

УДК 159.97 О-72

Кобетяк А. Р.

д. п. н., доцент

доцент кафедри філософії та політології

Житомирський державний університет імені Івана Франка

СТАН ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ПОСТВОЄННОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Проблематика психічного здоров'я набула особливої ваги у зв'язку з масштабними соціальними потрясіннями, спричиненими війною в Україні. Військові дії, вимушене переселення, втрата близьких і соціальна нестабільність призвели до значного зростання рівня психологічної дезадаптації серед різних груп населення. У поствоєнний період питання відновлення психічного благополуччя стає ключовим елементом державної політики, системи охорони здоров'я та соціальної реабілітації. Метою цієї статті є аналіз сучасного стану психічного здоров'я населення України в умовах поствоєнної реабілітації, визначення основних викликів і перспектив відновлення психологічного добробуту.

Психічне здоров'я як пріоритет національної безпеки та сталого розвитку. Визначення психічного здоров'я як інтегрального показника суспільного добробуту стало основою для формування нової концепції державної політики у сфері охорони здоров'я. Згідно з даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), близько 15% українців можуть мати ті чи інші прояви посттравматичних стресових розладів (ПТСР), тривожних або депресивних станів. Психологічні наслідки війни торкнулися не лише військовослужбовців, а й цивільного населення, зокрема внутрішньо переміщених осіб, дітей та літніх людей. Українські дослідження свідчать, що серед ветеранів бойових дій рівень емоційного виснаження перевищує 60%, а понад третина має клінічні прояви ПТСР. Це зумовлює необхідність комплексної міжвідомчої взаємодії у сфері психосоціальної реабілітації.

Система психосоціальної підтримки в умовах поствоєнної реабілітації. Після 2022 року в Україні було створено низку державних і громадських ініціатив, спрямованих на розвиток системи ментального здоров'я. Ключову роль відіграє Національна програма психічного здоров'я та психосоціальної підтримки під патронатом першої леді України Олени Зеленської, яка передбачає децентралізацію психологічних послуг, підготовку фахівців первинної ланки та створення мережі кризових центрів. Паралельно функціонують проекти міжнародних організацій – SAID, UNICEF, Médecins Sans Frontières, які надають допомогу ветеранам, переселенцям, освітянам і медикам. Важливо, що у процесі поствоєнної реабілітації акцент робиться не лише на медичній допомозі, а й на соціальній інтеграції, підтримці родин, духовному супроводі та громадській активності осіб, які пережили воєнні травми.

Регіональні відмінності та виклики відновлення психічного благополуччя. Дослідження свідчать про значну регіональну диференціацію у стані психічного здоров'я. Найвищий рівень психологічного стресу фіксується серед населення прифронтових та деокупованих

територій, де рівень соціальної підтримки та доступ до послуг залишаються обмеженими. Водночас великі міста демонструють активніші темпи розбудови центрів психічного здоров'я та освітніх програм із профілактики стресу. Серед актуальних проблем – дефіцит кваліфікованих психотерапевтів, недостатня інтеграція психологічних практик у систему освіти та охорони здоров'я, а також упередження щодо звернення по психологічну допомогу.

Перспективи розвитку системи психічного здоров'я. Поствоєнна реабілітація потребує довготривалої стратегії, що охоплює не лише медичний аспект, але й соціальну, освітню та культурну складові. Необхідно розширювати мережу кризових центрів, впроваджувати програми психоедукації, навчання стресостійкості та емоційної грамотності в освітніх закладах. Важливу роль відіграє цифровізація – створення онлайн-платформ для анонімних консультацій і груп підтримки. У перспективі Україна може стати прикладом побудови інноваційної моделі психічного відновлення у післяконфліктному суспільстві, заснованої на синтезі медичних, психологічних та соціальних практик.

Підсумовуючи відзначимо, що стан психічного здоров'я в Україні в умовах поствоєнної реабілітації є одним із визначальних факторів відновлення людського потенціалу й соціальної стійкості держави. Масштаб викликів вимагає системного підходу, що поєднує державну політику, діяльність громадського сектору та міжнародну співпрацю. Основним завданням найближчих років має стати формування сталої системи психічного здоров'я, орієнтованої на людину, її гідність і можливість повноцінної соціальної інтеграції після травматичних подій війни.

Список літератури

1. Всесвітня організація охорони здоров'я. Mental health in emergencies: key facts. Женева : WHO, 2023. URL: : <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-in-emergencies>.
2. Національна програма психічного здоров'я та психосоціальної підтримки під патронатом Першої леді України. Київ: МОЗ України, 2024. 48 с.