планується за рахунок залучення різних груп населення, зокрема внутрішньо переміщених осіб, військовослужбовців та членів їхніх сімей, ветеранів війни тощо до фізкультурно-оздоровчої діяльності та занять руховою активністю за місцем проживання та в місцях масового відпочинку в рамках соціального проекту «Активні парки – локації здорової України» для покращення фізичного та психічного здоров'я.

Ресурсне підґрунтя надання послуг занять різними видами рухової активності складає розгалужена мережа в регіонах центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх», сучасні спортивні майданчики з онлайн тренером або з координатором соціального проекту «Активні парки – локації здорової України» з безперешкодним доступом, професійна команда координаторів, мобільний додаток та вебресурс з матеріалами для занять руховою активністю онлайн тощо.

2. Підвищення рівня обізнаності щодо психічного здоров'я у суспільстві та подолання стигматизації передбачається за рахунок проведення комунікаційної кампанії щодо ролі психічного здоров'я у громадському здоров'ї, розвитку просвітницьких ресурсів, виконанні просвітницьких програм на національному та регіональному рівнях.

3. Удосконалення системи формування кадрового забезпечення надання послуг психологічної підтримки планується за рахунок проходження навчання координаторів соціального проекту «Активні парки – локації здорової України» з надання першої психологічної допомоги, забезпечення належної інформаційно-ресурсної бази та використання сучасних технологій, зокрема шляхом інтеграції в мобільний додаток «Активні парки» складових аптечки психологічної самопомоги Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?», підвищення рівня знань у сфері охорони психічного здоров'я.

4. Допомога цивільному населенню, у тому числі дітям та молоді, у подоланні стресу, пов'язаного з війною, та наслідків пережитих травматичних подій; запобігти розвитку психічних розладів, відновити та зберегти ментальне здоров'я через надання психологічної підтримки, розвиток емоційної стійкості у хабах «СпівДія» (за згодою) на базі молодіжних центрів, зокрема просторів «СпівДія Психологічна підтримка» та «СпівДія Заради дітей», а також сприяння введенню посад психологів у молодіжних центрах.

## V. Етапи та плани впровадження Концепції

На *першому етапі* (II півріччя 2023 року – I півріччя 2024 року) планується:

створення інформаційного підґрунтя для здійснення заходів з психоемоційної та психосоціальної підтримки населення, а також надання професійної допомоги в кризових ситуаціях;

забезпечення умов для залучення різних груп населення, зокрема соціально незахищених, до найдоступніших видів рухової активності як засобу покращення психічного здоров'я;

долучення до соціального проекту «Активні парки – локації здорової України» осіб з інвалідністю, зокрема ветеранів війни, в якості координаторів;

модернізація мобільного додатку соціального проекту «Активні парки» та введення його в експлуатацію;

спільно з Благодійною організацією «Благодійний фонд «СпівДія» (за згодою) формування/розширення команд «Співдія психологічна підтримка» та «СпівДія заради дітей»;

проведення курсу з психоемоційної підтримки, разових занять та заходів, занять з мінної безпеки, індивідуальних консультацій та групових заходів;

проведення навчань, у тому числі координаторів соціального проекту «Активні парки – локації здорової України», з надання першої психологічної допомоги та підвищення кваліфікації команд;

проведення інтерв'їзійних груп та індивідуальних суперв'їзій для команди психологів;

відкриття нових дружніх просторів на базі молодіжних центрів та інших закладів шкільної/позашкільної освіти, бібліотек;

психологічний супровід батьків;

уведення посад психологів до штату молодіжних центрів;

навчання працівників молодіжних центрів з формування навичок резильєнтності та надання першої допомоги у стресових ситуаціях.

На *другому етапі* (II півріччя 2024 року) передбачається:

підготовка методичних рекомендацій щодо проведення координаторами соціального проекту «Активні парки – локації здорової України» навчально-тренувальної роботи серед осіб з інвалідністю;

проведення моніторингу впливу рухової активності на стан психічного здоров'я населення за допомогою соціологічних опитувань, анкетування, психологічного тестування;

впровадження психологічного компоненту в роботу молодіжних центрів.

На *третьому етапі* (2025 рік) забезпечується аналіз здобутого досвіду, встановлення досягнень і викликів, корекція форм і методів роботи з урахуванням результатів моніторингу.

## VI. Очікувані результати

У результаті впровадження Концепції очікується створення однієї із складових комплексної системи психічного здоров'я населення, що передбачатиме відновлення та збереження рівня психічного здоров'я населення та покращення якості життя. Пріоритетними досягненнями реалізації Концепції є:

*для держави:*

населення, зокрема діти, підлітки та молодь, мають навички психологічної стійкості;

освітяни та молодіжні працівники, які можуть професійно надати психоемоційну підтримку молоді, дітям та підліткам;

фізично та ментально здорове і активне суспільство;

*для населення:*

збережене ментальне здоров'я цивільного населення, зокрема молоді, дітей та підлітків;

доступ до психоемоційної та психосоціальної підтримки дітям, підліткам та молоді;

активний та здоровий спосіб життя;

змістовне дозвілля;

довголіття.

## VII. Ключові показники ефективності

Ключовими показниками ефективності реалізації Концепції є:

збільшення кількості людей, у яких сформовано відповідальне ставлення до свого ментального здоров'я;

напрацювання алгоритму координації та співпраці з освітнім, соціальним та медичним секторами для підтримки підлітків та молоді;

підвищення кваліфікації фахівців молодіжної сфери та сфери фізичної культури та спорту з питань ментального здоров'я, у тому числі щодо механізму перенаправлення людей для отримання фахової цільової допомоги;

надання психологічної допомоги різним групам населення, у тому числі дітям та молоді, які цього потребують;

збільшення кількості людей, які володіють навичками психологічної стійкості та самопомоги;

збільшення кількості підготовлених фахівців з надання психоемоційної та психосоціальної підтримки, а також професійної допомоги в кризових ситуаціях;

збільшення чисельності громадян, які підтримують психоемоційний стан через залучення до фізкультурно-оздоровчої діяльності та оздоровчу рухову активність за місцем проживання та в місцях масового відпочинку в рамках соціального проекту Президента України «Активні парки – локації здорової

України»;

розширення мережі спортивних локацій для занять оздоровчою руховою активністю за місцем проживання та в місцях масового відпочинку громадян як засобу покращення психічного здоров'я.

Директор департаменту фізичної  
культури та неолімпійських видів спорту

Олександр СТЕЦЕНКО