

Наталя Спиця

викладач кафедри

психології та педагогіки

Дніпровського державного

університету внутрішніх справ,

кандидат філософських наук, доцент

МЕНТАЛЬНІ КОДИ НАЦІЇ ЯК ЧИННИКИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

Від початку російського збройного вторгнення на сході України та в Криму, а особливо з лютого 2022 року українське та й світове суспільство не перестає ставити глибинні питання: як стало можливим безумство такої кількості людей, коли всупереч здоровому глузду та елементарній логіці мільйони людей захопились кривавими ідеями та жагою насилля. Звичайно, такі питання вже порушували психологи, філософи, історики та політологи, коли досліджували феномени світових воєн, особливо Другої світової, але в цивілізованому світі панувала впевненість, що такі нелюдські звірства ніколи не повторяться у сучасному світі, сповненому сучасних технологій, можливості швидко і доступно обмінюватись інформацією, в суспільстві освічених людей. Сучасний світ виявив, що незважаючи на всі набуті відкриття науки і звершення соціального і культурного виміру, в ньому є місце не просто окремим індивідам, а цілим країнам створювати простір, де панує безпорадність, знецінення загальнолюдських базових принципів добра та головних чеснот, де в контексті ірраціональної прихильності владі люди готові на масові жертвопринесення чужими життями та особистою гідністю.

У таких умовах питання психічного здоров'я набуває нової особливої актуальності. До широкомасштабного вторгнення РФ на територію України тема психічного благополуччя нечасто обговорювалася публічно – панувало переконання, що кожен має самостійно дбати про свій психоемоційний стан. Але війна показала: впоратися наодинці неможливо. Саме це усвідомлення дало поштовх до запуску державних програм психологічної допомоги, активізації волонтерських ініціатив та залучення міжнародних фахівців у сфері кризової психотерапії. У країні активно формується та розвивається простір підтримки та охорони психічного здоров'я громадян. Суспільство дедалі чіткіше розуміє: психічне здоров'я є основою збереження нації. Загалом, психічне здоров'я належить до проблем, які з часом потребують все більшої уваги суспільства та держави.

Для того щоб фахівці у сфері психології могли діяти ефективно, необхідно спиратися на національний інтелектуальний ресурс і, зокрема, на філософські засади, з яких виростає психологічне знання. Досвід країн Західної Європи та США демонструє поступову еволюцію підходів до

розробки принципів охорони психічного здоров'я, коли починаючи з другої половини XX сторіччя акценти змінювались у напрямку антропологічних орієнтирів – підтримку людей у межах їхніх локальних спільнот. Економічні виклики початку XXI століття у країнах ЄС, спричинили зменшення фінансування соціальних послуг, зокрема у сфері психічного здоров'я. незважаючи на це, усвідомлення значущості цієї проблеми зростало, тому на зараз у Європі діє програма спрямована на укріплення психічного добробуту, профілактику розладів і забезпечення доступності допомоги. Такий підхід свідчив про поступ до системного і проактивного вирішення проблем психічного здоров'я, основною метою таких процесів стала доступна психологічна підтримка та профілактика психічних розладів. Україна в цьому процесі посідає особливе місце, адже її шлях до формування простору психологічного здоров'я нації проходить крізь призму великої катастрофи війни та всіх випробувань, які супроводжують суспільство, що четвертий рік поспіль протидіє навалі сильного та жорстокого ворога. Звичайно ж держава не може жити тільки війною – вона продовжує виховувати дітей, надавати освіту, опікуватись здоров'ям своїх громадян, а отже – відшукує свій особистий і особливий шлях до здорової нації. Варто наголосити, що фундаментальне розуміння психічного здоров'я починається як з психології, так і з глибинних філософських основ, які визначають цінності, смисли та межі людського буття, з ментальних кодів, які століттями формували особливі риси ДНК нації.

Головна місія держави полягає у створенні умов для повноцінного гуманістичного розвитку своїх громадян. Такі умови створюються через формування особливого простору інтелектуального, емоційного, ціннісного зростання. Мова не тільки про збереження емоційної рівноваги, як базового гомеостазу життя людини. Хоча це головний пріоритет, на думку більшості в умовах війни на українській землі. Мова ще і про усвідомлення цінності неспокою як продуктивного, креативного стану, який стимулює когнітивний розвиток, формує здатність до рефлексії та відкриває нові горизонти у процесі самопізнання та пізнання світу. Сутність психологічного здоров'я нації полягає у здатності до гнучкої адаптації, до реконструкції уявлень про себе та світ у відповідь на радикальні зовнішні зміни. Кризовий досвід може спричинити глибоку психологічну травму, що порушує базові відчуття впорядкованості реальності та особистісного контролю. У такому стані людина може втратити когнітивну перспективу – здатність проєктувати майбутнє, планувати, формулювати цілі та поступово реалізовувати їх. Якщо травма не була осмислена й інтегрована в життєвий досвід, індивід здатен застрягнути у минулому і втратити спроможність до подальшого розвитку. Психологічне здоров'я тісно пов'язане з умінням бачити себе у майбутньому, що є передумовою цілепокладання і особистісного зростання про що, наприклад, говорить у своїй монографії В. Климчук [1].

Зважаючи на нашу історію, українці мають багатий досвід кризових

станів, що проживався майже кожним поколінням через навали загарбників та наругу над нашою довірою сумнівних політичних «партнерів». Водночас дослідники описують українське культурне ДНК як націю закоханих у свою землю людей, що плекає природу, сімейні цінності та подекуди поринає у замріяність філософського космізму, як проявленому емоційно-особистісному почутті співпричетності зі світом. Такі, на перший погляд, далекі від суворої реальності сьогодення речі, насправді формують певний ціннісний стрижень багатьох українців, яким на противагу всім випробуванням воєнного часу вдалось зберегти своє ментальне здоров'я та підтримати інших, хто потребує допомоги. Адже ціннісний компонент психологічного здоров'я буквально забезпечує основу самоактуалізації особистості про що в свій час писав А. Маслоу, окреслюючи основи гуманістичної теорії особистості.

Індивід, позбавлений цілісної системи цінностей, виявляється або неспроможним до саморозвитку через особисту інертність, або перебуває у соціокультурному середовищі, що не сприяє реалізації потенціалу особистості. Така людина обмежена у когнітивному сприйнятті, в спектрі інтересів і в глибині екзистенційного переживання буття.

Отже, для збереження психічного здоров'я нації, що є стратегічно важливим питанням, варто комплексно підходити до проблеми – вивчати ментальні особливості української нації, як можливі чинники самоактуалізації, що допомагають подолати кризові стани та вийти після травми війни у зростання не тільки індивідуальне, але й суспільне, національне.

1. Климчук В. О. Психологія посттравматичного зростання : монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 125 с.

Олександр Талдикін

доцент кафедри теорії держави та права
Дніпровського державного
університету внутрішніх справ,
кандидат юридичних наук, доцент

НАРОДОВЛАДДЯ І ПРАВОВИЙ РЕЖИМ ВОЄННОГО СТАНУ В КОНТЕКСТІ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРИНЦИПУ ВЕРХОВЕНСТВА ПРАВА

Забезпечення верховенства права є одним з основоположних принципів існування сучасного громадянського суспільства та необхідною умовою існування держави, що позиціонує себе з правовою. До того ж право, яке закріплює основи суспільного та державного ладу, права і свободи людини,