



Brüsszel, 2023.6.7.
COM(2023) 298 final

**A BIZOTTSÁG KÖZLEMÉNYE AZ EURÓPAI PARLAMENTNEK, A
TANÁCSNAK, AZ EURÓPAI GAZDASÁGI ÉS SZOCIÁLIS BIZOTTSÁGNAK ÉS A
RÉGIÓK BIZOTTSÁGÁNAK**

a mentális egészség átfogó megközelítéséről

A mentális egészség az egészség szerves része. A jóllét olyan állapotáról van szó, amelyben az egyének felismerik saját képességeiket, képesek megbirkózni az életben felmerülő stresszhelyzetekkel, és szerepet vállalhatnak a közösségi életben. A mentális egészség a termelékeny gazdaság és a befogadó társadalom előfeltétele, és túlmutat az egyéni vagy családi ügyeken.

A mentális egészség vagy betegség nem véletlenül alakul ki: személyes és külső tényezőktől függ. Tükrözi társadalmunk, gazdaságunk és környezetünk állapotát, és ezek, valamint a minket körülvevő világ helyzete befolyást gyakorolnak rá. Az Európai Unió (EU) és a világ olyan példátlan válságokon ment keresztül, mint a Covid19-világjárvány és Oroszország Ukrajna ellen folytatott agressziós háborúja, az energiaválság és az infláció, amelyek megrázkódtatásként érték az emberek mindennapi valóságát, elvárásait és bizalmát. Bolygónk hármass válsága (az éghajlatváltozás, a biológiai sokféleség csökkenése és a szennyezés) súlyosbodik. A fokozott digitalizáció, a demográfiai változások és a munkaerőpiac radikális változásai a lehetőségek mellett kihívásokat is jelentenek. E válságok kezelésén túl a mentális egészséggel kapcsolatos kihívások kezelése kulcsfontosságú az egyének és a lakosság rezilienciájának növelése szempontjából.

A mentális egészség javítása egyszerre társadalmi és gazdasági szükségszerűség. A Covid19-világjárvány előtt a mentális egészségi problémák mintegy 84 millió embert érintettek az EU-ban (hatból egy embert), ami 600 milliárd EUR költséggel járt (a GDP több mint 4 %-a)¹, és jelentős regionális, társadalmi, nemek közötti és életkorbeli egyenlőtlenségeket mutatott. Ami a munkahelyeket illeti, a munkavállalók 27 %-a számolt be arról, hogy az elmúlt tizenkét hónapban munkahelyi stresszt, depressziót vagy szorongást tapasztalt. Ezek a tényezők növelik a munkahelyi hiányzás esélyeit, súlyos hatást gyakorolva a munkavállalók életére és a vállalati szervezésre. A mentális egészséggel kapcsolatos **fellépés elmaradásának költségei** már most is jelentősek, és sajnálatos módon az előrejelzések szerint a globális stresszhatásokkal összhangban még tovább fognak emelkedni. Már 2019-ben Unió-szerte az emberek több mint 7 %-a szenvedett depresszióban², és 13 %-uk a legtöbbször magányosnak érezte magát.

A világjárvány komoly veszélyt jelentett a mentális egészségre, különösen a fiatalok és a már meglévő mentális megbetegedéssel küzdő személyek körében. A világjárvány idején az EU-ban a magányos személyek száma megduplázódott a világjárvány előtti évekhez képest, és egyes régiókban elérte a 26 %-ot³. A magány fokozódása és a társas interakciók csökkenése, a saját és a szeretett személyek/családtagok egészségével kapcsolatos aggodalmak, a jövővel

¹ [Egészségügyi pillanatkép: Európa, 2018.](#)

² [Eurostat News – Eurostat \(europa.eu\).](#)

³ [Új jelentés: Loneliness doubles in Europe during the pandemic \(A magányosság megduplázódott Európában a világjárvány idején\) \(europa.eu\).](#)

kapcsolatos bizonytalanság, valamint a félelem és veszteség okozta szorongás mind poszttraumás stressz szindrómát idézett elő⁴.

A közúti balesetek után az öngyilkosság a második leggyakoribb halálok a fiatalok (15–19 évesek) körében⁵. Az EU-ban a gyermekek és a fiatalok mentális egészségvesztésének becsült éves mértéke 50 milliárd EUR⁶.

E statisztikák mögött több millió személyes történet húzódik meg. Gyermekek és tizenévesek történetei, akik számára a táblagépek és az okostelefonok, valamint a közösségimédia-platformok és az üzenetküldő alkalmazások az élet szerves részévé váltak – a fizikai és mentális egészség kárára. A hátrányos megkülönböztetéssel szembesülő, társadalmilag kirekesztett emberek történetei. A magukat magányosnak érző idős emberekről és a kiegészítő szindrómában szenvedő munkavállalókról szóló történetek; az aktuális helyzettel megbirkózni képtelen szülők és azon személyek történetei, akik elszigeteltnek érzik magukat amiatt, akik, vagy ahol élnek.

Az Európai Unió Alapjogi Chartája szerint mindenkinek **joga van a megelőző egészségügyi ellátáshoz és az orvosi kezeléshez** a nemzeti jogszabályokban és gyakorlatban megállapított feltételek mellett. A szociális jogok európai pillére szerint mindenkinek joga van ahhoz, hogy időben hozzáférjen a színvonalas, megfizethető, megelőző és gyógyító egészségügyi ellátáshoz.

Az egészséges társadalom részét kell képeznie annak, hogy az emberek tudják: a segítség elérhető, és hozzá lehet férni a támogatáshoz és a megfizethető, magas színvonalú ellátáshoz. Fontos **közpolitikai célként** kell kitűzni annak biztosítását, hogy senki ne maradjon ki, a polgárok Unió-szerte egyenlő hozzáféréssel rendelkezzenek a megelőzési és mentális egészségügyi szolgáltatásokhoz, valamint hogy a visszailleszkedés és a társadalmi befogadás szabjon irányt a mentális betegségek elleni kollektív fellépésnek. Ahhoz, hogy Európa közelebb kerüljön ehhez a célhoz, hatékony iránymutatásokra, koordinációra, megerősített támogatásra és célzott fellépésre van szükség. A demográfiai változások elemzése alapul szolgálhat a célzott beavatkozásokhoz, mivel a demográfiai tényezők segíthetnek azonosítani azokat a kiszolgáltatott csoportokat, amelyek egyedi támogatást vagy erőforrásokat igényelhetnek, és ennek megfelelően alakíthatják a szakpolitikát.

Erre a valóságra és a polgárok mentális egészséggel kapcsolatos felhívására reagálva Ursula von der Leyen elnök az Európa jövőjéről szóló konferencia keretében új kezdeményezést jelentett be az uniós mentális egészséggel kapcsolatban. A Bizottság „Az európai életmód előmozdítása” elnevezésű prioritásának részeként ez a kezdeményezés fordulópontot jelent a mentális egészség kérdésének uniós kezelésében. A Bizottság reagál továbbá az Európai

⁴ [The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice \(A Covid19 világjárvány következményei a mentális egészségre és a klinikai gyakorlatra gyakorolt hatások\) | European Psychiatry | Cambridge Core.](#)

⁵ The [State of the World's Children 2021](#) (A világ gyermekeinek helyzete, 2021): On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health, Regional brief (A gyermekek mentális egészségének előmozdítása, védelme és gondozása), regionális tájékoztató: Európa, UNICEF, 2021.

⁶ [SOWC-2021-Europe-regional-brief.pdf \(unicef.org\).](#)

Parlamentnek a munka digitális világában a mentális egészségről szóló, 2022. évi állásfoglalását követő cselekvésre irányuló felhívására⁷, amelyben felszólította az uniós intézményeket és a tagállamokat, hogy ismerjék el a munkával kapcsolatos mentális egészségügyi problémák mértékét az EU-ban, és ennek megfelelően járjanak el. Ez a közlemény a mentális egészség új, ágazatokon átívelő stratégiai megközelítésének kezdete, amely túlmutat az egészségügyi politikán. A mentális egészségügyi problémáktól szenvedők számára nyújtandó segítségre és a megelőzési politikákra összpontosít. **Az összes uniós polgárra alkalmazandó három vezérelvre** támaszkodik: i. a megfelelő és hatékony megelőzéshez való hozzáférés, ii. a magas színvonalú és megfizethető mentális egészségügyi ellátáshoz és kezeléshez való hozzáférés, valamint iii. a társadalmi helyreállítást követő visszailleszkedés lehetővé tétele.

Ezek az irányadó elvek a kezdeményezés valamennyi szempontját figyelembe veszik, és közvetlenül tükröződnek annak fejezeteiben.

A mentális egészség mai átfogó megközelítése együttműködésre szólítja fel a nemzeti és regionális szereplőket, az egészségügyi és nem egészségügyi szakpolitikai ágazatokat, valamint az érintett érdekelt feleket – a betegszervezetektől és a civil társadalmi szervezetektől kezdve a tudományos körökig és az iparig bezárólag. Célja, hogy – globális szinten is – eszközöket vezessen be a változás ösztönzésére, a meglévő struktúrák fellendítésére és az intézkedések nyomon követésére.

Támogatni fogja a tagállamokat az Egészségügyi Világszervezet (WHO) nem fertőző betegségekre vonatkozó céljainak⁸ 2025-ig, valamint a fenntartható fejlődési célok⁹ 2030-ig történő elérésére irányuló erőfeszítéseikben, ideértve a mentális egészséggel kapcsolatos célokat is.

a. A mentális egészség integrálása valamennyi szakpolitikába

Egy **átfogó megközelítésnek** el kell ismernie a biológiai és pszichológiai tényezők hatását, valamint a család, a közösség, a gazdaság, a társadalom, a környezet és a biztonság fontosságát. Ez magában foglalja a munka és a gondozás összeegyeztetésének szerepét, az iskolai és munkahelyi környezetet, valamint a digitális világot, a társadalmi (pl. a tapasztalt erőszak szintje, nem, viselkedés, oktatás¹⁰), a gazdasági (pl. instabilitás, infláció, szegénység és munkanélküliség) és a kereskedelmi (pl. agresszív marketing által gyakorolt nyomás) egészségmeghatározó tényezőket.

⁷ https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/TA-9-2022-0279_EN.html.

⁸ [On the road to 2025 \(A 2025-ig tartó úton\) \(who.int\)](#).

⁹ 3.4. fenntartható fejlődési cél | Nem fertőző betegségek és mentális egészség: A nem fertőző betegségek okozta korai halálozás egyharmaddal történő csökkentése 2030-ig megelőzés és kezelés révén, valamint a mentális egészség és jóllét előmozdítása.

¹⁰ [Education: a neglected social determinant of health \(Oktatás: az egészség elhanyagolt társadalmi meghatározója\) – The Lancet Public Health](#).

Következésképpen szakpolitikákra van szükség számos területen, például az oktatás, az ifjúság, a művészetek és a kultúra, a környezet, a foglalkoztatás, a kohézió, a kutatás és innováció, a szociális védelem, a fenntartható városfejlesztés és a digitális világ tekintetében a mentális egészség javítása és a mentális egészséggel szembeni reziliencia támogatása érdekében. A megfelelő mentális egészség akadályait nem lehet csak az egészségügyi rendszeren belül leküzdeni¹¹.

A mentális egészséget meghatározó tényezők kölcsönhatásban vannak a társadalomban fellelhető egyenlőtlenségekkel, így egyes személyek jobban ki vannak téve a nem megfelelő mentális egészség kockázatának, mint mások. Ha a nem, faji vagy etnikai származáson, valláson vagy meggyőződésen, fogyatékoságon, életkoron vagy szexuális irányultságon alapuló **hátrányos megkülönböztetés**, az **erőszak és a gyűlölet** a nem megfelelő mentális egészség oka, az egyenlőség előmozdítása a megelőzés fontos eszköze társadalmainkban. A Bizottság 2020-ban és 2021-ben öt esélyegyenlőségi stratégiát¹² fogadott el az **egyenlőségközpontú Unió** megvalósítása érdekében. Valamennyi stratégia hangsúlyozza a rosszabb mentális egészséget előidéző hátrányos megkülönböztetés kockázatát. A gyermekkor az élet kulcsfontosságú szakasza a jövőbeli mentális egészség meghatározásában, amint azt az **EU gyermekjogi stratégiája**¹³ is hangsúlyozza, amely átfogó megközelítést szorgalmaz annak érdekében, hogy megvédje a gyermekeket az erőszak minden formájával szemben, illetve megelőzze az ilyen eseteket.

Az **ifjúság európai éve** (2022) a fiatalok pozitív kilátásainak helyreállítására összpontosított, és a fiatalok mentális egészségét és jóllétét támogató tevékenységeket foglalt magában. A **készségek európai éve** 2023-ban elő fogja mozdítani a képzésbe és továbbképzésbe való beruházást az életlehetőségek növelése, valamint az emberek és a munkavállalók változashoz való alkalmazkodóképességének javítása érdekében, ami fontos a mentális egészség átfogó megközelítésének előmozdítása szempontjából.

A mentális egészség terén folytatott olyan politikáról van szó, amelynek minden igénynek megfelelően a releváns szakpolitikai területeken is működni kell. Egyre több kutatás mutat rá például arra, hogy az összekapcsoltság és a természettel való kapcsolat újbóli megteremtése kedvező hatást gyakorol a mentális egészségre. Ugyanakkor széles körben elismert tény a szennyezés mentális egészségre gyakorolt hatása, többek között a légszennyezés vagy a polgárok mérgező vegyi anyagoknak való kitétsége révén. Az **európai zöld megállapodás** keretében kitűzött, a tiszta környezet, a renaturalizált és helyreállított területek, valamint a városi zöldítés előmozdítására irányuló célok és intézkedések kedvező hatással vannak fizikai és mentális egészségünkre.

¹¹ [Egészségesebb lélek, egészségesebb munkavégzés: A figyelemfelhívástól a változásig az integrált mentális egészségben, készségekben és munkahelyi politikákban | Mentális egészség és munka | OECD iLibrary \(oecd-ilibrary.org\)](#).

¹² [Nemi esélyegyenlőségi stratégia; az LMBTIQ-személyek egyenlőségéről szóló stratégia; a romákra vonatkozó stratégiai keret; a fogyatékosággal élő személyek jogairól szóló stratégia](#).

¹³ [Az EU gyermekjogi stratégiája és az európai gyermekgarancia \(europa.eu\)](#).

A digitális szolgáltatások használatához kapcsolódó kockázatok – többek között a mentális egészséggel kapcsolatos kockázatok – kezelése érdekében a **digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály**¹⁴ széles körű átvilágítási kötelezettségeket hoz létre az online közvetítőkre vonatkozóan. A megoldást szolgáló célzott intézkedések lehetővé tétele és a közpolitikai aggályok hatékony kezelése érdekében a digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály elismeri az **adott személy fizikai és mentális jóllétére** gyakorolt súlyos negatív hatásokkal, valamint a **gyermekek fizikai és mentális fejlődésére** gyakorolt esetleges következményekkel kapcsolatos sajátos kockázatokat, amelyeket e platformok használata okozhat. A legnagyobb, az Unióban több mint 45 millió felhasználóval rendelkező platformok és keresőmotorok kötelesek felmérni a szolgáltatásaik által a mentális egészségre jelentett rendszerszintű kockázatokat, és intézkedéseket elfogadni az azonosított kockázatok csökkentésére¹⁵.

A Bizottság a népegészségügyi szakértői csoporton¹⁶ keresztül már támogatja a **bevált gyakorlatok** tagállamok és érdekelt felek általi **átadását** annak érdekében, hogy a közösségek¹⁷ valamennyi szakpolitikájában előmozdítsák a mentális egészséget.

A politikai döntéshozatal hatékonyabb támogatása érdekében folyamatban van egy tanulmány, amely a **mentális egészséggel és jólléttel kapcsolatos szakpolitikák bővítésének hatékonyságát** elemzi a tagállamokban¹⁸.

KIEMELT KEZDEMÉNYEZÉSEK

1. A MENTÁLIS EGÉSZSÉG KAPACITÁSÉPÍTÉSÉRE IRÁNYULÓ EURÓPAI KEZDEMÉNYEZÉS

- 2023-ban a Bizottság „az EU az egészségért” program keretében 11 millió EUR-t különít el a tagállamok **kapacitásépítésének** támogatására egy **olyan megközelítés érdekében**, amely a WHO-val karöltve **valamennyi szakpolitikában előmozdítja a mentális egészséget**¹⁹.
- A Bizottság 10 millió EUR-t²⁰ különít el arra, hogy támogassa az érdekelt felek szerepét a **mentális egészség előmozdításában** a kiszolgáltató csoportokra – köztük

¹⁴ Az Európai Parlament és a Tanács (EU) 2022/2065 rendelete a digitális szolgáltatások egységes piacáról és a 2000/31/EK irányelv módosításáról (a digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály), <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/HU/TXT/?uri=celex%3A32022R2065>

¹⁵ Ez magában foglalhatja például a személyre szabott ajánlások kedvezőtlen hatásainak enyhítését és az ajánlásokban alkalmazott kritériumok korrekcióját, konkrét tájékoztatás céljából a reklámbevételek megszüntetését, illetve a hiteles információforrások láthatóságának kiigazítását.

¹⁶ https://health.ec.europa.eu/non-communicable-diseases/expert-group-public-health_hu

¹⁷ Például az [Európai Szövetség a Depresszió Ellen \(European Alliance Against Depression, EAAD\) legjobb gyakorlati modellje](#) a depressziós gondozás javítására és az öngyilkos magatartás európai megelőzésére, a harmadik uniós egészségügyi program finanszírozásában: 2 millió EUR.

¹⁸ „Az EU az egészségért” 2021. évi munkaprogram keretében nyújtott pénzügyi támogatás: DP-g-07.2.1 A nem fertőző betegségekkel kapcsolatos innovatív bevált gyakorlatok és kutatási eredmények összegyűjtése és végrehajtásának támogatása: a költségvetés megerősítése a források újraelosztásával: 1 millió EUR.

¹⁹ A WHO-val kötött hozzájárulási megállapodás révén (a költségvetés megerősítése a források újraelosztásával: 11 millió EUR) „az EU az egészségért” 2022. évi munkaprogram keretében: DP-g-22-07.02 A mentális egészséggel kapcsolatos kihívások kezelése.

²⁰ „Az EU az egészségért” 2022. évi munkaprogram keretében nyújtott pénzügyi támogatás: DP-g-22-07.01/03/04 Pályázati felhívás a mentális egészség előmozdítására: 10 millió EUR.

a gyermekekre és a fiatalokra, valamint a migráns/menekült lakosságra – összpontosító **közösségekben**.

- 2024-ben a Bizottság elindítja a **mentális egészséggel kapcsolatos kapacitásépítés multidiszciplináris megközelítésének tervezetét (eszköztárát)**²¹.

A Bizottság sürgeti a tagállamokat, hogy fogadjanak el olyan megközelítést, amely **valamennyi szakpolitikában** előmozdítja a **mentális egészséget**. Különös figyelmet kell fordítani a **promócióra, a megelőzésre**²², a **korai beavatkozásra**, a **megbélyezés** kezelésére, valamint a mentális egészségügyi problémákkal küzdő emberek **társadalmi befogadásának** biztosítására. Emellett a tagállamoknak támogatniuk kell azokat a programokat, amelyek segítik az embereket a foglalkoztatásban vagy a munkába való visszatérést célzó programokban. A digitális terület – beleértve a munkahelyet is – **pszichoszociális kockázatokkal** jár, amelyek jelentős hatást gyakorolnak az emberekre, a szervezetekre és a gazdaságokra²³. Különös figyelmet kell fordítani a munka és a magánélet közötti egyensúly előmozdítására.

b. A jó mentális egészség előmozdítása, megelőzés és korai beavatkozás mentális egészségügyi problémák esetén

A mentális egészségügyi problémákkal szembesülő személyeknek tudniuk kell, hova fordulhatnak segítségért. Napjainkban a rendelkezésre álló szolgáltatások és eszközök szétszórtnak állnak rendelkezésre, jelentős eltéréseket mutatnak az EU-n belül, továbbá nem eléggé láthatók és ismertek az emberek számára. Ezen változtatni kell.

A jó mentális egészség előmozdítása, a mentális egészségügyi problémák megelőzése és a korai beavatkozás hatékonyabb és költséghatékonyabb, mint a kezelés. Az e megközelítésbe történő beruházások hatékonyságát alátámasztó **gazdasági bizonyítékok** az anyák és csecsemők egészségére, a gyermekek és serdülők egészségére, a munkahelyi mentális egészségre (lásd az e) fejezetet), valamint az öngyilkosság és az önkárosítás megelőzésére összpontosító **korai beavatkozások** esetében a legerősebbek²⁴. Az aggodalomra okot adó korai jelek hatékonyabb felismerése érdekében meg kell erősíteni a kutatást ezen a területen, és a Horizont Európa erre elkülönített költségvetéssel rendelkezik²⁵.

²¹ [A mentális egészséggel kapcsolatos kapacitásépítés](#): multidiszciplináris képzési program és csereprogram egészségügyi szakemberek számára: 9 millió EUR.

²² [A Közös Kutatóközpont egészségfejlesztési és betegségmegelőzési tudásportálja \(a depresszió, a munkahelyi stressz és a demencia megelőzésével foglalkozik\)](#).

²³ „Az Európai Unió 2021–2027-es munkahelyi biztonsági és egészségvédelmi stratégiai kerete” című közlemény elismeri a munkahelyi pszichoszociális kockázatok kezelésének fontosságát, többek között a digitális átállás fényében.

²⁴ <https://www.annualreviews.org/doi/full/10.1146/annurev-publhealth-040617-013629>

²⁵ [A Horizont Európa 2023. évi egészségügyi felhívásai – Az ezüst megállapodás – Személyközpontú egészségügy és ellátás az európai régiókban \(1. cél\) \(europa.eu\)](#).

Az emberek egészségét befolyásolják élettapasztalataik és környezetük, ahol életüket töltik. Az **egészséget meghatározó tényezők**, a táplálkozás és a testmozgás, a káros alkoholfogyasztás, dohányzás és kábítószer-fogyasztás, valamint a **környezeti, társadalmi és kereskedelmi tényezők**, ideértve az életkörülményeket, a jobb lakhatást, a tiszta levegőt, a sporthoz, a kultúrához és a zöld területekhez való hozzáférést, valamint a munka és a magánélet közötti jobb egyensúlyt, mind jelentős hatással vannak a mentális egészségre.

A testmozgás és a sport fontos szerepet játszik a jó mentális egészség előmozdításában. Az EU a sportra vonatkozó uniós munkaterv és az Európai Sporthét révén továbbra is elő fogja mozdítani a **sportot és az egészségfejlesztő testmozgást**.

A korai beavatkozás biztosíthatja az időben történő támogatást, és megelőzheti a jóllét és a mentális egészség további romlását, különösen a fiatalok körében²⁶. A korai beavatkozás például kulcsfontosságú lehet a kockázati tényezők és az emberek által tapasztalt szorongás különböző formáira utaló jelek felismerésében és kezelésében. Emellett a mentális egészség előmozdításának, a megelőzésnek, valamint a korai azonosításnak és beavatkozásnak számos különböző helyszíne – például iskolák, munkahelyek, idősotthonok és börtönök – kulcsfontosságú. A mentális egészség és jóllét előmozdítását célzó, valamint a közösség különböző szereplőit és szolgálatait²⁷ bevonó **iskolai programok** korai szakaszban azonosíthatják és kezelhetik a problémákat.

A Bizottság 2023-ban felhívást tesz közzé a tagállamok és az érdekelt felek számára, hogy a bevált gyakorlatok uniós portálján keresztül nyújtsák be a mentális egészség előmozdításával, a megelőzéssel, a korai felismeréssel és a korai beavatkozással kapcsolatos **bevált gyakorlatokat**²⁸. A Bizottság a tagállamokkal karöltve kezdeményezéseket fog kidolgozni annak érdekében, hogy az „Egészségesebben, együtt” kezdeményezés keretében együttműködve kezeljék a mentális egészséget meghatározó, generációkon átívelő és kereskedelmi jellegű kulcsfontosságú viselkedési, gazdasági, társadalmi, környezeti (többek között a szennyezéssel kapcsolatos) tényezőket²⁹. Támogatni fogja a **korai felismerésre és beavatkozásra vonatkozó iránymutatás** kidolgozását, valamint a kiszolgáltató csoportok szűrését a tagállamok által tesztelendő kulcsfontosságú helyszíneken³⁰. A Bizottság új projektek elindításával fokozni fogja az **agykutatással** kapcsolatos tevékenységét, többek között digitális egészségügyi adatok³¹, számítástechnikai és szimulációs infrastruktúrák használatával³².

²⁶ [Megelőző pszichiátria: a fiatalok mentális egészségének javítására irányuló terv \(nih.gov\)](#).

²⁷ Az „[Utak az iskolai sikerhez](#)” tanácsi ajánlással összhangban.

²⁸ [BP portál \(europa.eu\)](#).

²⁹ „[Az EU az egészségért](#)” program (2021–2027) keretében finanszírozott intézkedések révén.

³⁰ „[Az EU az egészségért](#)” 2022. évi munkaprogram keretében nyújtott finanszírozás révén (technikai támogatás szakértői csoportok számára).

³¹ Az [európai egészségügyi adatterről szóló rendeletjavaslat](#) célja, hogy – az agykutatás területét is beleértve – megkönnyítse az egészségügyi adatokhoz való hatékonyabb hozzáférést a kutatás és innováció számára.

³² [Európai kutatási infrastruktúra \(europa.eu\)](#).

KIEMELT KEZDEMÉNYEZÉSEK

2. A DEPRESSZIÓ ÉS AZ ÖNGYILKOSSÁG MEGELŐZÉSÉRE IRÁNYULÓ EURÓPAI KEZDEMÉNYEZÉS

- A Bizottság 6 millió EUR-t különít el arra, hogy a bevált gyakorlatok cseréje alapján **a depresszió és az öngyilkosság megelőzésére irányuló szakpolitikák** tagállami kidolgozását és végrehajtását támogatva csökkentse annak kockázatát, hogy az emberek súlyos mentális egészségügyi problémákkal szembesüljenek (2023).

3. „EGÉSZSÉGESEBBEN, EGYÜTT” KEZDEMÉNYEZÉS – MENTÁLIS EGÉSZSÉG

- A Bizottság 8,3 millió EUR-t különít el **a nem fertőző betegségekkel kapcsolatos „Egészségesebben, együtt” uniós kezdeményezés mentális egészségre vonatkozó ágának megerősítésére** azzal a céllal, hogy támogassa a mentális egészség előmozdítására, támogató környezetek és szakpolitikák kialakítására, a társadalmi befogadás fokozására, valamint a mentális egészséggel kapcsolatos megőrzés és hátrányos megkülönböztetés elleni küzdelemre irányuló tagállami intézkedéseket³³.

4. BELÉPÉST BIZTOSÍTÓ KAPU A MENTÁLIS EGÉSZSÉGÜGYI PROBLÉMÁKKAL KÜZDŐK SZÁMÁRA

- A Bizottság a bevált gyakorlatok uniós portálja³⁴ keretében uniós adattárat hoz létre, összegyűjtve a tagállamok **bevált gyakorlatait**, hogy tanuljanak egymástól, és (forródrótok, segítségnyújtó pontok stb. révén) eligazítsák az embereket a hatékony ellátás tekintetében.
- Annak érdekében, hogy a rendelkezésre álló támogató szolgáltatások segítségével megkönnyítsék az emberek eligazodását, a tagállamok felkérést kapnak arra³⁵, hogy hozzanak létre az emberek számára hivatkozási pontot jelentő nemzeti weboldalakat **a kezeléshez, a támogatáshoz és a gondozáshoz való hozzáférés** javítása érdekében.

5. A MENTÁLIS EGÉSZSÉG EURÓPAI KÓDEXE

- A Bizottság tényeken alapuló ajánlásokat biztosít – amelyeket aktívan népszerűsítenek és online is elérhetővé tesznek majd –, és 2 millió EUR ráfordításával³⁶ **elősegíti**, hogy a mentális egészségügyi problémákkal küzdő **személyek** jobban vigyázzanak a saját, a családjuk, valamint gondozóik mentális egészségére.

6. KÖZÖS ÖKOSZISZTÉMA KIALAKÍTÁSA AZ AGYKUTATÁSHOZ

- A Bizottság erősíteni fogja az agy egészségével – többek között a mentális egészséggel – kapcsolatos kutatást azáltal, hogy szorosan együttműködik a tagállamokkal egy ökoszisztéma létrehozásában. Ez az ökoszisztéma összehozná a kutatókat és az érdekelt feleket, megkönnyítve és összehangolva a tevékenységeket az EU és a tagállamok kutatási beruházásainak maximalizálása céljából.

³³ [Népegészségügyi szakértői csoport.](#)

³⁴ A bevált gyakorlatok uniós portálja: [BP portál \(europa.eu\).](#)

³⁵ A népegészségügyi szakértői csoport mentális egészséggel foglalkozó alcsoportján belül.

³⁶ [„Az EU az egészségért” 2023. évi munkaprogram \(europa.eu\).](#)

A Bizottság sürgeti a tagállamokat, hogy használják ki az uniós finanszírozási lehetőségeket, és működjenek együtt a mentális egészség előmozdításával és a megelőzéssel kapcsolatos **kezdeményezések és bevált gyakorlatok végrehajtása** érdekében, a megbélyegzés, a hátrányos megkülönböztetés, a gyűlöletbeszéd és az erőszak elleni küzdelemre irányuló erőfeszítések fokozásával kezeljék az **egyenlőtlenségek és a mentális egészség** közötti kapcsolatokat, valamint biztosítsanak megfelelő képzést, továbbképzést és átképzést az egészségügyi és szociális ellátásban dolgozók számára a mentális egészség és a jóllét előmozdítása érdekében. Az országoknak a kiszolgáltatott helyzetben lévő közösségek mentális egészségügyi problémáinak megelőzésével kapcsolatos kihívásokkal is foglalkozniuk kell, meg kell erősíteniük a mentális egészségügyi problémák korai felismerését, korai beavatkozásokat és támogatást kell biztosítaniuk, valamint a hátrányos megkülönböztetés, a gyűlöletbeszéd és az erőszak elleni küzdelemre irányuló erőfeszítések fokozása révén kezelniük kell a **kirekesztés, az egyenlőtlenségek és a mentális egészség** közötti kapcsolatokat.

c. A gyermekek és fiatalok mentális egészségének javítása

Európa **fiatal generációink mentális egészségének romlásával** kénytelen szembesülni. A Covid19-világjárvány alatt a legtöbb gyermeket távol tartották az osztályteremtől, és megfosztották őket a társas interakciótól és a testmozgástól, és ezáltal a fiatalok körében a depresszió több mint duplájára nőtt³⁷. A jóllét és a mentális egészség fontos elemét jelentő magányosság riasztó méreteket öltött. 2022-ben minden ötödik 16 és 25 év közötti személy arról számolt be, hogy a legtöbbször magányosnak érzi magát³⁸.

A gyermekszegénység káros hatással lehet a mentális egészségre. Az **európai gyermekgarancia létrehozásáról szóló tanácsi ajánlás**³⁹ ilyen kihívásokkal foglalkozik. Az iskolai bántalmazásmegelőzési programok⁴⁰ hatékony eszközt jelentenek a gyermekek és a fiatalok pszichológiai jóllétének támogatására.

A fiatalok egyre gyakrabban küzdenek szorongással, szomorúsággal vagy félelemmel, önkárosítással, alacsony önbecsüléssel, bántalmazással és étkezési zavarokkal. Különösen veszélyeztetettek a lakóhelyüket elhagyni kényszerült és migráns gyermekek, beleértve az Oroszország Ukrajna elleni agressziós háborúja elől menekülni kényszerült, valamint a szexuális kizsákmányolás, egyéb bűncselekmények és visszaélések áldozataivá vált gyermekeket.

A gyermekeknek különböző, egymással összefüggő egészségügyi, környezeti, társadalmi és kereskedelmi tényezőkkel, valamint online bűncselekmények – például gyermekek online szexuális bántalmazása – következményeivel kell szembesülniük. Előfordulnak olyan esetek,

³⁷ A világjárvány előtti időszakról (2019 vagy a legközelebbi év) a világjárvány szintjéig (2020. április – 2021. augusztus): [Egészségügyi pillanatkép: Európai jelentés, 2022.](#)

³⁸ [Loneliness publications \(Magányosságról szóló kiadványok\) \(europa.eu\).](#)

³⁹ [Tanácsi ajánlás az európai gyermekgarancia létrehozásáról.](#)

⁴⁰ [Well-being at school | \(Jó iskolai közérzet\) Európai oktatási térség \(europa.eu\).](#)

amikor a gyermekek és a fiatalok **legsérülékenyebb és a személyiségük kialakulása szempontjából legfogékonyabb éveikben** olyan ellentétekkel szembesülnek, **amelyek egész életükre megváltoztathatják egészségüket és mentális egészségüket.**

A fiatalokat az éghajlatváltozás és a biológiai sokféleség csökkenése is komoly aggodalommal tölti el. Egy közelmúltbeli felmérés⁴¹ arra a következtetésre jutott, hogy a gyermekek és a fiatal válaszadók 75 %-a „ijesztőnek” tekinti a jövőjét. A tanulmány ugyanakkor feltárta, hogy az éghajlattal kapcsolatos aggodalom és szorongás összefügg az érzékelt nem megfelelő kormányzati reakcióval és az ehhez társuló szégyenérzettel. A klímasemlegesség 2050-ig történő elérésére és a kunming-montreali globális biodiverzitás-megőrzési keretstratégiára vonatkozó uniós kötelezettségvállalások ezért gyermekeink mentális egészsége szempontjából is fontosak.

A **digitális eszközök** pozitív hatást gyakorolhatnak a mentális egészségre (pl. az információk, a támogató csoportok és a terápiás szolgáltatások elérhetővé tételével), de kedvezőtlenül is befolyásolhatják azt. A **gyermekek számára biztonságosabb és egészségesebb digitális tér**⁴² felé kell elmozdulni. Ez a következőket foglalja magában: a gyermekek védelme a nem megfelelő tartalmakkal, valamint az egészségtelen élelmiszerekre, italokra, szépségápolási szabványokra, alkoholfogyasztásra és dohányzásra vonatkozó információk tolatódó gyűjtésével és agresszív online marketingjével szemben, a közösségi média körültekintő használata, a gyermekek online szexuális bántalmazásának kezelése, a tiltott kábítószerkezelés és új pszichoaktív anyagokhoz való hozzáférés elleni védekezés, biztosítékokkal az internetes zaklatás, a gyűlöletbeszéd, a képernyő előtt töltött túl sok idő és a képek digitális szerkesztése ellen; a szerencsejátékok kiegyensúlyozott használata, amely segít megelőzni a kényszeres használatot és a mindennapi életre gyakorolt káros hatásokat.

A gyermekek fizikai és mentális fejlődésével⁴³ kapcsolatban a **digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály**⁴⁴ elismeri az „online óriásplatformnak” vagy „nagyon népszerű online keresőprogramnak” minősített szolgáltatások és rendszerek – köztük az algoritmikus rendszerek – tervezéséből vagy működtetéséből eredő bizonyos rendszerszintű kockázatokat. Ilyen kockázatok merülhetnek fel például az olyan online interfészek kialakítása kapcsán, amelyek akár szándékosan, akár nem szándékoltan kihasználják a kiskorúak gyengeségeit és tapasztalatlanságát, vagy amelyek függő viselkedésformákat eredményezhetnek.

A nem óriásplatformok esetében a digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály célzott intézkedéseket is előír a **kiskorúak online védelmének** javítására, például azáltal, hogy interfészüket vagy annak részeit úgy alakítják ki, hogy alapértelmezés szerint a magánélet legmagasabb szintű védelmét, valamint biztonságot és védelmet biztosítsanak a kiskorúak számára, védelmi normákat fogadnak el, vagy részt vesznek a vonatkozó magatartási kódexekben. A digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály továbbá megtiltja az online platformok szolgáltatóinak, hogy online hirdetésekbe mutassanak be az interfészükön,

⁴¹ <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2542519621002783>.

⁴² [Jobb internet létrehozása a gyerekeknek | Európa digitális jövőjének megtervezése \(europa.eu\)](#).

⁴³ A 34. cikk (2) bekezdésének b) és d) pontja.

⁴⁴ [Digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály](#).

amennyiben kellő bizonyossággal tisztában vannak azzal, hogy a szolgáltatás igénybe vevője kiskorú.

A digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály kiegészítéseként a gyermekbarát internetre vonatkozó (BIK+) stratégia⁴⁵ online támogatást nyújt a gyermekek mentális egészségéhez a **Safer Internet Központokon** és a **BIK-portálon** keresztül, amely az életkornak megfelelő forrásokat kínál a gyermekek, a családok és a tanárok számára. A Safer Internet Központok e segélyvonalai gyakorlati támogatást és tanácsadást nyújtanak az online problémákkal – például internetes zaklatással, behálózással és zavaró tartalmakkal – szembesülő gyermekeknek, valamint szüleiknek vagy gyámjaiknak.

A gyermekek kiszolgáltatottabb helyzetben vannak, mint a felnőttek, ha ki kell fejezni aggodalmukat. Az EU gyermekjogi stratégiájával összhangban a Bizottság 2024-ben kezdeményezést terjeszt majd elő az integrált gyermekvédelmi rendszerekre vonatkozóan, amely arra ösztönzi az összes érintett hatóságot és szolgálatot, hogy hatékonyabban működjenek együtt egy olyan rendszerben, amely a gyermeket helyezi a középpontba. Az újonnan létrehozott uniós gyermekrészvételi platform keretében az előkészületek során – többek között a mentális egészséggel kapcsolatban is – konzultálni kell a gyermekekkel. A **gyermekek véleményét meg kell hallgatni**, és ehhez célzott eszközökre és kezdeményezésekre van szükség. A Bizottság támogatni fogja a **gyermekek szexuális kizsákmányolása és bántalmazása elleni hatékonyabb küzdelmet célzó uniós stratégia**⁴⁶ végrehajtását a megelőzés, az áldozatoknak nyújtott segítség, valamint a nyomozási és büntetőeljárási erőfeszítések javítása révén. A vidéki vagy távoli területeken élő és az elégtelen mentális egészségügyi támogatási szolgáltatások által különösen érintett **gyermekek és fiatalok sajátos kihívásainak** kezelése érdekében a Bizottság célzott intézkedéseket fog belefoglalni az uniós vidékfejlesztési cselekvési tervbe. Biztosítani fogja, hogy az **Európai Szolidaritási Testület** továbbra is támogassa az egészségügy területén a megelőzéssel, promócióval és támogatással kapcsolatos tevékenységeket, összhangban az „Egészséges életmód mindenkinek” kezdeményezéssel⁴⁷, különös tekintettel a kiszolgáltatott vagy hátrányos helyzetű népességcsoportok támogatására.

A gyermekekkel kapcsolatba kerülő szakemberek, például a tanárok általi **megelőzés és korai beavatkozások** elősegíthetik a gyermekek és a fiatalok mentális egészséggel szembeni rezilienciáját, és mérsékelhetik az esetleges károkat, különösen azáltal, hogy meghallgatják őket. Az óvodák és az iskolák ideális környezetet jelentenek ahhoz, hogy felvértezzék a kisgyermekeket az érzelmeik szabályozásához és a mentális egészséggel kapcsolatos ismereteik fejlesztéséhez szükséges képességekkel, fejlesztve bizonyos készségeket (pl. empátia), valamint az önismeretet és az önbizalmat. Ehhez megfelelően képzett személyzetre van szükség. Olyan megtérülő befektetésről van szó, amely segíthet a mentális egészségügyi problémákkal kapcsolatos megbélyegzés csökkentésében, valamint egy reziliensebb és

⁴⁵ Digitális évtized a gyermekek és az ifjúság számára: a gyermekbarát internetre vonatkozó új stratégia (BIK+), COM(2022) 212 final.

⁴⁶ [A gyermekek szexuális bántalmazása elleni hatékonyabb küzdelmet célzó uniós stratégia \(europa.eu\)](https://europa.eu).

⁴⁷ [„Egészséges életmód mindenkinek” kezdeményezés | Sport \(europa.eu\)](https://europa.eu).

összetartóbb társadalom kiépítésében. Bebizonyosodott, hogy az iskolai alapú kezdeményezések – többek között a mentális egészség holisztikus megközelítései – javítják a diákok mentális egészségét, kognitív készségeit, valamint figyelmük tartósságát, tanulmányi eredményeiket és a stresszhatásokkal szembeni rezilienciájukat⁴⁸. A Child **Helpline** International⁴⁹ nevű nemzetközi szervezet mentális egészségügyi támogatást nyújt a gyermekeknek, amely érzelmi, pszichológiai és néha jogi támogatást is magában foglalhat a segélyvonalat felkereső gyermekek számára.

A Bizottság támogatni fogja a tagállamokat az **európai gyermekgarancia** végrehajtásában, a nemzeti cselekvési terveikkel összhangban és az uniós alapokon, különösen az Európai Szociális Alap Pluszon keresztül, valamint a bevált gyakorlatok gyermekgarancia-koordinátorok közötti cseréjének elősegítésével. Az országokat az egészségügyi ellátással és más szakemberekkel kapcsolatos nemzeti kapacitásépítés megerősítésére irányuló erőfeszítéseikben is támogatni fogják, és felkérjük őket, hogy használják ki az uniós költségvetés pénzügyi lehetőségeit a megelőzéssel és az egészségügyi ágazaton kívüli korai beavatkozásokkal kapcsolatos intézkedések fokozására, nevezetesen az oktatási környezetben. A Bizottság az európai szemeszter keretében **nyomon is fogja követni az előrehaladást**.

A Bizottság folytatni fogja az uniós **ifjúsági stratégia (2019–2027)**⁵⁰ végrehajtását a mentális egészség és jóllét javítása és a megbélyegzés megszüntetése érdekében.

A Bizottság erősíteni fogja a mentális egészség előmozdítását az oktatási intézményekben az „**Utak az iskolai sikerhez**” kezdeményezés végrehajtásának támogatásával⁵¹. Az alulteljesítés kockázatának kitett csoportok és a jó iskolai közérzet támogatása érdekében meglévő támogató tanulási környezettel foglalkozó bizottsági szakértői csoport 2024-ben iránymutatásokat fog kidolgozni az **iskolai jóllét rendszerszintű, egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítéséről** helyi, regionális és nemzeti szinten a politikai döntéshozók, valamint az iskolák számára⁵². A Bizottság önértékelési és önfejlesztési **eszköztárat** fog javasolni a **jó iskolai közérzet** kapcsán, és ajánlásokat fog előterjeszteni a nemzeti és uniós szintű figyelemfelkeltő tevékenységekre vonatkozóan. Az Erasmus+ és az Európai Szolidaritási Testület keretében finanszírozási lehetőségek állnak majd rendelkezésre a fiatalok mentális egészségének és jóllétének előmozdítását célzó projektek számára, és az Erasmus+ „**Mentális egészség az ifjúsági munkában**” elnevezésű, hosszú távú képzési és együttműködési tevékenysége továbbra is növelni fogja a tudatosságot, és fejleszteni fogja a mentális egészséggel kapcsolatos ismereteket.

⁴⁸ [How school systems can improve health and well-being: topic brief: mental health](#) (Hogyan javíthatják az iskolai rendszerek az egészséget és a jóllétet: tematikus tájékoztató: mentális egészség) (who.int).

⁴⁹ [Kezdőlap – Child Helpline International: a Polgárok, egyenlőség, jogok és értékek programból finanszírozva.](#)

⁵⁰ [EUR-Lex – 42018Y1218\(01\) – HU – EUR-Lex \(europa.eu\).](#)

⁵¹ [EUR-Lex – 32022H1209\(01\) – HU – EUR-Lex \(europa.eu\).](#)

⁵² Ezeknek az iránymutatásoknak ki kell terjedniük a mentális jóllétre és a bántalmazás megelőzésére, valamint az egész iskolai megközelítés részeként foglalkozniuk kell a tanárokat érő munkahelyi stresszel és erőszakkal, valamint a tanárok bántalmazásával. Hivatkozás: <https://osha.europa.eu/en/publications/occupational-safety-and-health-and-education-whole-school-approach#:~:text=A%20Whole%2DSchool%20Approach%20to,pupils%20in%20school%20safety%20management>

KIEMELT KEZDEMÉNYEZÉSEK

7. A GYERMEKEK ÉS FIATALOK MENTÁLIS EGÉSZSÉGÉVEL FOGLALKOZÓ HÁLÓZAT

- 2024-ben a Bizottság támogatni fogja egy, a gyermekek és a fiatalok mentális egészségével foglalkozó hálózat létrehozását az ifjúsági nagyköveteken keresztül történő információcsere, kölcsönös támogatás és tájékoztatás céljából⁵³.

8. CHILDREN HEALTH 360 (GYERMEKEGÉSZSÉGÜGYI KEZDEMÉNYEZÉS)

- 2023-ban a Bizottság kidolgoz **egy megelőzési eszköztárat**, amely a megelőzésre, a veszélyeztetett gyermekeknél esedékes korai beavatkozásra, valamint a mentális és fizikai egészség és az egészséget meghatározó kulcsfontosságú tényezők közötti összefüggésekre összpontosít⁵⁴. Különös figyelmet kell fordítani a bántalmazás kockázataira az oktatási környezetben.

9. „AZ IFJÚSÁG AZ ELSŐ” KIEMELT KEZDEMÉNYEZÉS (TECHNIKAI TÁMOGATÁSI ESZKÖZ – 2023-AS KIEMELT KEZDEMÉNYEZÉS⁵⁵)

- 2023-ban a Bizottság **eszközöket** fog kidolgozni **a gyermekek és a fiatalok számára**, hogy a gyermekekkel és a fiatalokkal⁵⁶ szorosan együttműködve aktívan lehessen kezelni például az egészséges életmódot és a mentális egészségügyi problémák megelőzését (2 millió EUR).

10. EGÉSZSÉGES KÉPERNYŐK, EGÉSZSÉGES IFJÚSÁG

A Bizottság a következő tevékenységeket támogatja:

- a gyermekbarát internetre vonatkozó stratégia (BIK+) végrehajtásának folytatása⁵⁷;
- gyakorlati iránymutatás a hatóságok számára a **gyermekek digitális világban való védelmének** javítására vonatkozóan, kiegészítve a digitális átállás gyermekek jóllétére gyakorolt hatásának nyomon követésével a „Gyermekbarát internet” portálon keresztül;
- a digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály új szabályaira építve a Bizottságnak elő kell segítenie az **életkornak megfelelő tervezésre vonatkozó magatartási kódexet**⁵⁸;
- a **jogellenes online gyűlöletbeszéd felszámolására vonatkozó magatartási kódex** keretében, a digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály szerint végzett munka folytatásának és megerősítésének elősegítése⁵⁹.

⁵³ Az „Egészségesebben, együtt” kezdeményezés keretében és [„az EU az egészségért” program](#) által finanszírozva.

⁵⁴ Az „Egészségesebben, együtt” kezdeményezés keretében és [„az EU az egészségért” program](#) által finanszírozva.

⁵⁵ 2 millió EUR [a TSI 2023 munkaprogram](#) keretében: a projekt 2023 őszén indul.

⁵⁶ A Bizottság az UNICEF szervezettel karöltve [technikai támogatást](#) nyújt Ciprusnak, Olaszországnak, Szlovéniának és Andalúziának a következő ágazatok közötti együttműködés fokozása érdekében: egészségügy, oktatás, szociális szolgáltatások és gyermekvédelmi rendszerek. .

⁵⁷ [A gyermekbarát internetre vonatkozó stratégia](#).

⁵⁸ Az életkornak megfelelő tervezésre vonatkozó magatartási kódex támogatni fogja a digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály 28. cikkének végrehajtását, és azt a digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály 45. cikke szerinti kódexként kell elismerni.

⁵⁹ A Digitális Szolgáltatások Európai Testületének várható bevonása a digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály magatartási kódexébe.

A Bizottság arra ösztönzi a tagállamokat, hogy működjenek együtt **a gyermekek és a fiatalok mentális egészségével** kapcsolatos konkrét kihívásokat célzó szakpolitikákban és kezdeményezésekben, és foglalkozzanak a mentális egészségügyi problémák és az egészséget meghatározó tényezők, valamint a digitális eszközök használata közötti összefüggésekkel. A Bizottság felkéri a tagállamokat, hogy nemzeti mentális egészségügyi stratégiáikban kiemelt célcsoportként azonosítsák a gyermekeket, és építsenek ki hálózatokat családokkal, iskolákkal, fiatalokkal, valamint a gyermekek mentális egészségével foglalkozó egyéb érdekelt felekkel és intézményekkel. A Bizottság sürgeti a tagállamokat annak biztosítására, hogy a **gyermekek** könnyebben hozzáférjenek a mentális egészségügyi szolgáltatásokhoz, valamint egyenlő és könnyű hozzáféréssel rendelkezzenek az egészséges táplálkozáshoz és a rendszeres testmozgáshoz, biztonságos és támogató környezetben élhessenek, és védve legyenek az alkoholfogyasztással, a dohányzással és a kábítószer-fogyasztással kapcsolatos problémákkal és a digitális használat káros hatásaival szemben. A Bizottság felkéri a tagállamokat, hogy **hajtsák végre** a gyermekek és a fiatalok mentális egészségével kapcsolatos „Egészségesebben, együtt” kezdeményezésben azonosított **innovatív megközelítéseket és bevált gyakorlatokat**, és vegyenek részt a kezdeményezésnek az egészséget meghatározó tényezők – többek között a gazdasági, kereskedelmi, társadalmi és környezeti tényezők – hatásának, valamint a digitális átállás gyermekek és fiatalok mentális egészségére és jóllétére gyakorolt hatásának kezelésére irányuló, együttműködésen alapuló munkájában.

d. A leginkább rászorulóknak segítése

A mentális zavarok az egyenlőtlenségek számos formájához kapcsolódnak, és különös figyelmet kell fordítani a **kiszolgáltatott helyzetben** lévőkre. Az egyének egyidejűleg egy vagy több kiszolgáltatott csoporthoz is tartozhatnak, ilyenek például a szegénységben élő egyedülálló anyák vagy a súlyos betegségből felépülő, fogyatékossgal élő személyek.

A kihívást jelentő demográfiai változásokkal összefüggésben a **mentális egészségügyi, szociális és tartós ápolási-gondozási szolgáltatásoknak** hozzáférhetőnek, megfizethetőnek, integrálnak⁶⁰, közösségi alapúnak és felhasználóbarátnak kell lenniük. Az **időseknek**⁶¹ képesnek kell lenniük arra, hogy egészséges és aktív életet éljenek, saját mentális egészségüket kezeljék, fokozzák társas interakcióikat⁶² és enyhítsék magányukat. Ösztönözni kell az olyan kreatív megoldásokat, mint a többgenerációs lakhatás.

A Bizottság felhívja a figyelmet arra, hogy a jó mentális egészség⁶³ előmozdítása érdekében foglalkozni kell a **magány és a társadalmi elszigetelődés** kérdésével, és a bevált gyakorlatok

⁶⁰ Az idősök integrált ellátási rendszere azt jelenti, hogy az idősebb felnőttek megkapják a szükséges egészségügyi ellátást, ahol és amikor arra szükségük van: [Ageing and Health unit](#) (Öregedés és egészség egység) (who.int).

⁶¹ 2021-ben az EU népességének több mint 20,8 %-a 65 évnél idősebb volt, ami az előrejelzések szerint 2058-ra 30,3 %-ra emelkedik: [A Tanács következtetései az idősödés szempontjának a közpolitikákban való általános érvényesítéséről](#).

⁶² [A Tanács következtetései – Az időskorúak emberi jogai, részvétele és jólléte a digitalizáció korában](#).

⁶³ [Loneliness \(Magányosság\) \(europa.eu\)](#).

uniós portálján keresztül támogatni fogja a tagállamokat a bevált gyakorlatok összegyűjtésében és átadásában.

A **nők** esetében majdnem kétszer akkora a depresszió valószínűsége, mint a férfiaknál. Ez számos olyan tényezőnek tudható be (pl. biológia, életkörülmények és kulturális stresszhatások)⁶⁴.

A **nemi alapú erőszak** áldozatai különösen kiszolgáltatottak. A Bizottság fokozni fogja a **nemi alapú erőszak** – többek között az online erőszak – **áldozatainak** védelmét és támogatását az **Isztambuli Egyezmény**⁶⁵ és a **nők elleni erőszakra és a családon belüli erőszakra**⁶⁶ szóló jövőbeli uniós irányelv szerinti jövőbeli uniós kötelezettségek végrehajtása révén. A Bizottság foglalkozni fog a **nőkkel és lányokkal szembeni káros gyakorlatok**⁶⁷ megelőzésével és leküzdésével, és létre fogja hozni a **nemi alapú erőszak** és a családon belüli erőszak megelőzésével foglalkozó uniós hálózatot. A gyermekek és a nők mentális egészségének védelme érdekében foglalkozni kell a terhesség alatt és azt követően esetlegesen felmerülő **szülés utáni depresszióval** és egyéb mentális egészségi problémákkal⁶⁸. Az uniós finanszírozású HappyMums (Boldog anyukák) projekt⁶⁹ fel fogja tárni a hatékony, tudományosan megalapozott klinikai beavatkozást lehetővé tevő fiziológiai mechanizmusokat. Az olyan kihívásokkal is foglalkozni kell, mint a munkavállaláshoz – többek között a nem állandó szerződésekhöz és/vagy az egyenlő díjazáshoz – való egyenlőtlen hozzáférés, a háztartási és családi gondozási feladatok egyenlőtlen megosztása, valamint a nők által tapasztalt gazdasági nyomás és függőségek. A Bizottság hozzá fog járulni a helyzet javulásához, biztosítva, hogy a tagállamok teljes mértékben és helyesen ültessék át és alkalmazzák a foglalkoztatás és a munkavégzés területén a nők és a férfiak közötti esélyegyenlőségről és egyenlő bánásmódról, a szülők és gondozók esetében a munka és a magánélet közötti egyensúlyról, valamint a bérek átláthatóságáról szóló uniós jogszabályokat.

A **szexuális irányultságon, nemi identitáson, nemi önkifejezésen vagy nemi jellemzőkön alapuló megkülönböztetés** a mentális egészségre is hatással lehet, különösen a fiatalok esetében. A marginalizálódás, a hátrányos megkülönböztetés és a megbélyegzés („kisebbségi stressz”) tapasztalataiból eredő pszichológiai stressz növeli az öngyilkos magatartás, az önkárosítás és a depresszió kockázatát, és ezek kezelésére az **LMBTIQ-személyek egyenlőségéről** szóló, a 2020–2025-ös időszakra szóló stratégiával összhangban kerül majd sor⁷⁰.

⁶⁴ [WMH REVIEW FINAL \(A NŐK MENTÁLIS EGÉSZSÉGE – VÉGLEGES VÁLTOZAT\) \(who.int\)](#).

⁶⁵ Isztambuli Egyezmény: [A nők elleni erőszak és a családon belüli erőszak](#).

⁶⁶ [EUR-Lex – 52022PC0105 – HU – EUR-Lex \(europa.eu\)](#).

⁶⁷ [A Bizottság 2023. évi munkaprogramja](#).

⁶⁸ <https://cordis.europa.eu/project/id/101057390>

⁶⁹ [HappyMums \(Boldog anyukák\) projekt](#).

⁷⁰ [Egyenlőségközpontú Unió: Az LMBTIQ-személyek esélyegyenlőségéről szóló stratégia \(2020–2025\)](#).

Az **emberkereskedelem áldozatai** által elszenvedett fizikai és szexuális erőszak és fenyegetések hosszú távú mentális egészségügyi következményekkel járnak⁷¹. Az emberkereskedelem megelőzéséről és az ellene folytatott küzdelemről szóló irányelv elismeri a mentális egészségügyi problémákkal küzdő áldozatok sajátos szükségleteit, és speciális egészségügyi szolgáltatásokat, valamint hosszú távú felépülési és rehabilitációs támogatást nyújt. A Bizottság a Menekültügyi, Migrációs és Integrációs Alapon⁷² keresztül elősegíti és előmozdítja az áldozatok felépülését és reintegrációját támogató programokat⁷³, például az egészségügyi és pszichológiai szolgáltatásokat.

Számos egészségügyi probléma mentális egészségügyi problémákhoz vezethet vagy súlyosbíthatja őket, például a **rákos betegek** körében, akik úgy vélik, hogy betegségük a második fő elhalálozási ok. A rák nemcsak testünkre gyakorol hatást, hanem a gondolatainkra és érzéseinkre is, és gyakran depresszióhoz, szorongáshoz és félelemhez vezet.

A fogyatékoságok gyakran a mentális egészségügyi problémák nagyobb kialakulási kockázatának tehetik ki az egyéneket, és ez szükségessé teheti, hogy a megközelítéseknek a **fogyatékosággal élő személyek** jogairól szóló stratégiával⁷⁴ összhangban való kiigazítását olyan intézkedésekre utalva, amelyek különösen fontosak a mentális és értelmi fogyatékosággal élők számára (mint például annak előmozdítása, hogy a tagállamok bevált gyakorlatokat alkalmazzanak az intézményi kitagolás csökkentésére a mentális egészség területén).

Az autonómia, a függetlenség és a társadalomban való részvétel összefügg a mentális egészséggel, ami különösen fontos az idősek és a fogyatékosággal élők számára. Ennélfogva alapvető fontosságú a fizikai, társadalmi és pénzügyi hozzáférhetőség biztosítása, többek között a munkaerőpiachoz való hozzáférés javítása és a munkába való visszatérés megkönnyítése révén. A fogyatékosággal élő személyek foglalkoztatására vonatkozó csomag munkáltatóknak szóló iránymutatásai közül kettő a krónikus betegségek kezelésével és a munkába való visszatéréssel foglalkozik⁷⁵. A Bizottság 2023 vége előtt iránymutatást ad ki a tagállamoknak az **önálló életvitelről** és a közösségbe való **befogadásról**, 2024-ben pedig előterjeszti a fogyatékosággal élő személyek számára nyújtandó kiváló szociális szolgáltatások keretét, beleértve a mentális egészséget is.

A **Covid19 utáni állapot** – közismert nevén hosszú Covid – tünetei a jelentések szerint kedvezőtlen hatással vannak a mentális egészségre⁷⁶, és a nem megfelelő mentális egészség

⁷¹ [Study on the economic, social and human costs of trafficking in human beings within the EU - Publications Office of the EU](#) (Tanulmány az Unión belüli emberkereskedelem gazdasági, társadalmi és emberi költségeiről) – Az Európai Unió Kiadóhivatala (europa.eu).

⁷² [Menekültügyi, Migrációs és Integrációs Alap \(2021–2027\)](#) (europa.eu).

⁷³ [Az emberkereskedelem elleni küzdelemre irányuló uniós stratégiával \(2021–2025\)](#) összhangban.

⁷⁴ 2021-ben a fogyatékosággal élő személyek jogairól szóló ENSZ-egyezménnyel összhangban – amelynek az EU és tagállamai is részes felei – az Európai Bizottság a 2021–2030-as időszakra vonatkozóan elfogadta a [fogyatékosággal élő személyek jogairól szóló stratégiát](#).

⁷⁵ [A fogyatékosággal élő személyek foglalkoztatására vonatkozó csomag](#).

⁷⁶ [Long COVID and mental health correlates: a new chronic condition fits existing patterns \(A hosszú Covid és a mentális egészség összefüggései: az új krónikus betegség megfelel a meglévő mintáknak\)](#) – PubMed (nih.gov).

növelheti a hosszú Covid kialakulásának kockázatát. A Bizottság 2023-ban **tagállami szakértőkkel együtt hálózatot** hoz létre a **hosszú Covid kapcsán**.

Menekültek és lakóhelyüket elhagyni kényszerült személyek, különösen a háború elől menekülők; az üldöztetés vagy a konfliktusok (például az ukrajnai lakóhelyüket elhagyni kényszerült személyek) jobban ki vannak téve a mentális egészségügyi problémák⁷⁷ kialakulásának, és korai válaszlépésekre van szükség a szorongás csökkentésére. Ezzel összefüggésben a Bizottság továbbra is hozzá fog járulni a lakóhelyüket elhagyni kényszerült személyek pszichoszociális támogatásának megerősítéséhez, és különösen az Oroszország Ukrajna ellen folytatott agressziós háborúja által érintett személyek számára való pszichológiai elsősegélynyújtáshoz⁷⁸.

A Bizottság pályázati felhívást tesz közzé a Menekültügyi, Migrációs és Integrációs Alap⁷⁹ keretében azzal a céllal, hogy csökkentse a migránsok egészségügyi szolgáltatásokhoz – többek között mentális egészségügyi szolgáltatásokhoz és pszichológiai támogatáshoz – való hozzáférése előtt álló akadályokat.

A mentális betegség gyakori a **hajléktalan személyek**⁸⁰ körében, és a tartós és ismétlődő hajléktalanság erősíti a mentális betegségek és a fogyatékoság megjelenését. **A hajléktalanság elleni küzdelem európai platformja** foglalkozik a mentális egészséggel kapcsolatos kihívásokkal.

A **romák** jobban ki vannak téve a mentális egészségügyi problémák kockázatának, tekintettel az alacsony társadalmi-gazdasági jövedelmekből, körülményekből és kirekesztésből, az oktatásban és a foglalkoztatásban való részvétel hiányából, a nem megfelelő lakhatásból, a szegregációból, a kirekesztésből és a hátrányos megkülönböztetésből eredő gyakran nehéz helyzetükre, ideértve az egészséggel kapcsolatos szempontokat is. A romák egyenlőségének, társadalmi befogadásának és részvételének előmozdítását célzó uniós stratégiai keretrendszer magában foglalja a romák egészségének javítására, valamint a minőségi egészségügyi ellátáshoz és szociális szolgáltatásokhoz való tényleges egyenlő hozzáférés javítására irányuló ágazati célkitűzést⁸¹.

A **bűncselekmények áldozatai**, különösen azok, akik a bűncselekmény súlya vagy személyes tulajdonságaik folytán jelentős sérelmet szenvedtek, mint például a terrorizmus áldozatai, az emberkereskedelem áldozatai, a gyűlölet-bűncselekmények áldozatai, a gyermekáldozatok vagy bármely más, pszichológiai segítségre szoruló áldozat számára ingyenesen és a

⁷⁷ A WHO szerint a következő 10 évben a becslések szerint minden ötödik, jelenleg a háború pusztításait átélni kénytelen személy mentálisan beteg lesz, és minden tizedik ember súlyos betegségben fog szenvedni, például poszttraumás stressz szindrómában vagy pszichózisban.

⁷⁸ Lásd a lakóhelyüket elhagyni kényszerült és érintett ukrán személyeknek nyújtott mentális egészségügyi támogatásra vonatkozó kiemelt fellépést.

⁷⁹ [Menekültügyi, Migrációs és Integrációs Alap \(2021–2027\) \(europa.eu\)](https://commission.europa.eu/).

⁸⁰ Nicholas Pleace (2023) Social and healthcare services for homeless people: a discussion paper forthcoming in European Platform on Combatting Homelessness (A hajléktalanoknak nyújtott szociális és egészségügyi szolgáltatások: vitaanyag a hajléktalanság elleni küzdelem európai platformján).

⁸¹ https://commission.europa.eu/system/files/2021-01/eu_roma_strategic_framework_for_equality_inclusion_and_participation_for_2020_-_2030_0.pdf

szükséges ideig biztosítani kell az ilyen segítséghez való hozzáférést. Az **áldozatok jogairól szóló irányelv**⁸² közelgő **felülvizsgálata** során a Bizottság azon tevékenykedik, hogy javítsa az áldozatok pszichológiai segítségnyújtáshoz való hozzáférését, különösen azáltal, hogy a pszichológiai segítségnyújtást mindaddig térítésmentesen biztosítja, amíg az az ilyen segítségre szoruló valamennyi áldozat számára szükséges.

A **vidéki vagy távoli területeken élők**, például a mezőgazdasági termelők sajátos mentális egészségügyi kihívásokkal szembesülnek a mentális egészségügyi szolgáltatásokhoz való hozzáférés megszüntetésével vagy hiányával összefüggésben. Egyes tagállamokban⁸³ a mezőgazdasági termelők körében az öngyilkosságok aránya 20 %-kal magasabb, mint a nemzeti átlag, ezért támogatásban fognak részesülni rezilienciájuk megerősítéséhez. A KAP-alapok támogathatják a figyelemfelhívó tevékenységeket, többek között a mentális egészség területén, például mezőgazdasági tanácsadási szolgáltatások révén. Emellett más alapokat – például az Európai Szociális Alap Pluszt vagy az Európai Regionális Fejlesztési Alapot – is igénybe lehetne venni a vidéki és távoli területeken a szociális támogatási szolgáltatásokba történő beruházások fokozása érdekében, biztosítva, hogy azok a rászoruló mezőgazdasági termelők és munkavállalók számára – lakóhelyüktől függetlenül – hozzáférhetőek legyenek.

KIEMELT KEZDEMÉNYEZÉSEK

11. A BŰNCSELEKMÉNYEK ÁLDOZATAINAK VÉDELME

- 2023 második negyedévéig a Bizottság törekedni fog arra, hogy **a bűncselekmények áldozatainak jogaira, támogatására és védelmére** vonatkozó minimumszabályok megállapításáról szóló irányelv felülvizsgálata révén javítsa a bűncselekmények áldozatainak pszichológiai és mentális egészségügyi támogatáshoz való hozzáférését.

12. RÁKELLENES KÜLDETÉS: PLATFORM A FIATAL RÁKTÚLÉLŐK SZÁMÁRA

- A Bizottság a Horizont Európa rákellenes küldetésén⁸⁴ keresztül platformot biztosít a **fiatal ráktúlélők** számára, hogy segítse őket mentális egészségük javításában.
- A Bizottság szorgalmazni fogja a tagállamok közötti együttműködést a rákbetegek, gondozóik és családjaik pszichológiai támogatása érdekében (8 millió EUR)⁸⁵.

⁸² Az Európai Parlament és a Tanács 2012/29/EU irányelve (2012. október 25.) a bűncselekmények áldozatainak jogaira, támogatására és védelmére vonatkozó minimumszabályok megállapításáról és a 2001/220/IB tanácsi kerethatározat felváltásáról (HL L 315., 2012.11.14., 57. o.).

⁸³ A Public Health France 2018. évi jelentése.

⁸⁴ [Uniós küldetés: a rák \(europa.eu\)](https://europea.eu).

⁸⁵ „Az EU az egészségért” 2023. évi munkaprogram keretében nyújtott pénzügyi támogatás: CR-g-23-19.01 tevékenységi támogatások a rákos betegek és túlélők mentális egészségügyi kihívásaihoz.

A Bizottság arra ösztönzi a tagállamokat, hogy javítsák a bizonyítottan használható digitális eszközökhöz való hozzáférést az idős emberek számára mentális egészségük javítása és a társadalmi életben való részvételük elősegítése érdekében. A Bizottság arra ösztönzi a tagállamokat, hogy gyűjtsenek adatokat a kiszolgáltatott helyzetben lévő személyek, köztük a hajléktalanok mentális egészségi állapotáról, valamint a szolgáltatások hozzáférhetőségéről a marginalizált, távoli és hátrányos helyzetű területeken. A Bizottság sürgeti a tagállamokat, hogy biztosítsanak egyenlő, akadálymentes hozzáférést a minőségi és megfizethető egészségügyi és szociális szolgáltatásokhoz, különösen a leginkább kiszolgáltatott csoportok, illetve a marginalizált vagy távoli településeken élők számára⁸⁶, és kezeljék a romák sajátos helyzetét a mentális egészségügyi szolgáltatásokhoz és az elsődleges megelőző intézkedésekhez való hozzáférés javítása, például figyelemfelkeltő kampányok révén. Emellett a Bizottság sürgeti a tagállamokat, hogy vezessenek be bevált gyakorlatokat az intézményesítés csökkentése érdekében, többek között a gyermekek esetében is, és erősítsék meg a közösségi alapú szolgáltatásokra való átállást.

e. A munkahelyi pszichoszociális kockázatok kezelése

Az emberek idejük jelentős részét a munkahelyükön töltik, és a jó munkakörnyezet alapvető fontosságú az egészség szempontjából. A munkahelyi stressz és pszichoszociális kockázatok hatást gyakorolhatnak a mentális egészségre, és a munkával való elégedettség csökkenéséhez, konfliktusokhoz, alacsonyabb termelékenységhez, kiégéshez, munkahelyi hiányzásokhoz és fluktuációhoz vezethetnek. A mentális egészség a munkaképesség, a kompetencia és a termelékenység előfeltétele. Mindazonáltal az európai munkavállalók mintegy fele véli úgy, hogy a munkahelyén gyakori a stressz, és ennek tudható be a kieső munkanapok közel fele. Ugyanakkor a pszichoszociális kockázatok és a munkahelyi stressz a legnagyobb kihívást jelentő kérdések közé tartoznak a munkahelyi biztonság és egészségvédelem terén.

A **digitalizáció** által előidézett és a **Covid19-világjárvány** által felgyorsított új munkavégzési formák (például a platformalapú és távmunka) hatással voltak a munkavállalók mentális egészségére, még akkor is, ha az ilyen munkavégzési formák rugalmassága szintén előnyösnek bizonyulhat. Úgy tűnt, hogy a világjárványt követő időszakban a kulcsfontosságú munkakörökben dolgozók, különösen az egészségügyi és szociális gondozók vannak leginkább kitéve a munkával kapcsolatos pszichoszociális kockázatoknak⁸⁷.

A munkáltatók kulcsszerepet játszanak a munkavállalók biztonságának és egészségvédelmének biztosításában az EU **munkahelyi egészségvédelmi és biztonsági** jogszabályaiban meghatározottak szerint⁸⁸. A Bizottság az évek során a munkahelyi

⁸⁶ Például [a romák egyenlőségéről, társadalmi befogadásáról és részvételéről szóló tanácsi ajánlásban](#) foglaltak szerint.

⁸⁷ Lásd: <https://osha.europa.eu/hu/publications/osh-pulse-occupational-safety-and-health-post-pandemic-workplaces>

⁸⁸ [A biztonsággal és egészségvédelemmel kapcsolatos jogszabályok | Biztonság és egészségvédelem és az Európai Munkahelyi Biztonsági és Egészségvédelmi Ügynökségnél \(EU-OSHA\) \(europa.eu\)](#). A munkahelyi biztonságról és egészségvédelemről szóló keretirányelv (89/391/EGK) előírja a munkáltató azon kötelezettségét, hogy értékelje a munkavállalók biztonsági és egészségügyi kockázatait – beleértve a pszichoszociális kockázatok is –, és védelmi intézkedéseket vezessen be. A képernyő előtt végzett munkáról

biztonságra és egészségvédelemre vonatkozó stratégiai keretrendszerében foglalkozott a pszichoszociális kockázatokkal és a munkahelyi mentális egészséggel⁸⁹. „Az Európai Unió 2021–2027-es munkahelyi biztonsági és egészségvédelmi stratégiai kerete” című közlemény különös figyelmet fordít a mentális egészségre és a pszichoszociális kockázatokra⁹⁰.

Emellett a mentális egészség előmozdítása és a befogadóbb társadalom megteremtése szempontjából egyaránt alapvető fontosságú átgondolni a **lecsatlakozáshoz való jog** – mint a munkahelyi stressz csökkentésének, valamint a munka és a magánélet közötti jobb egyensúly előmozdításának szerves része –, mentális betegséget követően a **munkába való visszatéréshez való jog**, valamint a pszichológiailag biztonságos munkakörnyezet tekintetében követendő utat.

A Bizottság üdvözi az európai ágazatközi szociális partnerek 2022–2024-es munkaprogramját, valamint a távmunkáról és a lecsatlakozáshoz való jogról szóló új megállapodásra irányuló, folyamatban lévő tárgyalásokat, amelyeket egy irányelv révén végrehajtott, jogilag kötelező erejű megállapodás formájában szándékoznak elfogadni. A Bizottság továbbra is **támogatni fogja a szociális partnereket** a távmunkáról és a lecsatlakozáshoz való jogról szóló új megállapodás megtárgyalására irányuló törekvésekben, lehetővé téve a megbeszéléseket és a bevált gyakorlatok azonosítását, valamint értékelve a lecsatlakozáshoz való joggal kapcsolatos meglévő gyakorlatokat és szabályokat. A szociális partnerek folyamatban lévő tárgyalásai a lecsatlakozáshoz való jogról szóló, 2021. januári európai parlamenti állásfoglaláshoz kapcsolódnak, amelynek nyomán követése mellett a Bizottság elkötelezte magát.

A Bizottság gondoskodni fog arról, hogy az EU-OSHA⁹¹ véglegesítse a munkahelyi biztonságról és egészségvédelemről, valamint a digitalizációról szóló, a munkahelyi mentális egészségre is kiterjedő áttekintést, és végrehajtsa a munkahelyi pszichoszociális és mentális egészségről szóló munkahelyi biztonsági és egészségvédelmi áttekintést, beleértve a munkába való visszatéréssel és a mentális betegség melletti munkavégzéssel kapcsolatos bevált gyakorlatokra vonatkozó információkat, valamint az egészségügyi és gondozási ágazatban a munkahelyi biztonságról és egészségvédelemről szóló áttekintést. A Bizottság biztosítani fogja, hogy az EU-OSHA naprakész iránymutatást nyújtson az „Egészséges munkavállalók, virágzó vállalkozások – gyakorlati útmutató a munkahelyi jólléthez”⁹² című 2018. évi kiadvány nyomán követéseként, és 2024-ig jelentést készítsen a munkával kapcsolatos, illetve azzal összefüggésbe nem hozható mentális betegségben szenvedő munkavállalóknak a munkában maradáshoz vagy a munkába való sikeres visszatéréshez nyújtandó támogatásra vonatkozó bevált gyakorlatokról.

szóló irányelv (90/270/EGK), a munkahelyekről szóló irányelv (89/654/EGK), valamint a kórházakban és az egészségügyi ágazatban előforduló, éles vagy hegyes eszközök által okozott sérülések megelőzéséről szóló irányelv (2010/32/EU) ugyancsak foglalkozik a munka pszichoszociális kockázatokkal kapcsolatos szempontjaival.

⁸⁹ Például COM(2002) 118; COM(2007) 62; COM(2014) 332.

⁹⁰ COM(2021) 323 final.

⁹¹ [Európai Munkahelyi Biztonsági és Egészségvédelmi Ügynökség \(europa.eu\)](https://europa.eu).

⁹² [Egészséges munkavállalók, virágzó vállalkozások – gyakorlati útmutató a munkahelyi jólléthez.](#)

A svéd elnökség és az Európai Bizottság által 2023. május 15-én és 16-án tartott munkahelyi biztonsági és egészségvédelmi csúcstalálkozó a munkahelyi pszichoszociális kockázatokat és mentális egészséget olyan súlyosbodó munkahelyi biztonsági és egészségvédelmi problémaként azonosította, amelyek alaposabb vizsgálatot igényelnek⁹³. A Bizottság – teljes mértékben tiszteletben tartva a háromoldalú együttműködés elvét – nyomon fogja követni a csúcstalálkozó következtetéseit a munkahelyi mentális egészség javítása érdekében. Folytatni fogja továbbá a munkahelyekről szóló irányelv (89/654/EGK)⁹⁴ és a képernyő előtt végzett munkáról szóló irányelv (90/270/EGK)⁹⁵ **felülvizsgálatával kapcsolatos munkát**. Végezetül a Bizottság olyan intézkedésekkel fogja támogatni az **európai gondozási stratégia**⁹⁶ végrehajtását, amelyek hozzájárulnak a gondozók és a gondozottak mentális jóllétéhez.

KIEMELT KEZDEMÉNYEZÉSEK⁹⁷

13. UNIÓS SZINTŰ KEZDEMÉNYEZÉS A PSZICHOSZOCIÁLIS KOCKÁZATOKKAL KAPCSOLATBAN

- A Bizottság szakértői értékelést fog végezni a **munkahelyi pszichoszociális kockázatok** kezelésére irányuló jogalkotási és végrehajtási megközelítésekről a tagállamokban azzal a céllal, hogy – az eredményektől és a szociális partnerek hozzájárulásától függően – középtávon uniós szintű kezdeményezést terjesszen elő a pszichoszociális kockázatokra vonatkozóan.

14. UNIÓS MUNKAHELYI KAMPÁNYOK

- **Az EU-OSHA uniós szintű „Egészséges munkahelyek” kampánya – Biztonságos és egészséges munkavégzés a digitális korban**, különös tekintettel a munkahelyi mentális egészségre (2023–2025).
- **Az EU-OSHA uniós szintű „Egészséges munkahelyek” kampánya a munkahelyi pszichoszociális kockázatokról és mentális egészségről**, különös tekintettel az új és figyelmen kívül hagyott foglalkozásokra, ágazatokra, többek között a mezőgazdaságra és az építőiparra, valamint bizonyos csoportokra, például az alacsony képzettségű, migráns vagy fiatal munkavállalókra (2026–2027/2028).

A Bizottság arra ösztönzi a tagállamokat, hogy a közös agrárpolitika támogatásával hívják fel a figyelmet a **vidéki területek mezőgazdasági termelőinek és lakosságának** mentális egészségügyi problémáira, valamint dolgozzanak ki és hajtsanak végre olyan szakpolitikákat és bevált gyakorlatokat, amelyek elősegítik a megelőzésre való összpontosítást és a kulcsfontosságú munkakörökben dolgozók – többek között az egészségügyi szakemberek, a tanárok és a mezőgazdasági termelők – **rezilienciájának megerősítését**. A tagállamok segítése céljából a Bizottság gondoskodni fog arról, hogy az EU OSHA jelentést készítsen a **mezőgazdasági ágazat pszichoszociális kockázatairól**.

⁹³ <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=en&catId=89&furtherNews=yes&newsId=10582#navItem-1>

⁹⁴ [A Tanács irányelve a munkahelyi biztonsági és egészségvédelmi minimumkövetelményekről.](#)

⁹⁵ [A Tanács irányelve a képernyő előtt végzett munkáról.](#)

⁹⁶ [Európai gondozási stratégia.](#)

⁹⁷ Az EU-OSHA költségvetéséből nyújtott pénzügyi támogatás.

A Bizottság arra is ösztönzi a tagállamokat, hogy továbbra is mozdítsák elő az SLIC-útmutató⁹⁸ használatát a pszichoszociális kockázatok megelőzése tekintetében a munkahelyi biztonsággal és egészségvédelemmel kapcsolatos kötelezettségek hatékony nyomon követésének és ellenőrzésének fokozása érdekében, valamint hogy vegyenek részt a munkaügyi felügyelőknek szóló SLIC-képzéseken.

f. A mentális egészségügyi rendszerek megerősítése, valamint a kezeléshez és ellátáshoz való hozzáférés javítása

Az egészségügyi rendszereknek meg kell erősíteniük a mentális egészséggel kapcsolatos intézkedések irányítására való képességüket a megelőzéstől a korai beavatkozásig, a diagnózisig, a kezelésig és az ellátás irányításáig, valamint a betegek visszailleszkedésének támogatásáig. Ennélfogva kulcsfontosságú célkitűzés a mentális egészségügyi rendszerek megerősítése, valamint a kezeléshez és ellátáshoz való hozzáférés javítása.

A szociális jogok európai pillérének egyik alapelve, hogy mindenkinek joga van ahhoz, hogy időben hozzáférjen a színvonalas, megfizethető, megelőző és gyógyító ellátáshoz. Az EU-ban mentális egészségügyi problémákkal küzdő személyek számára gyakran nincs biztosítva a támogatáshoz való egyszerű és egyenlő hozzáférés, és ez nem ritkán sokak számára nem viselhető költségekkel jár. Különbségek mutatkoznak a tagállamok között és a tagállamokon belül abban a tekintetben, hogy az egészségügyi rendszerek mennyire képesek kielégíteni a mentálisan sérült emberek szükségleteit⁹⁹. A nemhez, etnikai hovatartozáshoz, földrajzi helyzethez – többek között a város és vidék közötti szakadékhoz –, az oktatáshoz, az életkorhoz és a szexuális irányultsághoz, a nemi identitáshoz vagy önkifejezéshez, valamint a nemi jellegekhez kapcsolódó egyenlőtlenségek jelentős hatást gyakorolnak a lakosság mentális egészségére és a megfelelő ellátáshoz való hozzáférésére.

Alapvető fontosságú a **bevált gyakorlatok és az innovatív megoldások azonosítása** a mentális egészségügyi ellátás elérhetőségének, minőségének, hozzáférhetőségének és megfizethetőségének javítása érdekében. Az **egyenlőtlenségek** kezelése érdekében testre szabott ellátást kell biztosítani a kiszolgáltatott helyzetben lévők, köztük a lakóhelyüket elhagyni kényszerült személyek, a menekültek, a migránsok, a fogyatékkal élő személyek és az LMBTIQ-személyek számára. A komorbiditásban szenvedők különleges gondozási igényeivel is foglalkozni kell annak érdekében, hogy elő lehessen segíteni a hatékony kezelésekre való hozzáférést, különösen a kábítószer-fogyasztási zavarokkal küzdő személyek számára, összhangban az EU 2021–2025-re szóló drogstratégiájával és a kapcsolódó cselekvési tervvel.

Az **egészségügyi dolgozók képzésének** megerősítése elengedhetetlen lesz a készségek és az ellátás minőségének további javításához, valamint a megbélyegzés és a hátrányos megkülönböztetés csökkentéséhez, valamint az aktív népesség egyik leginkább nyomás alatt álló ágazata rezilienciájának növeléséhez. A készségek európai éve egyedülálló lehetőséget

⁹⁸ <https://osha.europa.eu/en/legislation/guidelines/labour-inspectors-guide-assessing-quality-risk-assessments-and-risk-management-measures-regard-prevention-msds>

⁹⁹ Egészségügyi pillanatkép: Európa 2022. évi jelentés (lásd a 37. lábjegyzetet a 8. oldalon).

kínál az érdekelt feleknek arra, hogy fellendítsék a mentális egészséggel foglalkozó szakemberek képzését.

Meg kell vizsgálni a **digitális** eszközök (pl. távorvoslás, tanácsadó forródrótok) **használatát** azon személyek esetében, akiknek hatékonyabb tájékoztatásra és ellátásra van szükségük, többek között a vidéki területeken is.

A **szociális gyógyszerfelírás** innovatív megközelítés a jóllét és az egészség javítására, beleértve a mentális egészséget is. Egyéni szinten a szociális gyógyszerfelírás tudást, motivációt és bizalmat biztosít az emberek számára egészségük és jóllétük hatékonyabb kezeléséhez és javításához¹⁰⁰. Ez a megközelítés alkalmazható az alapellátásban, ahol az orvosok vagy más egészségügyi szakemberek olyan tevékenységeket írhatnak elő, amelyek megfelelnek az adott személy igényeinek és érdekeinek, mint például a természetben töltött idő, a sport, a jóga vagy a társadalmi és kulturális tevékenységek¹⁰¹.

A Bizottság folytatja azon intézkedések kidolgozását, amelyek támogatják a tagállamokat a **gyógyszerek iránti kielégítetlen igények** kezelésében, és felülvizsgálja a **távorvoslásban rejlő lehetőségeket** a mentális egészségügyi szolgáltatásokhoz való hozzáférés javítása terén¹⁰². Az „Egészségügyi helyzet az Európai Unióban” projekt keretében a **2023-as országspecifikus egészségügyi profilokban** helyet kap majd egy **mentális egészséggel foglalkozó rész**. Emellett a Bizottság (a **nyitott koordinációs módszer** keretében) önkéntes együttműködési folyamatot indít a tagállamokkal a kultúra és a mentális egészség közötti kapcsolatok megerősítésére. Végezetül az **egészségügyi rendszerek teljesítményértékelésével foglalkozó szakértői csoport** megvizsgálja a mentális betegségek megelőzésére és kezelésére szolgáló **új technológiákban rejlő lehetőségeket**¹⁰³.

A megalapozott döntéshozatal elősegítése céljából meg kell erősíteni az **adatgyűjtést és a nyomon követést**. Új statisztikákat és mutatókat kell kidolgozni, amelyeket fokozatosan be kell építeni a politikai döntéshozatalba bizonyos kérdések – például az egyenlőtlenségek, a fizikai és mentális egészség és a természet emberek számára jelentett értéke – tükrözése, valamint az intézkedések és a finanszírozás hatásának értékelése érdekében. Ez segíteni fog a jóllét felé tett előrehaladás nyomon követésében, megkönnyíti a politikai kihívásokról szóló kommunikációt, valamint az ember- és bolygóközpontú kezelésük lehetőségeit¹⁰⁴.

A **tagállamok** már jelezték, hogy nagy szükség van támogatásra a mentális egészséggel kapcsolatos munkaerő-tervezés és/vagy kapacitásépítés, a mentális egészséggel kapcsolatos

¹⁰⁰ [Global developments in social prescribing](#) (Globális fejlemények a szociális gyógyszerfelírás terén) – PubMed (nih.gov).

¹⁰¹ [Systematic review of social prescribing and older adults: where to from here? – \(A szociális gyógyszerfelírás szisztematikusan felülvizsgálata és az idősebb felnőttek: hogyan tovább?\)](#) PubMed (nih.gov).

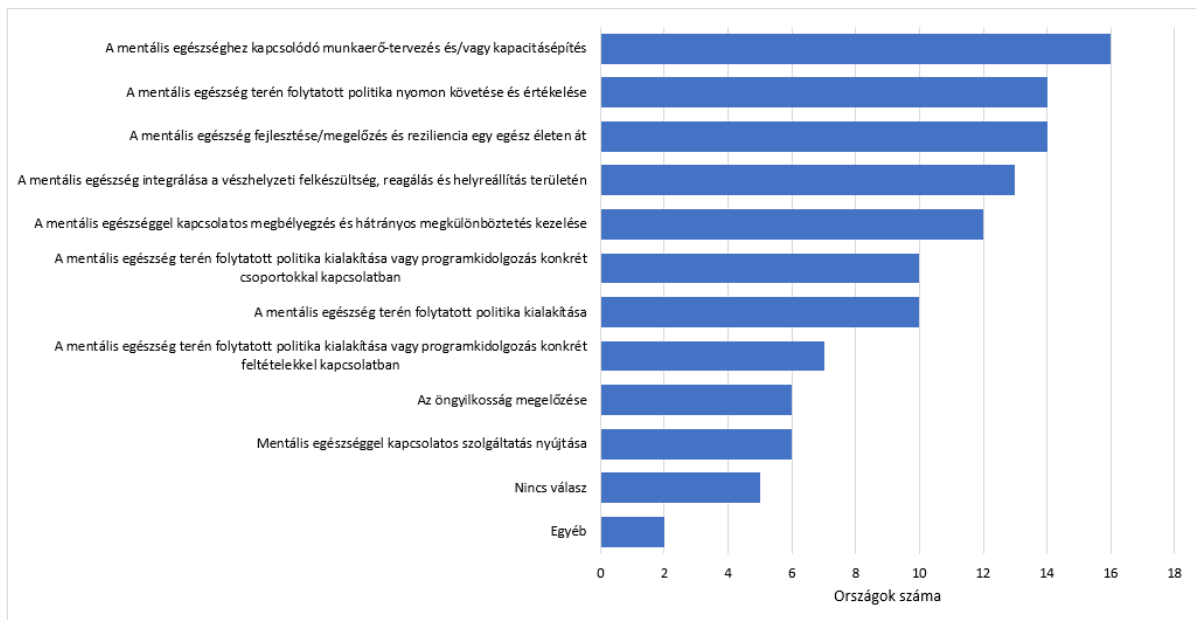
¹⁰² [EUR-Lex – 52012SC0414 – EN – EUR-Lex \(europa.eu\)](#).

¹⁰³ A szakértői csoport „Mapping metrics of health promotion and disease prevention for health system performance assessment” (Az egészségfejlesztés és a betegségmegelőzés mérőszámainak feltérképezése az egészségügyi rendszerek teljesítményértékelése céljából) című jelentése magában foglal egy esettanulmányt a mentális egészségről és a szociális gyógyszerfelírással kapcsolatos bevált gyakorlatokról.

¹⁰⁴ [Stratégiai előrejelzés \(europa.eu\)](#).

politika nyomon követése és értékelése, valamint a mentális egészség előmozdítása és a megelőzés terén (1. ábra)¹⁰⁵.

1. ábra – A tagállamok kapacitásépítéssel kapcsolatos kiemelt szükségletei (27 uniós tagállam, Norvégia és Izland)



E szükségletek kielégítése érdekében uniós szintű pénzügyi támogatást mozgósítanak annak érdekében, hogy a tagállamok megerősíthessék cselekvési kapacitásukat. Ez több szakembert (és képzettebbeket) fog érinteni a mentális egészségügyi problémák kezelése céljából. Ez az intézményesített gondozásról a közösségi alapú gondozásra való áttérést is magában foglalja.

Több tagállam olyan intézkedéseket is belefoglalt **helyreállítási és rezilienciaépítési terveibe**, amelyek célja a lakosság mentális egészségügyi ellátásának megerősítése. Ez

¹⁰⁵ A tagállami beruházások és reformok célzott kapacitásépítés révén történő támogatása érdekében 2023 áprilisában felmérést végeztek a Bizottság, a WHO és a Gazdasági Együttműködési és Fejlesztési Szervezet (OECD) közötti együttműködés keretében, hogy pillanatképet adjanak a mentális egészséggel kapcsolatos tagállami szakpolitikákról.

összhangban van a 2020. évi **európai szemeszter** keretében elfogadott **országspecifikus ajánlásokkal**, amelyek felszólítják a tagállamokat egészségügyi rendszereik rezilienciájának fokozására. 2023 tavaszán a Bizottság hat tagállam egészségügyi reformját támogató országspecifikus ajánlásokat javasolt. A további hat tagállamra vonatkozó országjelentések elismerték, hogy a helyreállítási és rezilienciaépítési tervek kiegészítése érdekében tovább kell javítani az egészségügyi rendszert. Emellett az európai szemeszter keretében elfogadott valamennyi országjelentés tartalmaz egy tematikus szakaszt, amely a tagállamok lakosságának egészségével és egészségügyi rendszereivel foglalkozik, egyes esetekben kiemelve a mentális egészséggel kapcsolatos kihívásokat és a tervezett reformokat. Az európai szemeszter továbbra is figyelemmel kíséri az egészségügyi ellátás nemzeti szintű fejleményeit.

KIEMELT KEZDEMÉNYEZÉSEK

15. TÖBB KÉPZETTEBB SZAKEMBER RENDELKEZÉSRE ÁLLÁSÁT SÜRGETŐ KEZDEMÉNYEZÉS AZ EURÓPAI UNIÓBAN

- 2023-tól a Bizottság meg fogja erősíteni az egészségügyi és más szakemberek, például a tanárok és a szociális munkások **képzését**. „Az EU az egészségért” program keretében célzott finanszírozási támogatás révén új, határokon átnyúló csereprogram is indul a mentális egészséggel foglalkozó szakemberek számára (9 millió EUR). Ennek lehetővé kell tennie, hogy 2026-ra Unió-szerte mintegy 2 000 szakember részesüljön képzésben, és évente átlagosan 100 csereprogramot lehessen indítani.

16. TECHNIKAI TÁMOGATÁS A MENTÁLIS EGÉSZSÉGGEL KAPCSOLATOS REFORMOKHOZ TÖBB ÁGAZATBAN

A Bizottság:

- 2024-ben javítani fogja a mentális egészségügyi szolgáltatások elérhetőségét és megfizethetőségét az emberek számára azáltal, hogy kérésre – a technikai támogatási eszköz révén – **technikai támogatást** nyújt a tagállamoknak az integrált ágazatközi mentális egészségügyi szolgáltatások rendelkezésre állásának javítását célzó reformok kidolgozásához és végrehajtásához¹⁰⁶.

17. A MENTÁLIS EGÉSZSÉGGEL KAPCSOLATOS ADATOK GYŰJTÉSE

- A Bizottság 2025-től biztosítani fogja, hogy az európai egészségfelmérés (EHIS) további adatokat tartalmazzon a mentális egészségre vonatkozóan azzal a céllal, hogy Unió-szerte biztosítsa a mentális egészség terén elért eredmények szigorú nyomon követését és értékelését.

¹⁰⁶[2024. évi kiemelt kezdeményezés – Mentális egészség: A jóllét és a mentális egészség előmozdítása \(europa.eu\)](https://europa.eu)

A Bizottság arra ösztönzi a tagállamokat, hogy biztosítsák a megfizethető mentális egészségügyi ellátáshoz való hozzáférést, többek között távorvoslási eszközökkel és határokon átnyúló helyzetekben. A nemzeti hatóságoknak együtt kell működniük olyan projektek kidolgozásában és végrehajtásában, amelyek javítják a mentális egészségügyi szolgáltatásokat és a **közösségi gondozást**, valamint az **intézményesítés csökkentését**¹⁰⁷, és felkérjük őket, hogy más szolgáltatók munkáját is figyelembe véve dolgozzanak ki a mentális egészségügyi szakembereknek szóló betérjesztési útvonalakat.

g. A megőlyegzés megszüntetése

A **megőlyegzés és a hátrányos megkülönböztetés** súlyosbítja a mentális betegségek személyes és gazdasági hatásait. Gyakori a mentális egészségügyi problémákkal küzdő személyekkel szembeni hátrányos megkülönböztetés, különösen a közösségi médiában, de azokon a munkahelyeken is, ahol a munkavállalók 50 %-a úgy véli, hogy mentális betegségük nyilvánosságra hozatala kedvezőtlen hatással lenne a karrierjükre¹⁰⁸.

Fellépésünket a mentális egészségügyi problémákkal küzdők visszailleszkedése és társadalmi befogadása alapevének kell vezérelnie. A **mentális egészséggel kapcsolatos tudatosság és ismeretek növelésébe** való beruházás – beleértve a mentális egészséget és az empátiával kapcsolatos képzést az iskolai tantervekben – kulcsfontosságú a helyzet javításához, valamennyi érdekelt fél bevonásával.

A mentális egészség éves európai hete (május) és a mentális egészség világnapja¹⁰⁹ (október 10.) alkalmat ad arra, hogy uniós szinten külön lehessen foglalkozni a megőlyegzéssel.

A **művészetek és a kultúra** fontos szerepet játszanak az egyének és általában a társadalom pozitív mentális egészségének és jóllétének előmozdításában a társadalmi befogadás támogatása és a mentális egészséggel kapcsolatos megőlyegzés csökkentése révén¹¹⁰. Kiegészíthetik a mentális egészségügyi problémák hagyományosabb támogatását, és hozzájárulhatnak a mentális egészségügyi problémák megelőzéséhez és a mentális egészséggel kapcsolatos megőlyegzés kezeléséhez. A Bizottság támogatni fogja a tagállamokat abban, hogy felhívják a figyelmet a kulturális és művészeti tevékenységeknek a mentális egészség és az általános jóllét javításában betöltött pozitív szerepére, például egy olyan rendezvényen keresztül, amely **a művészeteket és a kultúrát** a jóllét és a mentális egészség új eszközeiként mutatja be.

¹⁰⁷ [A fogyatékosággal élő személyek jogairól szóló ENSZ-egyezménnyel](#) összhangban.

¹⁰⁸ OSH Pulse (Eurobarométer gyorsfelmérés, 2022): „[Munkahelyi egészségvédelem és biztonság a világvilágjárny utáni munkahelyeken](#)”. A jelentés tartalmazza a pszichoszociális kockázatokkal kapcsolatos kérdések és az egyes országokra vonatkozó tájékoztatók eredményeit, valamint a Covid19-világvilágjárny mentális egészségre gyakorolt hatásának nyomon követéséről szóló szakértői cikket.

¹⁰⁹ [A mentális egészség világvilágjárnyja \(who.int\)](#).

¹¹⁰ [C4H_SummaryReport_V11LP_shortsmall.pdf \(cultureforhealth.eu\)](#).

KIEMELT KEZDEMÉNYEZÉSEK

18. A MEGBÉLYEGZÉS ÉS A HÁTRÁNYOS MEGKÜLÖNBÖZTETÉS KEZELÉSE

A Bizottság 18 millió EUR-t különít el a következőkre¹¹¹:

- a betegek, családjaik és (in)formális gondozóik, köztük a rákbetegek életminőségének javítása, különös **tekintettel a megbélyegzés és a hátrányos megkülönböztetés kezelésére** a tagállamoknak **a bevált gyakorlatok azonosításában és végrehajtásában** való támogatásával;
- ugyanebből a célból, a kiszolgáltatott csoportokra összpontosítva támogatni fogja az érdekelt feleket olyan projektek végrehajtásában, mint például a megbélyegzés megszüntetését és a hátrányos megkülönböztetés kezelését célzó **figyelemfelkeltő tevékenységek**, a **társadalmi befogadás** biztosítása és a **betegek jogainak védelme**;
- a tagállamokkal közösen **uniós iránymutatás** kidolgozása a **megbélyegzés megszüntetésével** és a **hátrányos megkülönböztetés** kezelésével kapcsolatban a népegészségügyi szakértői csoporttal és az érdekelt felek csoportjaival együttműködve;
- kommunikációs tevékenységek bevezetése a megbélyegzés elleni küzdelem **tudatosításának előmozdítása** érdekében.

A Bizottság arra ösztönzi a tagállamokat, hogy dolgozzanak ki **kommunikációs kampányokat** a tévhitiek eloszlása és a megbélyegzés megszüntetése érdekében, valamint **dolgozzanak ki intézkedéseket a megbélyegzés és a hátrányos megkülönböztetés ellensúlyozására** az egyének munkaerőpiacra való visszailleszkedésének segítésével, a betegek számára az igényeiknek leginkább megfelelő szolgáltatásokhoz való hozzáférés lehetővé tételével, és a megkülönböztetés leküzdésére szolgáló jogi eszközök használatára vonatkozó információk terjesztésével. **Növelni kell a tudatosságot** (a döntéshozók, munkáltatók, egészségügyi szakemberek, más szakemberek és a lakosság, valamint különösen a kiszolgáltatott helyzetben lévők mentális egészségével és megbélyegzésével kapcsolatban tevékenykedő egészségügyi szakemberek körében), és támogatni kell a **közösségi tevékenységeket** (sportok, művészetek, természet), amelyek segítenek a megbélyegzés megszüntetésében, és támogatják a mentális egészség rehabilitációját. A tagállamoknak támogatniuk kell a mentális egészségügyi problémákkal küzdő személyek közösségi és munkaerőpiaci integrációját ösztönző politikákat, többek között szociális gazdasági tevékenységek révén.

¹¹¹ „Az EU az egészségért” program keretében finanszírozva (18,36 millió EUR: a mentális egészséggel kapcsolatos tevékenységekre vonatkozó 2023. évi munkaprogram szerinti költségvetés).

h. A mentális egészség globális előmozdítása

A mentális egészség védelme és előmozdítása nemcsak prioritás az Európai Unió számára, hanem **globális kérdés** is, amelynek kapcsán az EU jó példával járhat elöl, nemzetközi szinten célzott hozzájárulásokkal és adott esetben a konvergencia előmozdításával.

Az **EU–USA Kereskedelmi és Technológiai Tanács** 2023. május 30–31-i ülésén az EU és az Egyesült Államok közös álláspontja szerint az online platformoknak nagyobb felelősséget kell vállalniuk annak biztosítására, hogy szolgáltatásaik hozzájáruljanak egy olyan online környezethez, amely védi, erősíti és tiszteletben tartja a gyermekeket és a fiatalokat, valamint felelős intézkedéseket kell hozniuk, hogy kezelni lehessen szolgáltatásaiknak a gyermekek és fiatalok mentális egészségére és fejlődésére gyakorolt hatását¹¹².

Az **EU globális egészségügyi stratégiája**¹¹³ olyan globális, nemzeti és regionális intézkedéseket irányoz elő, amelyek célja az ENSZ egészségüggyel kapcsolatos fenntartható fejlődési céljainak elérése, három, egymással összefüggő prioritásra összpontosítva: 1. az emberek egészségének és jóllétének javítása egy egész életen át; 2. az egészségügyi rendszerek megerősítése és az egyetemes egészségügyi ellátás előmozdítása; valamint 3. a közegészségügyi biztonság biztosítása, beleértve a mentális egészséget és a pszichoszociális támogatást is. A hangsúlyt az egészségügyi alapellátás megerősítésére kell helyezni, ahol elengedhetetlen a mentális egészségügyi szolgáltatások rendelkezésre állása.

Az **Unió külső tevékenységére vonatkozó ifjúsági cselekvési terv (2022–2027)**¹¹⁴ elismeri, hogy az egészség és a jóllét előfeltétele annak, hogy a fiatalok teljes mértékben kiaknázhassák a bennük rejlő lehetőségeket, és szerepet vállalhassanak a társadalomban. Az egészséget, valamint a mentális és a fizikai jóllétet a „megerősítési pillér” középpontjába helyezi. Ezzel párhuzamosan a **mentálhigiénés és pszichoszociális támogatásnak (MHPSS)** a partnerországok nemzeti egészségügyi rendszereinek megerősítésére irányuló intézkedések szerves részét kell képeznie, adott esetben támogatva a globális népegészségügyi beavatkozásokat, például az AIDS, a tuberkulózis és a malária elleni küzdelmet célzó globális alapot¹¹⁵, a nemi alapú erőszakkal foglalkozó Reflektorfény kezdeményezést¹¹⁶ vagy az uniós humanitárius segítségnyújtást. A WHO szerint a konfliktus utáni helyzetben lévők több mint egyötöde szenved depressziótól, szorongástól vagy poszttraumás stressz-zavartól¹¹⁷. A mentális egészségügyi szükségletek lakóhelyelhagyás és természeti katasztrófák esetén is felmerülnek. Ezért az MHPSS az átfogó válságreagálás alapvető eleme, amely 2019 óta

¹¹² Az EU–USA Kereskedelmi és Technológiai Tanács 2023. május 30–31-i ülésén kiadott együttes nyilatkozat.

¹¹³ [EU Global Health Strategy to improve global health security and deliver better health for all \(Az EU globális egészségügyi stratégiája a globális egészségbiztonság javítását és mindenki számára jobb egészség biztosítását tűzi ki célul\) \(europa.eu\).](#)

¹¹⁴ [Ifjúsági cselekvési terv \(europa.eu\).](#)

¹¹⁵ [Kezdőlap – Az AIDS, a tuberkulózis és a malária elleni küzdelmet célzó globális alap.](#)

¹¹⁶ [A Reflektorfény kezdeményezés | Tevékenységünk: A nők és lányok elleni erőszak felszámolása | Az ENSZ nőjogi szervezete – Központok.](#)

¹¹⁷ [A WHO új becslései a mentális zavarok előfordulásáról konfliktushelyzetekben: szisztematikus áttekintés és metaelemzés – The Lancet.](#)

111 millió EUR beépítését jelenti az EU által finanszírozott humanitárius segítségnyújtási műveletekbe.

Az EU másokat is cselekvésre ösztönöz azáltal, hogy mozgósítja a **donorokat és a partnereket, és felhívja a figyelmüket** arra, hogy humanitárius szükséghelyzet esetén fontos minőségi MHPSS-t biztosítani. A Közel-Keleten és az észak-afrikai régióban folytatott sikeres szerepvállalást követően 2023 vége előtt – Latin-Amerikával és a Karib-térséggel kezdve – **tájékoztató és kapacitásépítési ülésekre** kerül sor más régiókban.

Ezen túlmenően a Bizottság képzés és az ügynökségek közötti állandó bizottság (IASC) MHPSS-re vonatkozó minimális szolgáltatási csomagjának terjesztése révén fejleszti az érdekelt felek kapacitását¹¹⁸. Ezt a kulcsfontosságú referenciaeszközt a humanitárius közösség azért fejlesztette ki, hogy meghatározza a minimális minőséget, és megkönnyítse a válsághelyzetekben végrehajtott hatásos és időszerű mentális egészségügyi beavatkozások bevezetését.

Ukrajnában¹¹⁹ a Bizottság már támogatja a lakóhelyüket elhagyni kényszerült gyermekeket és gondozóikat, valamint az intézményekben elhelyezett gyermekeket segítő közösségi központokat, segítve őket bizonyos szintű normalitás és rutinhelyzet helyreállításában. Az agresszió hosszú időtartama és pusztító hatása azonban felgyorsítja az EU-ban zajló háború elől menekülőket és az Ukrajnán belül lakóhelyüket elhagyni kényszerült személyek mentális egészségére gyakorolt hatásokat, ami határozott és ambiciózus támogatást tesz szükségessé.

Az ukrán gyermekek jelenleg háborús traumáknak vannak kitéve, és ezek gyakran mély lelki sebeket hagynak maguk után. A Bizottság Ukrajnával karöltve speciális e-tanulási programot fog létrehozni a gyermekorvosok és az alapellátásban dolgozó egészségügyi személyzet számára. E kezdeményezés biztosítani fogja, hogy az egészségügyi szakemberek rendelkezzenek a traumakezeléshez és a gyermekek mentális egészségi állapotának javításához szükséges készségekkel. Speciális rehabilitációs szolgáltatásokat is kínálnak majd a bajba jutott gyermekeknek – Ukrajnában és az EU-ban egyaránt.

A Bizottság továbbá támogatja a humanitárius partnereket abban, hogy **növeljék kapacitásukat a konfliktus által sújtott lakosság mentális egészségügyi szükségleteinek kezelésére**, többek között Zaporizzsja, Harkiv, Dnipro és Mikolajiv megyében. Az EU az „egészségért” program keretében 2022-ben 28,4 millió EUR összegű hozzájárulási megállapodást kötöttek el a Vöröskereszt Társaságainak Nemzetközi Szövetségével pszichológiai elsősegély nyújtására, és négy projektet¹²⁰ (összesen 3 millió EUR költségvetéssel) hajtanak végre a migráns és menekült népesség mentális egészségének és pszichoszociális jóllétének javítását célzó bevált gyakorlatokat végrehajtó érdekelt felek. 2023-ra „az EU az egészségért” program keretében több mint 10,6 millió EUR-t irányoztak

¹¹⁸ [IASC – Minimális szolgáltatási csomag](#): Mentálhigiénés és pszichoszociális támogatás.

¹¹⁹ Az [NDICI keleti partnerség regionális programja](#) keretében nyújtott pénzügyi támogatás, amelynek célja pszichológiai támogatás nyújtása Ukrajnában.

¹²⁰ [„Az EU az egészségért” program projektjei](#) az ukrán menekültek mentális egészségügyi támogatását célozzák.

elő az egészségügyi ellátáshoz való hozzáférés javítására és a nem fertőző betegségek, különösen a mentális egészségügyi problémák megelőzésére. A Bizottság továbbá támogatni fogja a tagállamokat és az érdekelt feleket az **iFightDepression**¹²¹ bevált gyakorlatának végrehajtásában. Ez magában foglal egy online önkezelő programot, amely segíthet a lakóhelyüket elhagyni kényszerült személyeknek, köztük az Ukrajnából érkezőknek abban, hogy saját maguk kezeljék tüneteiket.

Mivel a humanitárius segítségnyújtás önmagában nem képes kielégíteni a lakóhelyüket elhagyni kényszerült személyek potenciális hosszú távú szükségleteit – beleértve az egészségügyi ellátást is –, a Bizottság támogatja partnerországait abban, hogy a **lakóhelyüket elhagyni kényszerült közösségeket** a meglévő nemzeti szolgáltatásnyújtási struktúrákba **integrálják**. Ez az integráció olyan módon történik, amely biztosítja, hogy a menekültek egyenlő és méltányos hozzáférést kapjanak az igényeiknek megfelelő szolgáltatásokhoz, többek között a mentális egészséggel, a poszttraumás stresszel és a nemi alapú erőszakkal kapcsolatban. A migránsok szükségleteinek kezeléséhez nyújtott jelentős uniós támogatás magában foglalja a pszichoszociális támogatást is, különösen a legkiszolgáltatottabbak, köztük a gyermekek, a háborús áldozatok, az emberkereskedelem áldozatai, az országban rekedt migránsok és a visszatérők számára.

A Bizottság oktatási intézkedések révén támogatja a tanulókat, valamint tanáraikat és gondozóikat mentális egészségének és pszichoszociális jóllétének előmozdítására és védelmére irányuló átfogó megközelítést. A Bizottság az **Education Cannot Wait** egyik fő adományozója, amely az MHPSS-t munkája, valamint az egészségügyi és az oktatási ágazat közötti kapcsolatok megerősítésébe beruházó **globális oktatási partnerség** kulcsfontosságú prioritásának tekinti.

A Bizottság folytatja a **mentális egészségnek** az egészségügyi rendszerek regionális, nemzeti és globális szintű megerősítésére irányuló intézkedésekbe való **beépítését** a lokalizálásra és a humanitárius segítségnyújtás, a fejlesztés és a béke közötti hármas kapcsolatra irányuló erőfeszítésekkel összhangban, és biztosítja, hogy a menekültek, a mozgásban lévő személyek és a lakóhelyüket elhagyni kényszerült személyek a partnerországokban ugyanolyan szinten férjenek hozzá az MHPSS-hez, mint a befogadó közösségek.

KIEMELT KEZDEMÉNYEZÉSEK

19. A LAKÓHELYÜKET ELHAGYNI KÉNYSZERÜLT ÉS ÉRINTETT UKRÁN SZEMÉLYEKNEK NYÚJTOTT MENTÁLIS EGÉSZSÉGÜGYI TÁMOGATÁS

- A Bizottság hozzá fog járulni az Oroszország **Ukrajna** ellen folytatott agressziós háborúja által érintett személyek számára nyújtandó **pszichológiai elsősegélyhez**, elmélyítve a Vöröskereszt és Vörösféldhold Társaságok Nemzetközi Szövetségével folytatott együttműködést¹²² (28 millió EUR). A Bizottság törekedni fog arra, hogy megerősítse a háború miatt lakóhelyüket elhagyni kényszerült személyeknek nyújtott pszichoszociális támogatás megerősítését célzó pénzügyi támogatását. Az elsődleges beavatkozók, a tanárok és a szociális munkások pszichológiai elsősegélynyújtással és

¹²¹ <https://ifightdepression.com/hu/>; elérhető ukrán nyelven, kulturálisan kiigazítva.

¹²² Költségvetés: 28,4 millió EUR „[az EU az egészségért](#)” 2022. évi munkaprogram keretében mozgósítva.

pszichoszociális támogatással kapcsolatos (online) képzési lehetőségeit is meg fogják vizsgálni a rászorulókat hatékonyabb megsegítése érdekében. További 0,5 millió EUR-t különítenek el a szükséghelyzetben lévő érintett személyek pszichoszociális támogatásának megerősítésére.

- A Bizottság Ukrajnával együtt speciális e-tanulási programot fog létrehozni a gyermekorvosok és az alapellátásban dolgozó egészségügyi személyzet számára, hogy támogassa a háború miatti stressztől és szorongástól szenvedő **ukrán gyermekeket**. E kezdeményezés biztosítani fogja, hogy az egészségügyi szakemberek rendelkezzenek a traumakezeléshez és a gyermekek mentális egészségi állapotának javításához szükséges készségekkel.
- A Bizottság együtt fog működni a tagállamokkal annak érdekében, hogy megfizethető pszichoszociális támogatást kínáljon a háború elől menekülőkhöz számára, kiegészítve az átmeneti védelemről szóló irányelv alapján már biztosított egészségügyi ellátást.

20. AZ ÜGYNÖKSÉGIKÖZI ÁLLANDÓ BIZOTTSÁG¹²³, ¹²⁴ MHPSS-RE VONATKOZÓ MINIMÁLIS SZOLGÁLTATÁSI CSOMAGJÁNAK TERJESZTÉSI TÁMOGATÁSA:

- A Bizottság továbbra is támogatni fogja a **minimális szolgáltatási csomag** terjesztését, amelynek célja, hogy támogassa a humanitárius szereplőket abban, hogy humanitárius szükséghelyzetekben minőségi ellátást nyújtsanak. Iránymutatást nyújt arra vonatkozóan, hogyan integrálhatók az időszerű, összehangolt és tényeken alapuló mentális egészségügyi szolgáltatások az általános humanitárius reakcióba.

A mentális egészség uniós finanszírozása

A mentális egészséget támogató költségvetésnek meg kell felelnie a kihívás nagyságrendjének. Az EU-nak és a tagállamoknak megfelelő forrásokat kell fordítaniuk annak biztosítására, hogy a rászorulókat segítséget kapjanak, ami társadalmi és gazdasági szükségszerűség is.

A Bizottság a 2021–2027-es időszakra vonatkozó többéves pénzügyi keret révén mozgósítja az uniós költségvetés valamennyi releváns pénzügyi eszközét a mentális egészséggel kapcsolatos főbb kihívások kezelése, valamint az e közleményben meghatározott kiemelt kezdeményezések és intézkedések támogatása érdekében. Emellett a tagállamok igénybe vehetik a Helyreállítási és Rezilienciaépítési Eszközön¹²⁵ keresztül az egészséggel – többek között a mentális egészséggel – kapcsolatos reformok és beruházások finanszírozására rendelkezésre álló forrásokat.

A mentális egészséggel kapcsolatos tevékenységekhez összesen **1,23 milliárd** EUR összegű uniós támogatást határoztak meg, amely elérhető a mentális egészséget **közvetlenül vagy közvetve** előmozdító tevékenységek finanszírozására, a kutatástól a figyelemfelkeltő kampányokig, a kapacitásépítéstől és a bevált egészségügyi gyakorlatok átadásától a rákbetegeknek és az ukrán menekülteknek nyújtott pszichológiai támogatásig. E projektek és

¹²³ Költségvetés: 750 000 EUR, a [megerősített reakálási kapacitás program](#) keretében finanszírozva.

¹²⁴ WHO, UNICEF, UNHCR és UNFPA, <https://mhpsmsp.org/en>

¹²⁵ [Helyreállítási és Rezilienciaépítési Eszköz \(europa.eu\)](#).

programok hatását rendszeresen nyomon fogják követni. Ehhez a nyomon követés és az elszámoltathatóság biztosítása érdekében nemcsak megbízható, összehasonlítható és friss adatokra van szükség, hanem mutatókra, nyomonkövetési és értékelési rendszerekre is.

2022-re és 2023-ra 69,7 millió EUR-t különítettek el „az EU az egészségért” programon¹²⁶ keresztül a jó mentális egészséget előmozdító intézkedésekre. Ez magában foglalja a 2022. évi munkaprogram¹²⁷ keretében a tagállami kapacitásépítési kezdeményezések támogatására és a kiszolgáltatott csoportok mentális egészségének kezelésére biztosított 51,4 millió EUR-t, valamint „az EU az egészségért” 2023. évi munkaprogram keretében a tagállamok közötti együttműködés támogatására, valamint a rákbetegek, gondozóik és családjaik pszichológiai támogatására szánt 18,3 millió EUR-t¹²⁸.

A Horizont 2020 kezdeményezés és a Horizont Európa¹²⁹ program 765 millió EUR összegű finanszírozást mozgósít a mentális egészséggel kapcsolatos kutatási és innovációs projektek támogatására.

A nemzeti, regionális és helyi hatóságok a kohéziós politikai forrásokat is felhasználhatják, különösen az Európai Szociális Alap Pluszt (ESZA+) és az Európai Regionális Fejlesztési Alapot (ERFA), hogy például a vonatkozó infrastruktúrába és felszerelésekbe, személyi asszisztensekbe, mobil csoportokba, segélyvonalakba és szociális munkásokba való beruházás révén megerősítsék az egészségügyi ellátáshoz való egyenlő hozzáférést¹³⁰. A technikai támogatási eszköz technikai támogatást nyújt a tagállamoknak a mentális egészséggel kapcsolatos projektekhez (2023-ban ez 2 millió EUR-t jelent). 2024-ben a Bizottság további forrásokat kíván mozgósítani a technikai támogatási eszközökből annak érdekében, hogy támogassa a tagállamokban a mentális egészséggel kapcsolatos, keresletvezérelt kapacitásépítést.

Az EU „Kreatív Európa programja” keretében (3,3 millió EUR összegű) finanszírozást bocsátottak rendelkezésre a kultúrával, a jólléttel és a mentális egészséggel kapcsolatos projektek számára, és 28 millió EUR-t mozgósítottak a mentálhigiénés és pszichoszociális támogatási tevékenységek támogatására sürgősségi és humanitárius helyzetekben (európai polgári védelmi és humanitárius segítségnyújtási műveletek). A Polgárok, egyenlőség, jogok és értékek program¹³¹ (2023–2024) ugyancsak finanszírozási lehetőségeket¹³² biztosít a gyermekek és a nemi alapú erőszak áldozatainak mentális egészségével kapcsolatos

¹²⁶ [„Az EU az egészségért” programról szóló \(EU\) 2021/522 rendelet.](#)

¹²⁷ [com_2022-5436_annex2_en.pdf \(europa.eu\).](#)

¹²⁸ [wp2023_annex_en.pdf \(europa.eu\).](#)

¹²⁹ [Horizont Európa \(europa.eu\).](#)

¹³⁰ Az ERFA keretében egészségügyi infrastruktúrára és felszerelésekre összesen 7,2 milliárd EUR-t kitevő költségvetés áll rendelkezésre, amely a mentális egészséggel és társadalmi befogadással kapcsolatos intézkedéseket is kiterjedhet.

¹³¹ [Polgárok, egyenlőség, jogok és értékek \(europa.eu\).](#)

¹³² Daphne program és a gyermek jogai: [c_2022_8588_1_en_annexe_acte_autonome_cp_part1_v2.pdf \(europa.eu\).](#)

fellépésekhez¹³³. A munkahelyi mentális egészség kezelésének elősegítése érdekében az EU-OSHA finanszírozást fog rendelkezésre bocsátani.

Következtetések és következő lépések

A mentális egészséggel kapcsolatos aktuális kihívások mindenkit érinthetnek, és összehangolt fellépést követelnek, és az összes érintett szereplő teljes elkötelezettségét igénylik. A mentális egészség **az emberi egészség szerves része**. Lehetővé teszi az egyén saját képességeinek megvalósítását, az élet stresszhelyzeteivel való megbirkózást, a szocializációt, a munkavégzést és a közösségi élethez való hozzájárulást.

Minden intézmény és kormányzati szint képes és köteles is szerepet vállalni a jó mentális egészség előtt álló akadályok leküzdésében. Az egészségügyi rendszerrel és azon túl összehangolt erőfeszítésekre van szükség a társadalom egészségének mozgósításához és az egész életpályához kapcsolódó megközelítés alkalmazásához, hangsúlyt fektetve az egyenlőségre és a megkülönböztetésmentességre.

A Bizottság felszólítja az Európai Parlamentet és a tagállamokat, hogy működjenek együtt az e stratégiai közleményben előterjesztett kezdeményezések előmozdítása érdekében, amelyek lefedetik a mentális egészség átfogó, megelőzés-központú és több érdekelt felet bevonó megközelítésére irányuló tartós nemzeti és uniós szintű fellépés alapjait. Előmozdítják a mentális egészségügyi problémától szenvedők egészségügyi ellátásának egyetemességét az EU-ban és azon kívül.

A mentális egészségügyi problémák megelőzése, a segítségnyújtáshoz való hozzáférés és a társadalomba való visszailleszkedés az egészségügyi ellátáshoz való jog szerves részét képezik, és e kezdeményezés révén az EU ambiciózus célt tűz ki arra vonatkozóan, hogy az európai életmóddal összhangban segítse társadalmaink legsérülékenyebb és legsebezhetőbb rétegeit, ahol minden ember számít, és virágzó életkilátással kell rendelkeznie.

Ez a közlemény annak az új stratégiai megközelítésnek a kezdete, amelynek célja, hogy a mentális egészséget a fizikai egészséghez igazítsa. Egy másik pillérrel egészíti ki az európai egészségügyi unió felépítését azáltal, hogy megerősíti a folyamatban lévő munkát, és új, valamennyi partner bevonásával kidolgozott munkafolyamatokat nyit meg, beleértve a végrehajtási intézkedéseket is. Ezeket a népegészségügyi szakértői csoporttal és különösen annak mentális egészséggel foglalkozó alcsoportjával együttműködve szorosan nyomon fogják követni a tagállamokkal. Az érdekelt feleknek lehetőségük lesz arra, hogy együttműködjenek, és összehangolják közös hozzájárulásukat az uniós egészségpolitikai platformon keresztül meghatározott intézkedések kidolgozása és végrehajtása érdekében. Ezek az összehangolt erőfeszítések jelentik majd az utat a mentális egészséggel kapcsolatos

¹³³ 22,9 millió EUR a 2024-es Daphne program keretében a nemi alapú erőszak és a gyermekek elleni erőszak megelőzésére és leküzdésére irányuló felhívás keretében, kifejezetten az áldozatokat és a túlélőket támogató intézkedések finanszírozása, valamint az integrált gyermekvédelmi rendszerek továbbfejlesztése céljából.

új, ambiciózus megközelítés kidolgozásához és végrehajtásához egy olyan, reziliensebb társadalom megteremtése érdekében, amely az embereket helyezi előtérbe.