

ΦΡΟΝΤΊΣΤΕ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΉ ΥΓΕΊΑ ΕΠΕΝΔΎΣΤΕ ΣΤΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΆ ΔΙΚΑΙΏΜΑΤΑ



European
Mental
Health Week

19-25
MAY 2025

#EuropeanMentalHealthWeek



Πολιτική ενημέρωση

Χρήση του Ευρωπαϊκού Πυλώνα Κοινωνικών
Δικαιωμάτων ως εργαλείο για ψυχικά υγιείς
και ισχυρές κοινωνίες



Mental
Health
Europe

Περιεχόμενα

Εισαγωγή	2
Ευρύτερη κατανόηση της ψυχικής υγείας	2
Η ψυχική υγεία στις πολιτικές της ΕΕ	3
Οι κοινωνικές πολιτικές που προάγουν την ψυχική υγεία είναι επωφελείς για όλους.....	3
Τα οφέλη της καλής ψυχικής υγείας υπερβαίνουν τον τομέα της υγείας	3
Τα οφέλη της ψυχικής υγείας ξεπερνούν τα ατομικά	4
Ο Ευρωπαϊκός Πυλώνας Κοινωνικών Δικαιωμάτων και η ψυχική υγεία.....	5
Τα κοινωνικά δικαιώματα που κατοχυρώνονται στον Πυλώνα	5
Οι δεσμοί μεταξύ των κοινωνικών δικαιωμάτων και του δικαιώματος στην καλή ψυχική υγεία.....	6
Ίσες ευκαιρίες και πρόσβαση στην αγορά εργασίας.....	6
Δίκαιες συνθήκες εργασίας.....	7
Κοινωνική προστασία και ένταξη.....	9
Συμπεράσματα και προτάσεις.....	10
Συστάσεις προς την ΕΕ	11
Συστάσεις προς τα κράτη μέλη.....	13
Πηγές.....	14

ΑΠΟΠΟΙΗΣΗ ΕΥΘΥΝΩΝ: ΤΟ ΠΑΡΟΝ ΕΓΓΡΑΦΟ ΕΧΕΙ ΜΕΤΑΦΡΑΣΤΕΙ ΑΠΟ ΤΑ ΑΓΓΛΙΚΑ ΜΕ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΛΟΓΙΣΜΙΚΟΥ ΑΥΤΟΜΑΤΗΣ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗΣ- ΩΣ ΕΚ ΤΟΥΤΟΥ, Η ΑΚΡΙΒΕΙΑ ΤΗΣ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗΣ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΕΓΓΥΗΜΕΝΗ.

Εισαγωγή

Ευρύτερη κατανόηση της ψυχικής υγείας

Τα τελευταία σαράντα χρόνια, το Mental Health Europe προωθεί μια ουσιαστική στροφή από την παρωχημένη βιοϊατρική αντίληψη της ψυχικής υγείας προς μια **ψυχοκοινωνική θεώρηση**. Η βιοϊατρική προσέγγιση εστιάζει κυρίως σε νευροβιολογικούς παράγοντες, αντιμετωπίζοντας τα προβλήματα ψυχικής υγείας ως ασθένειες που απαιτούν ιατρική και φαρμακευτική αντιμετώπιση, συχνά χωρίς ενεργή συμμετοχή του ατόμου στη διαδικασία φροντίδας. Δίνει έμφαση στις δυσκολίες του ατόμου και στις λειτουργίες που δεν μπορεί να επιτελέσει. Αυτή η θεώρηση έχει οδηγήσει, σε πολλές περιπτώσεις, στην αντίληψη ότι τα άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας είναι κατώτερα ή ανεπαρκή να συμβάλουν στην κοινωνία – ότι αποτελούν πρόβλημα, βάρος ή ακόμη και κίνδυνο – ενώ παραβλέπει τις δυνατότητες πρόληψης ή ανάκαμψης.

Αντιθέτως, η ψυχοκοινωνική προσέγγιση αναγνωρίζει ότι, **η ψυχική υγεία διαμορφώνεται σε μεγάλο βαθμό από ευρύτερους κοινωνικούς, οικονομικούς και περιβαλλοντικούς παράγοντες**, συμπεριλαμβανομένων των διαφόρων γεγονότων ζωής και μεταβατικών σταδίων σε όλη τη διάρκεια του βίου. Καθόλη τη διάρκεια της ζωής, οι ατομικοί, κοινωνικοί και δομικοί προσδιοριστικοί παράγοντες – όπως η ύπαρξη ή απουσία κοινωνικής υποστήριξης, η σύνδεση με την κοινότητα, ένα ασφαλές περιβάλλον διαβίωσης, η εργασία, η εκπαίδευση, η προστασία από τις διακρίσεις και τη βία, και η πρόσβαση σε οικονομικούς πόρους - αλληλεπιδρούν, ενισχύοντας ή αποδυναμώνοντας την ψυχική ευημερία, δρώντας αντίστοιχα ως προστατευτικοί παράγοντες ή παράγοντες κινδύνου.

Η ψυχοκοινωνική προσέγγιση καλεί σε **διαρθρωτικές παρεμβάσεις, οι οποίες επικεντρώνονται στις κοινωνικές, οικονομικές και πολιτικές συνθήκες των κοινωνιών μας**. Αντιθέτως, η βιοϊατρική προσέγγιση - με την εστίασή της στο άτομο - αποσπά την προσοχή από πιο συστημικές λύσεις, όπως επισημαίνει ο ειδικός εισηγητής για την ακραία φτώχεια και τα ανθρώπινα δικαιώματα, Olivier De Schutter.¹

Μια ολοκληρωμένη κατανόηση της ψυχικής υγείας, όπως των κοινωνικοοικονομικών και περιβαλλοντικών προσδιοριστικών της παραγόντων, προϋποθέτει την υιοθέτηση μιας **προσέγγισης ψυχικής υγείας σε όλες τις πολιτικές** για την προστασία και τη βελτίωση της ψυχικής ευημερίας. Στο πλαίσιο αυτό, οργανώνονται δράσεις **εντός και εκτός του τομέα της υγείας**, με ιδιαίτερη έμφαση στην πρόληψη και την προαγωγή της ευημερίας. Πολιτικές που σχετίζονται με την εκπαίδευση, την παιδική προστασία, την απασχόληση, το εισόδημα, τη στέγαση, τον πολιτισμό, το περιβάλλον και την κοινωνική προστασία μπορούν να επηρεάσουν θετικά την ψυχική υγεία, ενισχύοντας τους προστατευτικούς παράγοντες και περιορίζοντας τους παράγοντες κινδύνου για προβλήματα ψυχικής υγείας. Αντίθετα, η έλλειψη επαρκών πολιτικών ή μεταρρυθμίσεων (π.χ. πολιτικές λιτότητας ή η μείωση πολιτικών εισοδηματικής στήριξης) ενδέχεται να έχουν αρνητικές επιπτώσεις στην ψυχική υγεία και την ευημερία).²

¹ "Η εννοιολόγηση των καθοριστικών παραγόντων της ψυχικής υγείας απαιτεί εστίαση στις σχέσεις και την κοινωνική σύνδεση, γεγονός που απαιτεί διαρθρωτικές παρεμβάσεις στην κοινωνία και εκτός του τομέα της υγειονομικής περίθαλψης. Η εξήγηση των ανισοτήτων στην ψυχική υγεία εκτείνεται πολύ πέρα από το βιολογικό και ατομικό στο κοινωνικό, οικονομικό και πολιτικό επίπεδο". Olivier De Schutter, ειδικός εισηγητής για την ακραία φτώχεια και τα ανθρώπινα δικαιώματα

² Κοινή δήλωση Θεματικό δίκτυο για την ψυχική υγεία σε όλες τις πολιτικές

Η ψυχική υγεία στις πολιτικές της ΕΕ

Τον Ιούνιο του 2023, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή παρουσίασε την [Ανακοίνωση για μια ολοκληρωμένη προσέγγιση της ψυχικής υγείας](#), στοχεύοντας στην αναγνώριση ότι η ψυχική υγεία είναι εξίσου σημαντική με τη σωματική, χωρίς αποκλεισμούς. Η ανακοίνωση αποτελεί ένα ακόμη δομικό στοιχείο της Ευρωπαϊκής Ένωσης Υγείας, και αναδεικνύει την ανάγκη για συλλογική δράση, καθώς πολλές από τις σχετικές προκλήσεις υπερβαίνουν τις δυνατότητες μεμονωμένων κρατών-μελών. Η πρωτοβουλία αυτή σηματοδοτεί μια νέα αρχή για μια ολοκληρωμένη, και πολυμερή προσέγγιση της ψυχικής υγείας σε επίπεδο ΕΕ, προσανατολισμένη στην πρόληψη. **Παρότι η Ευρωπαϊκή Ένωση εξακολουθεί να μη διαθέτει ενιαία στρατηγική για την ψυχική υγεία, είναι σαφές ότι το αίτημα για μια ψυχοκοινωνική προσέγγιση έχει αρχίσει να εισακούεται, με αυξανόμενη αναγνώριση των ευρύτερων προσδιοριστικών παραγόντων της ψυχικής υγείας.**

Παράλληλα με τη συνεχιζόμενη διεκδίκηση μιας ολοκληρωμένης Ευρωπαϊκής Στρατηγικής για την Ψυχική Υγεία³, το Mental Health Europe επιδιώκει με το παρόν ενημερωτικό σημείωμα να αναδείξει **πώς μπορεί να αξιοποιηθεί το υφιστάμενο πολιτικό και θεσμικό πλαίσιο της ΕΕ για την προώθηση της ψυχικής υγείας, μέσω της αντιμετώπισης των κοινωνικοοικονομικών παραγόντων που την επηρεάζουν.** Δεδομένης της στενής και αλληλένδετης σχέσης μεταξύ των κοινωνικών πολιτικών και της ψυχικής υγείας, υποστηρίζουμε ότι ο [Ευρωπαϊκός Πυλώνας Κοινωνικών Δικαιωμάτων](#) (EPSR) – που θεσπίστηκε το 2017 από την ΕΕ ως πυξίδα για μια ισχυρή Κοινωνική Ευρώπη- θα πρέπει να ενταχθεί **στο επίκεντρο για μια Ευρωπαϊκή Ένωση Υγείας.** Σκοπός του παρόντος σημειώματος είναι να αναδείξει τον ρόλο του επικαιροποιημένου **Σχεδίου Δράσης του EPSR** ως καταλύτη για τη βελτίωση της ψυχικής υγείας σε ολόκληρη την ΕΕ, ενισχύοντας την προσέγγιση της ψυχικής υγείας σε όλες τις πολιτικές και συμβάλλοντας στην προετοιμασία της επόμενης φάσης του Σχεδίου Δράσης.

Οι κοινωνικές πολιτικές που προάγουν την ψυχική υγεία είναι επωφελείς για όλους

Τα οφέλη της καλής ψυχικής υγείας υπερβαίνουν τον τομέα της υγείας

Είναι ευρέως αποδεκτό ότι η προώθηση της ψυχικής υγείας σε άλλους τομείς, πέραν του υγειονομικού, δημιουργεί **συνθήκες διπλού οφέλους (win-win)**, με θετικά αποτελέσματα τόσο στους τομείς της υγείας όσο και σε άλλους τομείς πολιτικής. Για παράδειγμα, ολοκληρωμένα σχολικά προγράμματα ψυχικής υγείας και ψυχοκοινωνικής υποστήριξης έχουν συσχετιστεί με υψηλότερες σχολικές επιδόσεις, μειωμένη σχολική εγκατάλειψη και λιγότερες ριψοκίνδυνες συμπεριφορές από τους μαθητές, υποστηρίζοντας έτσι τους στόχους της Αρχής 1 του Ευρωπαϊκού Πυλώνα Κοινωνικών Δικαιωμάτων (EPSR)⁴. Η στήριξη της ψυχικής υγείας των άτυπων φροντιστών είναι απαραίτητη για τη διασφάλιση της διαρκούς διαθεσιμότητας τους στην παροχή φροντίδας και αποτελεί δράση-κλειδί για τη βιωσιμότητα των ευρωπαϊκών

³ Κοινή Δήλωση "Τηρήστε τις υποσχέσεις και τηρήστε τις δεσμεύσεις για την ψυχική υγεία, Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας 2024" <https://www.mentalhealtheurope.org/joint-statement-deliver-on-promises-and-honour-commitments-on-mental-health/>

⁴ UNICEF, [Προώθηση και προστασία της ψυχικής υγείας στα σχολεία και τα μαθησιακά περιβάλλοντα.pdf](#)

συστημάτων μακροχρόνιας φροντίδας, ευθυγραμμιζόμενη με την Αρχή 18 της EPSR⁵. Παρεμβάσεις όπως το Housing First⁶ δείχνουν ότι η ασφαλής και αξιοπρεπής στέγαση - αρχή 19 της EPSR - έχει άμεση θετική επίδραση στην ψυχική υγεία. Οι στεγαστικές πολιτικές οφείλουν να ενσωματώνουν την οπτική της ψυχικής ευημερίας, παρέχοντας ευέλικτες και εξατομικευμένες λύσεις για τα ευάλωτα άτομα. Έχει επίσης καταδειχθεί ότι η προαγωγή της ψυχικής υγείας στο χώρο εργασίας⁷ μπορεί να μειώσει σημαντικά την απώλεια παραγωγικότητας. Ενέργειες, όπως η ενσωμάτωση της ψυχικής υγείας στον πολεοδομικό σχεδιασμό, με επενδύσεις σε χώρους πρασίνου, έχουν αποφέρει εξοικονόμηση πόρων στους προϋπολογισμούς δημόσιας υγειονομικής φροντίδας⁸

Όπως επισημαίνει ο ΠΟΥ, για την αποτελεσματική αντιμετώπιση των προσδιοριστικών παραγόντων που επιδρούν αρνητικά στην ψυχική υγεία, σε κοινωνικό και δομικό επίπεδο, απαιτούνται διατομεακές συνεργασίες και ευθυγραμμισμένες πολιτικές σε επίπεδο κινητοποίησης φορέων, διακυβέρνησης, καθώς και της ευρύτερης κοινωνίας. Για να πετύχουμε, χρειαζόμαστε **«προσεγγίσεις για το σύνολο της κυβέρνησης και της κοινωνίας, διατομεακές συνεργασίες και ευθυγραμμισμένες ή κοινές πολιτικές»**.⁹ Ωστόσο, η υλοποίησή τους παραμένει δύσκολη λόγω αποκλίσεων στους στόχους και τα συμφέροντα των επιμέρους τομέων. Για την επιτυχή διατομεακή συνεργασία, ο ΠΟΥ¹⁰ προτείνει σαφή κατανομή αρμοδιοτήτων, κοινούς προϋπολογισμούς, μηχανισμούς λογοδοσίας και ενίσχυση της ευαισθητοποίησης των κρατικών λειτουργιών σχετικά με το πώς η διασύνδεση μεταξύ πολιτικών μπορεί να ωφελήσει πολλαπλά τις επιμέρους στρατηγικές¹¹.

Τα οφέλη της ψυχικής υγείας ξεπερνούν τα ατομικά

"Ενόψει της επιβράδυνσης της παραγωγικότητας στην ΕΕ και της επίμονης έλλειψης εργατικού δυναμικού και δεξιοτήτων, που επηρεάζουν αρνητικά την ανταγωνιστικότητα της Ένωσης, υπενθυμίζουμε ότι οι καλά σχεδιασμένες κοινωνικές μεταρρυθμίσεις και επενδύσεις μπορούν να έχουν θετικό αντίκτυπο στην οικονομική ανάπτυξη, ενισχύοντας το ανθρώπινο κεφάλαιο, αυξάνοντας την παραγωγικότητα και την προσφορά εργασίας, ενώ παράλληλα συμβάλλουν στην κοινωνική πρόοδο". Διακήρυξη La Hulre

Η προαγωγή της ψυχικής υγείας αποτελεί πρωτίστως υποχρέωση στο πεδίο των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Παράλληλα, όμως, έχει και ισχυρή οικονομική διάσταση.

Σύμφωνα με τα [συμπεράσματα του Συμβουλίου της ΕΕ του 2019](#), η βελτίωση της ψυχικής ευημερίας των πολιτών ενισχύει την κοινωνική εμπιστοσύνη, την ενεργή συμμετοχή στα κοινά και τη συνοχή του κοινωνικού ιστού. Αυτοί οι παράγοντες ενισχύουν με τη σειρά τους την οικονομική ανάπτυξη, αυξάνοντας την παραγωγικότητα, την οικονομική και πολιτική σταθερότητα, και την ανθεκτικότητα απέναντι σε κρίσεις.

Όπως επιβεβαιώνεται και στη μελέτη του 2024, *Ο κοινωνικός πυλώνας και το μέλλον της κοινωνικής ατζέντας της ΕΕ*, οι καλά σχεδιασμένες κοινωνικές πολιτικές μπορούν να προσφέρουν οικονομικό και κοινωνικό όφελος. Η προσέγγιση των κοινωνικών επενδύσεων

⁵ WELL CARE Project, Έκθεση για την ανάλυση της νομοθεσίας, των πολιτικών, των πλαισίων φροντίδας και των συστημάτων χρηματοδότησης Οκτώβριος 2024, <https://wellcare-project.eu/wp-content/uploads/2024/10/WellCare-D4.1.pdf>

⁶ Housing First, Nicholas Pleace Ευρωπαϊκό Παρατηρητήριο για τους Άστεγους -

⁷ Ziggi Ivan Santini, Lau Caspar Thygesen, Ai Koyanagi, Sarah Stewart-Brown, Charlotte Meilstrup, Line Nielsen, Kim Rose Olsen, Michael Birkjær, David McDaid, Vibeke Koushede, Ola Ekholm, Economics of mental wellbeing: Mental Health & Prevention, Volume 28, 2022, <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2022.200247>.

⁸ <https://www.isglobal.org/en/-/mental-health-and-the-environment>

⁹ Καθοδήγηση σχετικά με την πολιτική για την ψυχική υγεία και τα στρατηγικά σχέδια δράσης. Ενότητα 2. Βασικοί μεταρρυθμιστικοί τομείς, οδηγίες, στρατηγικές και δράσεις για την πολιτική και τα στρατηγικά σχέδια δράσης για την ψυχική υγεία, Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας 2025

¹⁰ Ibidem

¹¹ Ibidem

(social investment paradigm) τονίζει ότι «μία ισχυρή Κοινωνική Ευρώπη δεν αποτελεί θεμέλιο μόνο για την ευημερία των πολιτών, αλλά και για μια ανταγωνιστική οικονομία», ενώ «η αδυναμία αναγνώρισης της σημασίας των κοινωνικών επενδύσεων ή η παραμέληση επενδύσεων σε κρίσιμους κοινωνικούς τομείς, δεν οδηγεί μόνο σε κοινωνική οπισθοδρόμηση, αλλά και σε υψηλότερο κόστος στο μέλλον»¹².

Όπως δήλωσε χαρακτηριστικά ο Βέλγος υπουργός Frank Vandenbroucke κατά τη διάρκεια της Προεδρίας της χώρας του στην ΕΕ¹³, «Οι επενδύσεις σε καλά οργανωμένες κοινωνικές πολιτικές αποτελούν πλεονέκτημα και όχι υποχρέωση, δεν είναι κόστος, αλλά παραγωγικός συντελεστής. Οι επενδύσεις στην υγεία και στην υγειονομική φροντίδα είναι χαρακτηριστικά παραδείγματα επένδυσης στο ανθρώπινο κεφάλαιο και πρέπει να ενταχθούν στην έννοια της κοινωνικής επένδυσης»¹⁴. Το Mental Health Europe στηρίζει την έκκληση του Βέλγου υπουργού για συστηματική διασύνδεση της Ευρωπαϊκής Ένωσης Υγείας με τον Ευρωπαϊκό Πυλώνα Κοινωνικών Δικαιωμάτων.

Ο Ευρωπαϊκός Πυλώνας Κοινωνικών

Δικαιωμάτων και η ψυχική υγεία

Τα κοινωνικά δικαιώματα που κατοχυρώνονται στον

Πυλώνα

Ο Ευρωπαϊκός Πυλώνας Κοινωνικών Δικαιωμάτων (EPSR) εγκρίθηκε το 2017 στη Σύνοδο Κορυφής του Γκέτεμποργκ από το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, το Συμβούλιο και την Ευρωπαϊκή Επιτροπή. Αποτελεί ένα πολιτικό πλαίσιο που έχει στόχο να επαναφέρει στο προσκήνιο την κοινωνική διάσταση της Ευρωπαϊκής Ένωσης, να εξισορροπήσει τις οικονομικές πολιτικές με τις κοινωνικές ανάγκες και να ενισχύσει τη σχέση εμπιστοσύνης με τους Ευρωπαίους πολίτες, ιδίως εν μέσω αλλαγών στον κόσμο της εργασίας και της κοινωνίας.

Το EPSR περιλαμβάνει 20 θεματικές αρχές που κατατάσσονται σε τρεις κύριους τομείς: (1) ίσες ευκαιρίες και πρόσβαση στην αγορά εργασίας (2) δίκαιες συνθήκες εργασίας και (3) κοινωνική προστασία και ένταξη.

Τρίαμιση χρόνια μετά την υιοθέτηση του EPSR κατά τη διάρκεια της Κοινωνικής Συνόδου Κορυφής στο Πόρτο, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή παρουσίασε ένα [σχέδιο δράσης](#) για την υλοποίηση των 20 αρχών του EPSR. Το Σχέδιο όρισε τρεις βασικούς στόχους έως το 2030: τουλάχιστον το 78% του πληθυσμού ηλικίας 20 έως 64 ετών να είναι απασχολούμενοι, τουλάχιστον το 60% των ενηλίκων να συμμετέχουν κάθε χρόνο σε προγράμματα κατάρτισης, μείωση κατά τουλάχιστον 15 εκατομμύρια του αριθμού των ατόμων που διατρέχουν κίνδυνο φτώχειας ή κοινωνικού αποκλεισμού. Απώτερος στόχος ήταν η εστίαση των πολιτικών προσπαθειών στην επίτευξη αποτελεσμάτων και η κινητοποίηση των κρατών μελών για μεταρρυθμίσεις και επενδύσεις.

¹² [Ο κοινωνικός πυλώνας και το μέλλον της κοινωνικής ατζέντας της](#) Ίδρυμα Ευρωπαϊκών Προοδευτικών Μελετών, Κοινωνική Πλατφόρμα, ΑΚ Europa και Solidar, 2024

¹³ [Η υπόσχεση μιας Ευρωπαϊκής Ένωσης Υγείας](#), Frank Vandenbroucke

¹⁴ Ibidem

Η εφαρμογή του EPSR βασίζεται σε μια τριπλή προσέγγιση: Πρώτον, θεσμοθέτηση νομοθετικών και μη νομοθετικών παρεμβάσεων, καθώς και ειδικών στρατηγικών ισότητας. Δεύτερον, στην καλύτερη ενσωμάτωση κοινωνικών και εργασιακών δεικτών στο Ευρωπαϊκό Εξάμηνο, το οποίο παραδοσιακά ήταν επικεντρωμένο στην οικονομική – δημοσιονομική διακυβέρνηση. Τέλος, αξιοποίηση χρηματοδοτικών εργαλείων της ΕΕ, με κυριότερο το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο Plus (EKT+).

Τον Μάρτιο του 2024, η βελγική Προεδρία εξέδωσε [Διοργανική Δήλωση](#) με τη δέσμευση για περαιτέρω εργασία στο πλαίσιο της δεύτερης φάσης του Σχεδίου Δράσης του EPSR. Στο κείμενο αυτό, η ψυχική υγεία αναδεικνύεται ως θεματική που διατρέχει οριζόντια τις αξίες και τους στόχους της Κοινωνικής Ευρώπης.

Η επανεξέταση του EPSR και του Σχεδίου Δράσης του, η οποία έχει προγραμματιστεί για το 2025, θα προσφέρει μια σημαντική ευκαιρία προβληματισμού σχετικά με το πώς οι επιμέρους αρχές του Πυλώνα μπορούν να αξιοποιηθούν ως μοχλοί βελτίωσης της ψυχικής υγείας των πολιτών στην Ευρώπη, χωρίς αποκλεισμούς. Στην επόμενη ενότητα παρατίθενται ορισμένα παραδείγματα του τρόπου με τον οποίο τα κοινωνικά δικαιώματα του Πυλώνα συνδέονται στενά με ζητήματα ψυχικής υγείας και πώς η επένδυση σε αυτά συμβάλλει στη βελτίωση της ψυχικής υγείας σε ολόκληρη την Ευρώπη.

Οι δεσμοί μεταξύ των κοινωνικών δικαιωμάτων και του δικαιώματος στην καλή ψυχική υγεία

Όπως επισημαίνει ο ΠΟΥ¹⁵, η ψυχική υγεία αποτελεί θεμελιώδες ανθρώπινο δικαίωμα και είναι απαραίτητη για την πραγμάτωση του δικαιώματος στην υγεία.

Η αλληλεξάρτηση των δικαιωμάτων αποτελεί θεμελιώδη αρχή μιας προσέγγισης ψυχικής υγείας βασισμένης στα ανθρώπινα δικαιώματα. Σημαίνει ότι η επίτευξη καλής ψυχικής υγείας και η πραγμάτωση του συνόλου των λοιπών ανθρωπίνων δικαιωμάτων είναι αλληλένδετες και αμοιβαία ενισχυτικές. Σύμφωνα με την έκθεση του Ειδικού Εισηγητή του ΟΗΕ (2019) για το δικαίωμα όλων στο υψηλότερο δυνατό επίπεδο σωματικής και ψυχικής υγείας «*Η επίτευξη θετικής ψυχικής υγείας και ευημερίας είναι αποτέλεσμα, αλλά και οδός προς την πλήρη υλοποίηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων που κατοχυρώνονται στο διεθνές δίκαιο*¹⁶».

Στην ενότητα αυτή, εξετάζονται οι τρόποι με τους οποίους οι τρεις βασικές ενότητες του EPSR και τα κοινωνικά δικαιώματα που ενσωματώνονται σε καθεμία από αυτές συνδέονται με το δικαίωμα στην ψυχική υγεία.

Ίσες ευκαιρίες και πρόσβαση στην αγορά εργασίας

Το πρώτο κεφάλαιο του EPSR αποσκοπεί στην προώθηση των ίσων ευκαιριών και της ισότιμης πρόσβασης στην αγορά εργασίας, ιδιαίτερα για ομάδες που βρίσκονται σε περιθωριοποιημένη ή μειονεκτική θέση, με την βελτίωση της πρόσβασης στην εκπαίδευση, την κατάρτιση και την απασχόληση.

Ως εκ τούτου, το συγκεκριμένο κεφάλαιο συμβάλλει στην προαγωγή της ψυχικής υγείας μέσω της αποστολής του για μείωση των κοινωνικών και οικονομικών ανισοτήτων, οι οποίες αποτελούν σημαντικούς παράγοντες κινδύνου για την ψυχική υγεία. Όπως τονίζει η σχετική

¹⁵ Καθοδήγηση σχετικά με την πολιτική για την ψυχική υγεία και τα στρατηγικά σχέδια δράσης. Ενότητα 1. Εισαγωγή, σκοπός και χρήση της καθοδήγησης, Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας 2025

¹⁶ Δικαίωμα του καθενός στην απόλαυση του υψηλότερου δυνατού επιπέδου σωματικής και ψυχικής υγείας Έκθεση του Ειδικού Εισηγητή για το δικαίωμα του καθενός στην απόλαυση του υψηλότερου δυνατού επιπέδου σωματικής και ψυχικής υγείας, 2019, <https://docs.un.org/en/A/HRC/41/34>.

έκθεση του Ειδικού Εισηγητή για την ακραία φτώχεια: «Οι διακρίσεις κάθε είδους – εντός και εκτός των δομών ψυχικής υγείας – αποτελούν τόσο αιτία όσο και συνέπεια της κακής ψυχικής υγείας.»¹⁷

Ορισμένες ομάδες διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο ψυχικών διαταραχών, εξαιτίας **διατομεακών διακρίσεων** (διακρίσεων που βασίζονται σε πολλαπλά χαρακτηριστικά ταυτότητας, που λειτουργούν και αλληλεπιδρούν ταυτόχρονα, κατά τρόπο που είναι αδιαχώριστα). Οι δεσμοί μεταξύ αυτών των χαρακτηριστικών ταυτότητας ή των κοινωνικο-οικονομικών συνθηκών και της ψυχικής υγείας πρέπει να λαμβάνονται υπόψη για την ανάπτυξη προληπτικών μέτρων και **προσαρμοσμένης υποστήριξης**. Σε μια μελέτη που δημοσιεύθηκε τον Νοέμβριο του 2024, με τίτλο «[Ο ρατσισμός και οι διακρίσεις ως προσδιοριστικοί παράγοντες της ψυχικής υγείας](#)», το Mental Health Europe ανέδειξε τον ρατσισμό και τις διακρίσεις ως προσδιοριστές της ψυχικής υγείας.

*Τα άτομα με ψυχικές διαταραχές, ψυχοκοινωνικές αναπηρίες και άλλα άτομα που αντιμετωπίζουν διακρίσεις λόγω παραγόντων, όπως η ηλικία, το φύλο, ο σεξουαλικός προσανατολισμός, η αναπηρία, το μεταναστευτικό και προσφυγικό καθεστώς, η φυλή και η εθνικότητα, η ιθαγένεια ή η έλλειψη στέγης, επηρεάζονται ιδιαίτερα. Τα άτομα που αντιμετωπίζουν τέτοιες διακρίσεις έχουν περιορισμένη πρόσβαση σε πόρους και υποστήριξη, γεγονός που ενισχύει την έκθεσή τους σε παράγοντες κινδύνου και υπονομεύει τη δυνατότητα ανάπτυξης στρατηγικών προστασίας. Συνεπώς, η ψυχική τους υγεία επιβαρύνεται ακόμα περισσότερο.*¹⁸

Η οικονομία της εξουθένωσης: φτώχεια και ψυχική υγεία, Έκθεση του Ειδικού Εισηγητή για την ακραία φτώχεια και τα ανθρώπινα δικαιώματα

Δίκαιες συνθήκες εργασίας

Το δεύτερο κεφάλαιο του EPSR επικεντρώνεται στη διασφάλιση δίκαιων συνθηκών εργασίας, καλύπτοντας ζητήματα όπως οι αμοιβές, η ισορροπία επαγγελματικής και προσωπικής ζωής, καθώς και η υγεία και ασφάλεια στην εργασία.

Η εργασία είναι κάτι περισσότερο από ένα επάγγελμα – αποτελεί ένα σημαντικό κομμάτι της ζωής μας. Η εργασία θα πρέπει να εξασφαλίζει πρόσβαση σε ένα εισόδημα που μας επιτρέπει να ζούμε με αξιοπρέπεια. Επηρεάζει επίσης το αίσθημα του σκοπού, την αυτοεκτίμηση και τη συνολική ψυχική μας ευημερία. Ως εκ τούτου, η ψυχική υγεία και η εργασία είναι εγγενώς αλληλένδετες.

Σύμφωνα με τον ορισμό της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας, «*όλες οι πτυχές στο σχεδιασμό ή τη διαχείριση της εργασίας που αυξάνουν τον κίνδυνο εργασιακού στρες*»¹⁹ - θεωρούνται από τα πιο απαιτητικά ζητήματα στον τομέα της επαγγελματικής ασφάλειας και υγείας.²⁰

Οι πτυχές της εργασίας που μπορούν να θέσουν τους εργαζόμενους σε ψυχοκοινωνικό κίνδυνο ενδέχεται να είναι: ο κακός σχεδιασμός και διαχείριση της εργασίας, οι συγκρουόμενες απαιτήσεις μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής, η έλλειψη αυτονομίας και ελέγχου σχετικά με τον προγραμματισμό ή τον φόρτο εργασίας. Όταν το βάρος των παραγόντων κινδύνου υπερβαίνει την ικανότητα του ατόμου να τους διαχειριστεί, εκδηλώνεται στρες, με επιπτώσεις όχι μόνο ψυχικές, αλλά και σωματικές και κοινωνικές.

¹⁷ Η οικονομία της εξουθένωσης: φτώχεια και ψυχική υγεία, Έκθεση του Ειδικού Εισηγητή για την ακραία φτώχεια και τα ανθρώπινα δικαιώματα, Olivier De Schutter, <https://docs.un.org/en/A/79/162>.

¹⁸ Ibidem

¹⁹ Διεθνής Οργάνωση Εργασίας, 10 Νοεμβρίου 2022, *Ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι και άγχος στην εργασία*, <https://www.ilo.org/resource/psychosocial-risks-and-stress-work>.

²⁰ Ευρωπαϊκός Οργανισμός για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία, *Ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι και ψυχική υγεία στην εργασία*, <https://osha.europa.eu/en/themes/psychosocial-risks-and-mental-health>

Σε ατομικό επίπεδο, η μακροχρόνια έκθεση στο εργασιακό άγχος και την ψυχολογική πίεση συνδέεται με αυξημένα ποσοστά άγχους, κατάθλιψης και σωματικών προβλημάτων υγείας. Όταν δεν αντιμετωπίζονται, αυτά τα φαινόμενα συμβάλλουν στη δημιουργία ενός αρνητικού εργασιακού περιβάλλοντος, το οποίο υπονομεύει την ευημερία και την ικανοποίηση των εργαζομένων, επηρεάζοντας τελικά την απόδοση και τη δέσμευσή τους. Σε κοινωνικό επίπεδο, οι συνέπειες περιλαμβάνουν αυξημένο κόστος υγειονομικής περίθαλψης, μεγαλύτερη επιβάρυνση των κοινωνικών υπηρεσιών και μείωση της συνολικής ποιότητας ζωής. Σε ευρύτερη κλίμακα, οι εθνικές οικονομίες μπορεί να αντιμετωπίσουν μείωση της αποδοτικότητας του εργατικού δυναμικού και χαμηλότερη οικονομική παραγωγή, ως αποτέλεσμα ευρέων προβλημάτων ψυχικής υγείας στον ενεργό πληθυσμό. Ως εκ τούτου, η δημιουργία ενός εργασιακού περιβάλλοντος που προάγει την ψυχική ευεξία δεν αποτελεί απλώς ηθική υποχρέωση, αλλά και στρατηγικό πλεονέκτημα τόσο για τις επιχειρήσεις όσο και για την κοινωνία.

Για την αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων, οι παρεμβάσεις πρέπει να στοχεύουν καταρχάς στο επίπεδο του οργανισμού και κατόπιν σε ατομικό επίπεδο. Με άλλα λόγια, οι παράγοντες κινδύνου μπορούν να μετριαστούν σε κάποιο βαθμό από ατομικά χαρακτηριστικά, όπως η ανθεκτικότητα. Η προτεραιότητα για την αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων περιλαμβάνει τον εντοπισμό και την αντιμετώπιση των στρεσογόνων παραγόντων (με αξιολόγηση των κινδύνων) και την προώθηση της ευημερίας στην εργασία. Μόνο τότε, η εστίαση μπορεί να μεταφερθεί στο ατομικό επίπεδο, με τον εντοπισμό, την υποστήριξη και την ενδυνάμωση των εργαζομένων που βιώνουν άγχος.

Η αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων στον χώρο εργασίας έχει καταστεί ακόμη πιο επιτακτική λόγω των ταχέων μετασχηματισμών στην αγορά εργασίας, που οφείλονται στην τηλεργασία, την ψηφιοποίηση και την εργασία μέσω ψηφιακών πλατφορμών. Αν και αυτές οι αλλαγές προσφέρουν ευελιξία και νέες ευκαιρίες, εισάγουν ταυτόχρονα νέους στρεσογόνους παράγοντες και αβεβαιότητες για τους εργαζόμενους. Η τηλεργασία συχνά θολώνει τα όρια μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής, οδηγώντας σε περισσότερες ώρες εργασίας, κοινωνική απομόνωση και δυσκολίες στην αποσύνδεση.²¹ Η άνοδος των ψηφιακών τεχνολογιών έχει αυξήσει την ένταση της εργασίας και την πίεση να είναι κανείς συνεχώς διαθέσιμος, συμβάλλοντας στην επαγγελματική εξουθένωση.²² Η εργασία σε πλατφόρμες μπορεί να είναι ιδιαίτερα επιζήμια για την ψυχική ευημερία των εργαζομένων. Τα ωράρια εργασίας καθορίζονται από αλγόριθμους και είναι όλο και πιο ασταθή και απρόβλεπτα, με μεταβολές και ενημέρωση της τελευταίας στιγμής για το εβδομαδιαίο πρόγραμμα εργασίας ή/και τα ωράρια. Αυτή η απρόβλεπτη κατάσταση οδηγεί σε περισσότερες συγκρούσεις μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής και αυξάνει την οικονομική ανασφάλεια των νοικοκυριών, θέτοντας σταθερά σε κίνδυνο την ψυχική υγεία.²³

Όλες αυτές οι εξελίξεις καθιστούν αναγκαία την επικαιροποίηση των πολιτικών για την προστασία της ψυχικής υγείας των εργαζομένων από τους φορείς χάραξης πολιτικής και τις επιχειρήσεις, ώστε ο εκσυγχρονισμός να οδηγεί σε πρόοδο και όχι σε νέες μορφές εργασιακής επιβάρυνσης και ανισοτήτων.

²¹ SAMEK LODOVICI, M. et al., 2021, The impact of teleworking and digital work on workers and society, Publication for the committee on Employment and Social Affairs, Policy Department for Economic, Scientific and Quality of Life Policies, European Parliament, Luxembourg [https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2021/662904/IPOL_STU\(2021\)662904_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2021/662904/IPOL_STU(2021)662904_EN.pdf)

²² Ευρωπαϊκός Οργανισμός για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία, 11 Νοεμβρίου 2024, *Digitalisation and workers wellbeing: Η επίδραση των ψηφιακών τεχνολογιών στους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους που σχετίζονται με την εργασία*, <https://osha.europa.eu/en/publications/digitalisation-and-workers-wellbeing-impact-digital-technologies-work-related-psychosocial-risks>.

²³ Η οικονομία της εξουθένωσης: φτώχεια και ψυχική υγεία, Έκθεση του Ειδικού Εισηγητή για την ακραία φτώχεια και τα ανθρώπινα δικαιώματα, Olivier De Schutter, <https://docs.un.org/en/A/79/162>.

Το Mental Health Europe έχει ενώσει δυνάμεις με άλλες οργανώσεις και συμμετέχει ενεργά στην [πλατφόρμα EndStress](#), με αίτημα την υιοθέτηση Οδηγίας για την αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων στην εργασία.

Κοινωνική προστασία και ένταξη

Το τρίτο κεφάλαιο του EPSR αφορά στην προώθηση της κοινωνικής προστασίας και της κοινωνικής ένταξης, ως βασικών αξιών της Κοινωνικής Ευρώπης.

Η οικονομική ανασφάλεια, η ανεργία, η στεγαστική αστάθεια και ο κοινωνικός αποκλεισμός αποτελούν σημαντικούς παράγοντες κινδύνου για την ψυχική υγεία και συσχετίζονται με αυξημένα επίπεδα άγχους, κατάθλιψης και χρόνιου στρες. Το κεφάλαιο 3 της EPSR προωθεί τη δημιουργία συνεκτικών κοινωνιών, χωρίς αποκλεισμούς, συμβάλλοντας στην ψυχική υγεία με την παροχή στήριξης στα άτομα που βρίσκονται σε ευάλωτη κατάσταση. Η κοινωνική ένταξη εδραιώνεται ως βασικό δικαίωμα όλων, που απαιτεί συγκεκριμένες δράσεις και χρηματοδοτικά εργαλεία, αντί να θεωρείται αυτόματο αποτέλεσμα της οικονομικής ανάπτυξης.

Η βελτίωση της εισοδηματικής ασφάλειας είναι ουσιώδης προληπτικός μηχανισμός. Ακόμη και σε οικονομικά εύρωστες χώρες οι συνέπειες της παγκοσμιοποίησης και της αναδιάρθρωσης των αγορών εργασίας προκαλούν αίσθημα ανασφάλειας, που επιβαρύνει ψυχικά κυρίως τα άτομα που ήδη βρίσκονται σε ή κινδυνεύουν από τη φτώχεια.²⁴

Έχει τεκμηριωθεί ότι: «Περισσότερο από την απόλυτη φτώχεια ή την υλική στέρηση αυτή καθαυτή, είναι η σχετική φτώχεια, η ανισότητα και η οικονομική ανασφάλεια, που πλήττουν την ψυχική υγεία».²⁵ Τα ερευνητικά στοιχεία²⁶ επαναφέρουν στη συζήτηση τη σχέση μεταξύ των εισοδηματικών ανισοτήτων και των προβλημάτων ψυχικής υγείας στο κοινωνικό κεφάλαιο (αυτό που συνδέει τους ανθρώπους μεταξύ τους). Η κοινωνική συνοχή είναι υψηλότερη στις χώρες με λιγότερες κοινωνικές ανισότητες. Το κοινωνικό κεφάλαιο παρέχει ένα πιο υποστηρικτικό περιβάλλον στα άτομα, επιτρέποντάς τους έτσι να αντιμετωπίζουν καλύτερα το άγχος.²⁷

Η φτώχεια μπορεί να εκδηλωθεί με διάφορες μορφές, και μία από αυτές σχετίζεται με την ανασφάλεια της στέγασης. Εκτεταμένες έρευνες δεκαετιών καταδεικνύουν ότι η επισφαλής στέγαση έχει σοβαρές αρνητικές επιπτώσεις στην ψυχική υγεία²⁸. Ο ΠΟΥ κάνει ξεχωριστή αναφορά στα προβλήματα έλλειψης στέγης και της στεγαστικής ανασφάλειας στις κατευθυντήριες γραμμές του 2025 για την πολιτική στον τομέα της ψυχικής υγείας και τα σχετικά στρατηγικά σχέδια δράσης. Παράλληλα, η κοινωνική απομόνωση και η μοναξιά, συχνά αποτελέσματα ανεπαρκών και μη συμπεριληπτικών στεγαστικών πολιτικών, έχουν συσχετιστεί όχι μόνο με την ψυχική επιβάρυνση, αλλά και με την πρόωρη θνησιμότητα²⁹

Οι ηλικιωμένοι (όπως αναφέρονται, μεταξύ άλλων, στην Αρχή 15 του EPSR) είναι μεταξύ των ομάδων που είναι ευάλωτες στην κοινωνική απομόνωση εξαιτίας διαρθρωτικών περιορισμών, όπως οι ηλικιακές διακρίσεις, η περιορισμένη πρόσβαση σε δημόσιους χώρους,

²⁴ Η οικονομία της εξουθένωσης: φτώχεια και ψυχική υγεία, Έκθεση του Ειδικού Εισηγητή για την ακραία φτώχεια και τα ανθρώπινα δικαιώματα, Olivier De Schutter, <https://docs.un.org/en/A/79/162>.

²⁵ Η οικονομία της εξουθένωσης: φτώχεια και ψυχική υγεία, Έκθεση του Ειδικού Εισηγητή για την ακραία φτώχεια και τα ανθρώπινα δικαιώματα, Olivier De Schutter, <https://docs.un.org/en/A/79/162>.

²⁶ Με βάση στοιχεία από την Ευρωπαϊκή Έρευνα για την Ποιότητα της Ζωής, που αναφέρονται στο The burnout economy: poverty and mental health, Report of the Special Rapporteur on extreme poverty and human rights, Olivier De Schutter, <https://docs.un.org/en/A/79/162>.

²⁷ Η οικονομία της εξουθένωσης: φτώχεια και ψυχική υγεία, Έκθεση του Ειδικού Εισηγητή για την ακραία φτώχεια και τα ανθρώπινα δικαιώματα, Olivier De Schutter, <https://docs.un.org/en/A/79/162>.

²⁸ Άστενοι και ψυχική υγεία, Homeless in Europe Magazine, Καλοκαίρι 2013, <https://www.feantsa.org/en/newsletter/2013/08/21/summer-2013-homelessness-and-mental-health?bcParent=27>

²⁹ Καθοδήγηση σχετικά με την πολιτική για την ψυχική υγεία και τα στρατηγικά σχέδια δράσης. Ενότητα 2. Βασικοί μεταρρυθμιστικοί τομείς, οδηγίες, στρατηγικές και δράσεις για την πολιτική και τα στρατηγικά σχέδια δράσης για την ψυχική υγεία, Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας 2025

οι περιορισμένες ευκαιρίες απασχόλησης και ο ψηφιακός αποκλεισμός. Η αποδυνάμωση των διαγενεακών δεσμών, σε συνδυασμό με την ανεπάρκεια υπηρεσιών ψυχικής υγείας προσαρμοσμένων στις ανάγκες των ηλικιωμένων, εντείνει περαιτέρω τον κοινωνικό τους αποκλεισμό, δυσχεραίνοντας τη διατήρηση της συναισθηματικής και ψυχολογικής τους ευεξίας. Επιπλέον, τα ηλικιακά στερεότυπα μπορεί να οδηγήσουν σε απώλεια σκοπού και αυτοεκτίμησης, επιδεινώνοντας προβλήματα ψυχικής υγείας, όπως η κατάθλιψη και το άγχος. Η επένδυση στην ψυχική υγεία των ηλικιωμένων δημιουργεί έναν θετικό κύκλο κοινωνικής ένταξης και ευημερίας. Η πρόσβαση των ηλικιωμένων σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας, προγράμματα δια βίου μάθησης και ευκαιρίες για ενεργό συμμετοχή στην κοινωνία, ενισχύει την ατομική τους ευημερία, μειώνοντας τη μοναξιά και αυξάνοντας την αίσθηση του ανήκειν. Αυτό, με τη σειρά του, μπορεί να ενισχύσει τη συνοχή της κοινότητας, καθώς οι ηλικιωμένοι μπορούν να συμβάλλουν με τις γνώσεις, την εμπειρία και τον χρόνο τους σε δραστηριότητες όπως ο εθελοντισμός, η καθοδήγηση και η συμμετοχή στα κοινά.

Τα άτομα με αναπηρία, των οποίων τα δικαιώματα προστατεύονται ειδικά στο πλαίσιο της Αρχής 17, είναι επίσης πιθανό να βιώνουν κοινωνική απομόνωση, λόγω φυσικών, ψηφιακών και κοινωνικών φραγμών που εμποδίζουν την πλήρη συμμετοχή στην καθημερινή ζωή. Η έλλειψη προσβασιμότητας στα μέσα μαζικής μεταφοράς, στην εργασία και σε δημόσιους χώρους συχνά περιορίζει την ικανότητά τους για κοινωνική συμμετοχή, οδηγώντας σε μοναξιά και αποκλεισμό. Επιπλέον, ο κοινωνικός στιγματισμός και οι προκαταλήψεις για τις αναπηρίες μπορεί να προκαλέσουν ψυχική επιβάρυνση, ενισχύοντας τα αισθήματα περιθωριοποίησης και έλλειψης ορατότητας.

Εκτός από την κοινωνική απομόνωση, πολλά άλλα εμπόδια που αντιμετωπίζουν τα άτομα με αναπηρία στην καθημερινή τους ζωή λειτουργούν ως παράγοντες κινδύνου για την ψυχική τους υγεία, π.χ. τα σημαντικά χαμηλότερα ποσοστά απασχόλησης των ατόμων με αναπηρία, σε σχέση με τον γενικό πληθυσμό στην ΕΕ, οι διακρίσεις στο χώρο εργασίας, η έλλειψη εύλογων προσαρμογών-διευκολύνσεων και τα εμπόδια στην εκπαίδευση και την κατάρτιση. Ως εκ τούτου, πολλοί εξαρτώνται από ανεπαρκή επιδόματα, γεγονός που παρεμποδίζει την οικονομική ανεξαρτησία και το αξιοπρεπές βιοτικό επίπεδο³⁰. Τα άτομα με αναπηρία διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο φτώχειας και οικονομικής ανασφάλειας, γεγονός που επηρεάζει άμεσα την ψυχική τους υγεία.

Η επένδυση σε εξατομικευμένες, κοινοτικές υπηρεσίες υποστήριξης, σε συνδυασμό με ευκαιρίες απασχόλησης και προσβάσιμους δημόσιους χώρους ενισχύει την κοινωνική συμμετοχή των ατόμων με ψυχοκοινωνικές αναπηρίες, βελτιώνοντας την ψυχική τους υγεία και τη συνολική ποιότητα ζωής τους.

Μια συμπεριληπτική κοινωνία δεν αποτελεί μόνο νομική και ηθική υποχρέωση, αλλά και θεμελιώδη προϋπόθεση για την προάσπιση της ψυχικής ευημερίας και της αξιοπρέπειας όλων των πολιτών.

Συμπεράσματα και προτάσεις

Εν κατακλείδι, η ψυχική υγεία είναι ένα **οριζόντιο ζήτημα πολιτικής** που πρέπει να διατρέχει όλες τις αρχές του **Ευρωπαϊκού Πυλώνα Κοινωνικών Δικαιωμάτων (EPSR)**, καθώς αποτελεί **προϋπόθεση τόσο για την κοινωνική ένταξη και συνοχή, όσο και πεδίο που επηρεάζεται άμεσα από την άσκηση των κοινωνικών δικαιωμάτων**. Από την πρόσβαση

³⁰ [Ευρωπαϊκή έκθεση για τα ανθρώπινα δικαιώματα 2020: Φτώχεια και κοινωνικός αποκλεισμός](#), 2020, Ευρωπαϊκό Φόρουμ για την Αναπηρία.

στην **κοινωνική προστασία (αρχή 12)** έως την **αξιοπρεπή απασχόληση (αρχή 5)** και τις **ίσες ευκαιρίες (αρχή 3)**, η ψυχική ευημερία είναι βαθιά διασυνδεδεμένη με όλες τις πτυχές της κοινωνικής και οικονομικής ζωής. Η αποτυχία ενσωμάτωσης των θεμάτων ψυχικής υγείας στις πολιτικές αυτές ενέχει τον κίνδυνο επιδείνωσης του αποκλεισμού, της φτώχειας και των διακρίσεων, ιδίως για ευάλωτες ομάδες, όπως οι ηλικιωμένοι, τα άτομα με αναπηρία και όσοι εργάζονται σε επισφαλείς θέσεις εργασίας

Με τη συμπερίληψη της ψυχικής υγείας σε όλες τις κοινωνικές πολιτικές, η Ευρωπαϊκή Ένωση μπορεί να δημιουργήσει έναν **κύκλο θετικής αλληλεπίδρασης που ενισχύει την ένταξη, την παραγωγικότητα και την ευημερία**. Η διασφάλιση **αξιοπρεπών συνθηκών διαβίωσης και εργασίας, πρόσβασης σε ποιοτικές υπηρεσίες φροντίδας και εκπαίδευσης (συμπεριλαμβανομένης της προσχολικής αγωγής και της μακροχρόνιας φροντίδας), καθώς και σε κοινοτικές κοινωνικές υπηρεσίες**, προστατεύει τα άτομα από ψυχοκοινωνικούς κινδύνους και ενισχύει συνολικά την κοινωνία. Μια πραγματικά ολοκληρωμένη προσέγγιση στην ψυχική υγεία - που αντιμετωπίζει την επένδυση στην ψυχική υγεία ως κοινωνική επένδυση - είναι απαραίτητη για την οικοδόμηση μιας **δίκαιης και ανταγωνιστικής Ευρώπης, χωρίς αποκλεισμούς**.

Προτάσεις προς την ΕΕ

Στο Mental Health Europe υπογραμμίζουμε την καθοριστική σημασία της ευρωπαϊκής δράσης στον τομέα της ψυχικής υγείας, όχι μόνο στο πλαίσιο της υγειονομικής πολιτικής, αλλά και ευρύτερα, στους κοινωνικούς και οικονομικούς τομείς.

Η ψυχική υγεία, που πλέον αναγνωρίζεται ως πυλώνας της Ευρωπαϊκής Ένωσης Υγείας, αναδεικνύει την επείγουσα ανάγκη για κοινή δράση σε ευρωπαϊκό επίπεδο, καθώς πολλές από τις προκλήσεις δεν μπορούν να αντιμετωπιστούν αποτελεσματικά μεμονωμένα από τα κράτη μέλη.

Υπό αυτό το πρίσμα, επαναλαμβάνεται [η έκκλησή για μια Ευρωπαϊκή Στρατηγική για την ψυχική υγεία](#), η οποία θα πρέπει να συνοδεύεται από σαφές χρονοδιάγραμμα, επαρκή χρηματοδότηση και μετρήσιμους δείκτες παρακολούθησης της προόδου. Χωρίς μια τέτοια στρατηγική, το όραμα μιας Ευρώπης χωρίς αποκλεισμούς κινδυνεύει να παραμείνει απλή διακήρυξη, χωρίς ουσιαστικό αντίκρισμα.

Εκτός από αυτή την έκκληση, υποβάλλουμε επίσης τις ακόλουθες προτάσεις, που συνδέονται με το EPSR.

«Επαναλαμβάνουμε ότι το Ευρωπαϊκό Εξάμηνο, με τις οικονομικές και κοινωνικές πτυχές του, θα πρέπει να παραμείνει ένα βασικό πλαίσιο για την παρακολούθηση της εφαρμογής του πυλώνα, μεταξύ άλλων μέσω του κοινωνικού πίνακα αποτελεσμάτων, για τον εντοπισμό των κινδύνων που απειλούν την ανοδική κοινωνική σύγκλιση και για την παρακολούθηση της προόδου που έχει επιτευχθεί όσον αφορά τους στόχους της ΕΕ για το 2030 και τους εθνικούς στόχους για την απασχόληση, την κατάρτιση και τη μείωση της φτώχειας».

Διακήρυξη La Hulpe

Γενικές προτάσεις

- ✓ Ενίσχυση της **σύνδεσης μεταξύ της Ευρωπαϊκής Ένωσης Υγείας και του EPSR**, αναγνωρίζοντας ότι η επένδυση στην ψυχική υγεία αποτελεί ταυτόχρονα επένδυση στην κοινωνική συνοχή.

- ✓ **Ενσωμάτωση του EPSR** στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Οικονομικής Διακυβέρνησης, μέσω ενός **Ευρωπαϊκού Εξαμήνου** προσανατολισμένου στην κοινωνική πρόοδο, που θα περιλαμβάνει στοχευμένες, στο κοινωνικό επίπεδο, προτάσεις ανά χώρα.
- ✓ **Ενσωμάτωση της ψυχικής υγείας στη διαδικασία του Ευρωπαϊκού Εξαμήνου** (συμπεριλαμβανομένων των προτάσεων ανά χώρα), ώστε να ενθαρρυνθεί και να παρακολουθείται η πρόοδος των κρατών μελών προς την κατεύθυνση της «ψυχικής υγείας σε όλες τις πολιτικές».
- ✓ Διασφάλιση ότι η επικείμενη αναθεώρηση του **Κοινωνικού Πίνακα Αποτελεσμάτων** καλύπτει όλες τις αρχές του EPSR και στοχεύει στην **ανάπτυξη κατάλληλων δεικτών για την καλύτερη παρακολούθηση των επιπτώσεων των κοινωνικών πολιτικών στην ψυχική υγεία**.
- ✓ Ενίσχυση της **εφαρμογής του EPSR μέσω της αξιοποίησης χρηματοδοτικών εργαλείων**. Το επερχόμενο Πολυχρηματοδοτικό Πλαίσιο θα πρέπει να διασφαλίσει την αύξηση των κονδυλίων που προορίζονται για μηχανισμούς κοινωνικών προγραμμάτων, όπως τα ταμεία συνοχής της ΕΕ και το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο Plus.
- ✓ Εξασφάλιση της **ουσιαστικής συμμετοχής των φορέων της κοινωνίας των πολιτών** από τους τομείς της υγείας, της κοινωνικής πρόνοιας και της αναπηρίας, καθώς και παροχή καθοδήγησης στα κράτη μέλη σχετικά με τον τρόπο διαρθρωτικής και ουσιαστικής εμπλοκής των παραπάνω στην εφαρμογή του EPSR. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί μέσω της μεθοδολογίας συνδιαμόρφωσης (co-creation).

Προτάσεις για το επόμενο σχέδιο δράσης του EPSR:

Κεφάλαιο 1:

- ✓ **Ανανέωση και ενίσχυση των στρατηγικών ισότητας της ΕΕ, με την ενσωμάτωση της ψυχικής υγείας και την ανάδειξη της σύνδεσής της με τις διακρίσεις.**
- ✓ **Ένταξη της ψυχικής υγείας στην εκπαιδευτική πολιτική, διασφαλίζοντας ότι η ψυχική ανθεκτικότητα και η παιδεία ψυχικής υγείας περιλαμβάνονται στα προγράμματα σχολικής εκπαίδευσης και δια βίου μάθησης.**
- ✓ Υποστήριξη των κρατών μελών στις προσπάθειές τους να **ενισχύσουν την κατανόηση των παραγόντων που επιδρούν στην ψυχική υγεία, καθώς και των επιπτώσεων όλων των πολιτικών στην ψυχική υγεία, σε όλους τους τομείς** (π.χ. ενθάρρυνση της κατάρτισης σχετικά με την ψυχοκοινωνική προσέγγιση σε διάφορες επαγγελματικές ομάδες).
- ✓ Βελτίωση της συλλογής δεδομένων με την προτυποποίηση **συλλογής δεδομένων σχετικά με την ισότητα**, ώστε να καταστεί εφικτή η παρακολούθηση των ανισοτήτων και η επικαιροποίηση στοχευμένων παρεμβάσεων σε επίπεδο πολιτικής.
- ✓ **Διασφάλιση ότι ο Κοινωνικός Πίνακας Αποτελεσμάτων θα υλοποιεί αναλύσεις δεδομένων ανά πληθυσμιακή ομάδα.**

Κεφάλαιο 2:

- ✓ Υιοθέτηση από την ΕΕ [οδηγίας για τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους στην εργασία](#), βάσει διαβούλευσης με τους κοινωνικούς εταίρους και τις οργανώσεις της κοινωνίας των πολιτών.
- ✓ Δέσμευση για την προώθηση της **Ευρωπαϊκής Στρατηγικής για τη Φροντίδα**, με έμφαση στη μακροχρόνια φροντίδα, και ειδικότερα της πρωτοβουλίας για τη Μακροχρόνια Φροντίδα (LTC), διασφαλίζοντας ότι η φιλοδοξία της ευρωπαϊκής

πολιτικής μεταφράζεται σε επίπεδο εφαρμογής από τα κράτη μέλη, μέσω των Εθνικών Σχεδίων Δράσης. Τα σχέδια αυτά θα πρέπει να περιλαμβάνουν εστίαση στις επιπτώσεις των ευθυνών φροντίδας στην ψυχική υγεία. Αυτό προϋποθέτει στοχευμένη χρηματοδότηση, καθορισμό στόχων και πλαίσιο παρακολούθησης.

Κεφάλαιο 3: Κοινωνική προστασία και ένταξη

- ✓ Δέσμευση για την ανάπτυξη της συνέχειας της Ανακοίνωσης για μια ολοκληρωμένη προσέγγιση της ψυχικής υγείας μέσω μιας συνολικής **Στρατηγικής για την ψυχική υγεία**, η οποία να υποστηρίζει την υλοποίηση των στόχων του EPSR.
- ✓ Ενσωμάτωση της ψυχικής υγείας στις πολιτικές κοινωνικής προστασίας και ένταξης, με στόχο την κάλυψη όλων των πληθυσμιακών ομάδων, συμπεριλαμβανομένων όσων δεν συμμετέχουν στην αγορά εργασίας (όπως άτυποι φροντιστές, ηλικιωμένοι κ.ά.).
- ✓ Ανάδειξη των αναγκών των ατόμων με ψυχοκοινωνικές αναπηρίες στην επόμενη φάση της Ευρωπαϊκής Στρατηγικής για τα Δικαιώματα των ατόμων με αναπηρία, με επίκεντρο: την υποστηριζόμενη λήψη αποφάσεων, την κοινοτική, προσανατολισμένη στην ανάκαμψη φροντίδα ψυχικής υγείας, καθώς και την ισότιμη πρόσβαση σε βασικές υπηρεσίες.
- ✓ Επέκταση των δεικτών του Κοινωνικού Πίνακα Αποτελεσμάτων πέρα από την απασχόληση, ώστε να αποτυπώνεται η ευρύτερη κοινωνική ένταξη των ατόμων με αναπηρίες, όχι μόνο η επαγγελματική τους συμμετοχή.

Προτάσεις για τα κράτη μέλη

- ✓ Ανάπτυξη αναλυτικών σχεδίων δράσης ή στρατηγικών για την ψυχική υγεία, συντονισμένων με τις δράσεις σε επίπεδο ΕΕ, σύμφωνα με τη συμπερίληψη της ψυχικής υγείας σε όλες τις πολιτικές, όχι μόνο στην υγεία, αλλά, μεταξύ άλλων, και στην απασχόληση, την εκπαίδευση, την ψηφιοποίηση και την τεχνητή νοημοσύνη, τον πολιτισμό, το περιβάλλον και τους κλιματικούς παράγοντες, όπως συστήνεται [στα Συμπεράσματα του Ευρωπαϊκού Συμβουλίου για την ψυχική υγεία](#).
- ✓ Ενσωμάτωση σχεδίων υλοποίησης του EPSR στις εθνικές εκθέσεις στο πλαίσιο του Ευρωπαϊκού Εξαμήνου, με την υιοθέτηση της διάστασης της ψυχικής υγείας σε όλες τις πολιτικές.
- ✓ Αύξηση της χρηματοδότησης για βιώσιμες και οριζόντιες παρεμβάσεις που μειώνουν τη φτώχεια, τις ανισότητες, τις διακρίσεις κάθε μορφής και τη βία σε όλα τα περιβάλλοντα, έτσι ώστε να αντιμετωπιστούν αποτελεσματικά οι κύριοι κοινωνικοοικονομικοί παράγοντες που έχουν επίδραση στην ψυχική υγεία.
- ✓ Θέσπιση και διασφάλιση της πλήρους εφαρμογής της νομοθεσίας κατά των διακρίσεων, με ιδιαίτερη έμφαση στην οδηγία για τη φυλετική ισότητα.
- ✓ Θεσμοθέτηση μηχανισμού **εκτίμησης των επιπτώσεων στην ψυχική υγεία** κατά τον σχεδιασμό πολιτικών σε όλους τους τομείς (πέραν της υγείας), ώστε να αναγνωρίζονται έγκαιρα οι κίνδυνοι και να αξιοποιούνται οι ευκαιρίες πρόληψης.
- ✓ **Αντιμετώπιση των πιθανών συγκρούσεων συμφερόντων και ιδίως των εμπορικών συμφερόντων**, ειδικά όταν πρόκειται για φορείς που ενδέχεται να προωθούν περιοριστικές ή μη τεκμηριωμένες προσεγγίσεις βασισμένες αποκλειστικά στο βιοϊατρικό μοντέλο.
- ✓ Καταπολέμηση του στίγματος στην ψυχική υγεία, με δράσεις ενημέρωσης, εκπαίδευσης και κοινωνικής ευαισθητοποίησης, π.χ. με την ενεργό συμμετοχή σε δράσεις, όπως η [Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Ψυχικής Υγείας](#).

Πηγές

Καθοδήγηση σχετικά με την πολιτική για την ψυχική υγεία και τα στρατηγικά σχέδια δράσης. Ενότητα 1. Εισαγωγή, σκοπός και χρήση της καθοδήγησης, Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας 2025 <https://www.who.int/publications/i/item/9789240106796>

Καθοδήγηση σχετικά με την πολιτική για την ψυχική υγεία και τα στρατηγικά σχέδια δράσης. Ενότητα 2. Βασικοί τομείς μεταρρύθμισης, οδηγίες, στρατηγικές και δράσεις για την πολιτική και τα στρατηγικά σχέδια δράσης στον τομέα της ψυχικής υγείας, Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας 2025 <https://www.who.int/publications/i/item/9789240106819>

Δικαίωμα του καθενός στην απόλαυση του υψηλότερου δυνατού επιπέδου σωματικής και ψυχικής υγείας Έκθεση του Ειδικού Εισηγητή για το δικαίωμα του καθενός στην απόλαυση του υψηλότερου δυνατού επιπέδου σωματικής και ψυχικής υγείας, 2019, <https://docs.un.org/en/A/HRC/41/34>.

Η οικονομία της εξουθένωσης: φτώχεια και ψυχική υγεία, Έκθεση του Ειδικού Εισηγητή για την ακραία φτώχεια και τα ανθρώπινα δικαιώματα, Olivier De Schutter, <https://docs.un.org/en/A/79/162>.

Η διασταύρωση της κοινωνικής δικαιοσύνης και της ψυχικής υγείας, <https://www.radiashealth.org/the-intersection-of-social-justice-and-mental-health/#:~:text=Social%20inequality%20significantly%20impacts%20mental,and%20a%20sense%20of%20helplessness>

Δήλωση του Tlaleng Mofokeng Ειδικού Εισηγητή για το δικαίωμα του καθενός στην απόλαυση του υψηλότερου δυνατού επιπέδου σωματικής και ψυχικής υγείας https://www.ohchr.org/sites/default/files/documents/issues/health/consultation/mentalhealthoct2024/session2/Tlaleng-Mofokeng_0.pdf

Η υπόσχεση μιας Ευρωπαϊκής Ένωσης Υγείας, Frank Vandembroucke <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/375417/Eurohealth-29-3-4-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Πρόσκληση για συνεισφορές σχετικά με την ψυχική υγεία και τα ανθρώπινα δικαιώματα, Γραφείο της Υπατης Αρμοστείας για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα, Οκτώβριος 2024, συνεισφορά ΠΟΥ

Suslovic B, Lett E. Η ανθεκτικότητα είναι ένα ανεπιθύμητο συμβάν: Health Services Research and Public Health: A Critical Discussion of Resilience Theory in Health Services Research and Public Health. *Community Health Equity Research & Policy*. 2023;0(0). doi:[10.1177/2752535X231159721](https://doi.org/10.1177/2752535X231159721)

[Ο κοινωνικός πυλώνας και το μέλλον της κοινωνικής ατζέντας της ΕΕ](#), The Foundation for European Progressive Studies, Social Platform, AK Europa και Solidar, 2024



Η χρήση αυτού του υλικού θα πρέπει να περιλαμβάνει αναφορά της πηγής.
Κανένα από αυτά τα υλικά δεν μπορεί να τροποποιηθεί ή να προσαρμοστεί
χωρίς τη ρητή γραπτή άδεια των συγγραφέων.

© Mental Health Europe (Μάιος 2025)

Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά
του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη εκείνες
της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του προγράμματος CERV της Ευρωπαϊκής
Επιτροπής. Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε η χορηγούσα αρχή
μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές.



Co-funded by
the European Union