

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-645-4-53>

SUPPORTING THE MENTAL HEALTH OF PUBLIC SERVANTS IN TIMES OF WAR

ПІДТРИМКА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПУБЛІЧНИХ СЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Lykhach Yuliia Yuriivna

*PhD in Public Administration,
Director
High School of Public Governance
Kyiv, Ukraine*

Лихач Юлія Юріївна

*кандидат наук з державного
управління, директор
Вища школа публічного управління
м. Київ, Україна*

Проблема підтримки ментального здоров'я надзвичайно загострилася після початку повномасштабного вторгнення РФ на територію України. Такі чинники, як участь у бойових діях, перебування в прифронтовій зоні та окупації, втрата почуття безпеки внаслідок ракетних обстрілів чи бомбових ударів, невпевненість у майбутньому і тривога за рідних та близьких значно підвищують уразливість громадян до стресу та сприяють поширенню психічних розладів. Це створює серйозні виклики для держави та суспільства, які потребують невідкладного вирішення на рівні державної політики.

За ініціативи першої леді Олени Зеленської з 2023 року в Україні реалізовується Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?». Програма спрямована на розбудову якісної системи надання послуг у сфері психосоціальної підтримки та розвиток культури піклування про ментальне здоров'я. Розробку та впровадження Всеукраїнської програми ментального здоров'я координує Міністерство охорони здоров'я України спільно з Всесвітньою організацією охорони здоров'я та громадською організацією «Безбар'єрність». Майданчиком для розробки та ухвалення рішень з реалізації програми є Міжвідомча координаційна рада при Кабінеті Міністрів України.

Результати соціологічного дослідження «Психічне здоров'я та ставлення українців до психологічної допомоги під час війни» демонструють зниження рівня задоволеності власним психологічним станом, який на початок 2025 року становив 36%. Серед опитаних 83% відчують високий рівень стресу, причому 78% безпосередньо пов'язують це з повномасштабним російським вторгненням. Найбільшими аспектами занепокоєння через війну залишаються безпека близьких (74%) та ризик для життя і можливість отримати травми (54%). Серед опитаних українців продовжують залишатись високими рівні втоми,

напруженості, страху та роздратування. Останнім часом респонденти найчастіше відчували тривожність та напругу (58%), погіршення сну (50%), виснаженість (49%), поганий настрій (49%), емоційну нестабільність (45%) та роздратування чи злість (44%) [1].

Повномасштабне вторгнення РФ стало справжнім випробуванням і для системи державного управління. Україна в надважких умовах тримається завдяки мужності військових і безперервній роботі органів публічної влади. Незважаючи на військові дії, в державі реалізуються євроінтеграційні реформи, надаються послуги, виплачуються зарплати, пенсії, здійснюються соціальні виплати. Це заслуги публічних службовців та показник управлінського потенціалу країни.

Разом з тим, надмірне професійне навантаження, зміни в організації праці, високі вимоги до відповідальності, професіоналізму, постійне відчуття стресу і тривоги призводять до емоційного, розумового та фізичного виснаження публічних службовців.

У цей же час, робота з громадянами в умовах збройного конфлікту вимагає від публічних службовців не лише високого рівня професійної компетентності, а й володіння навичками коректного, людиноцентричного, емпатійного спілкування, здатності надавати допомогу і підтримку людям з повагою до їхньої гідності, відповідно до культурних та соціальних особливостей.

Враховуючи вищезгадане, можна визначити основні компоненти проблеми у сфері психосоціальної підтримки та адаптації публічних службовців:

- недостатня популяризація ментального здоров'я та низька обізнаність щодо його ролі у приватному і професійному житті;
- відсутність в органах публічної влади культури ментального здоров'я на робочому місці та низька доступність для публічних службовців заходів з психосоціальної підтримки та адаптації;
- недостатня увага розвитку психологічної компетентності публічних службовців;
- недостатня координація діяльності органів публічної влади та інших заінтересованих сторін щодо вирішення питань психосоціальної підтримки, адаптації та розвитку психологічної компетентності публічних службовців.

Нові виклики передбачають володіння публічними службовцями психологічною компетентністю, яка дозволяє людині ефективно адаптуватися до сучасних безпекових умов та нових соціально-економічних реалій, краще розуміти себе та інших, мати гармонійні стосунки з оточенням, успішно реалізовувати свій особистісний потенціал, відчувати високий рівень психологічного благополуччя тощо.

На сьогодні психосоціальна підтримка, розвиток психологічної компетентності, адаптація ветеранів/ветеранок до цивільного життя має стати одним із напрямків розвитку організаційної культури органів публічної влади. Така діяльність органів публічної влади має передбачати низку заходів з формування в колективі культури психологічної безпеки на робочому місці, розвитку психологічної компетентності, попередження стресових розладів та професійного вигорання публічних службовців.

З метою вивчення потреб у психосоціальній підтримці, адаптації та розвитку психологічної компетентності 2023 року Вищою школою за підтримки Регіонального фонду «Реформа державного управління у країнах Східного партнерства», GIZ проведено опитування публічних службовців. Дослідження тривало з 13 по 27 грудня 2023 року та участь у ньому взяли 9 843 представники органів публічної влади [2].

Узагальнивши відповіді респондентів, можемо сформулювати перелік найпоширеніших пропозицій щодо покращення психосоціальної підтримки співробітників органу або співробітників, які повернулись з військової служби/стали до роботи після військової служби:

- підготовка та розповсюдження серед працівників рекомендацій щодо поведінки з особами, які отримали травматичний досвід війни: як налагодити роботу з ветеранами, допомогти адаптувати такого співробітника в колективі; психологічна підтримка у спілкуванні ВПО тощо;
- підготовка та надання методичних матеріалів з підтримки ментального здоров'я;
- організація та проведення додаткових навчань/тренінгів з підтримки ментального здоров'я для співробітників органу;
- розробка та реалізація окремих програм для ветеранів/ветеранок, які повернулися на державну службу;
- ініціювання можливості введення у структуру органу посади психолога з метою підтримки психологічного стану колективу та запровадження окремого облаштованого простору (кімнати) для психологічного розвантаження на робочому місці.

Запровадження заходів з психосоціальної підтримки та адаптації на робочому місці сприятиме посиленню корпоративного духу, створенню позитивної підтримуючої організаційної культури, розвитку психологічної компетентності публічних службовців, підвищенню продуктивності діяльності, поліпшенню командної роботи та загальному добробуту працівників. Реалізація цих заходів забезпечить співробітникам відчуття захищеності та сприятиме створенню організаційної культури, де панує підтримка й взаємоповага, є вільний доступ до ресурсів ментальної підтримки тощо.

Література:

1. Українці відчують стрес і тривогу, але обирають конструктивні копінгові стратегії реагування на ці стани. Програма ментального здоров'я «Ти як?». URL: <https://howareu.com/news/ukrainsi-vidchuvaiut-stres-i-tryvohu-ale-obyraiut-konstruktyvni-kopinhovii-stratehii-reahuvannia-na-tsi-stany>

2. Вища школа вивчила потреби держслужбовців у психосоціальної підтримці. Звіт за результатами опитування. URL: <https://hs.gov.ua/vishha-shkola-vivchila-potrebi-derzhsluzhbovcziv-u-psihsoczialnij-pidtrimci/>