



Eiropas Savienības
Padome

Briselē, 2023. gada 23. novembrī
(OR. en)

15322/23

JEUN 258
SOC 761
SAN 653
EDUC 432

DARBA REZULTĀTI

Sūtītājs:	Padomes Ģenerālsekretariāts
Saņēmējs:	delegācijas
Temats:	Projekts – Padomes un dalībvalstu valdību pārstāvju secinājumi par visaptverošu pieeju jauniešu psihoemocionālajai veselībai Eiropas Savienībā

Pielikumā ir pievienoti minētie Padomes secinājumi, kurus Izglītības, jaunatnes, kultūras un sporta padome apstiprināja 2023. gada 23. novembra sanāksmē.

Padomes un dalībvalstu valdību pārstāvju secinājumi par visaptverošu pieeju jauniešu
psihoemocionālajai veselībai Eiropas Savienībā

EIROPAS SAVIENĪBAS PADOME UN PADOMĒ SANĀKUŠO DALĪBVALSTU VALDĪBU
PĀRSTĀVJI,

ATGĀDINOT, KA:

1. Tiesības uz psihoemocionālo veselību ir saistītas ar tiesībām uz cilvēka cieņu, kas
nostiprinātas Eiropas Savienības Pamattiesību hartas 1. pantā, kā arī ar tiesībām uz personas
neaizskaramību, tostarp garīgo neaizskaramību, kas paredzētas Hartas 3. pantā, un tiesībām uz
veselības aprūpi, kas noteiktas Hartas 35. pantā. ES līgumos, jo īpaši Līguma par Eiropas
Savienības darbību (LESD) 168. pantā un Līguma par Eiropas Savienību 3. panta 1. punktā, ir
skaidri noteiktas atbalsta kompetences ES iestādēm risināt psihoemocionālās veselības
jautājumus. Turklāt LESD 153. panta 1. punkts Savienības iestādēm piešķir netiešas pilnvaras
darba ņēmēju veselības jomā.
2. Pasaules Veselības organizācija (PVO) psihoemocionālo veselību definē kā
“psihoemocionālās labklājības stāvokli, kas ļauj cilvēkiem tikt galā ar ikdienas stresu, realizēt
savas spējas, labi mācīties un strādāt, kā arī dot savu ieguldījumu sabiedrībā”¹.
Psihoemocionālās veselības uzraudzība ir daļa no centieniem sasniegt 3. ilgtspējīgas attīstības
mērķi, 3.4. apakšmērķi².

¹ Pasaules Veselības organizācija, PVO fakti lapas, "*Mental health: strengthening our
response*", 2022.

² Apvienoto Nāciju Organizācija, ilgtspējīgas attīstības mērķi (IAM), 3. IAM,
3.4. apakšmērķis: “līdz 2030. gadam ar profilaksi un ārstēšanu par trešdaļu samazināt
priekšlaicīgu mirstību no nepārnēsājamām slimībām un veicināt psihoemocionālo veselību
un labbūtību”.

3. Ar Eiropas Jaunatnes mērķi Nr. 5 ³, kas ir panākt labāku psihoemocionālo labklājību un izbeigt psihoemocionālās veselības problēmu stigmatizāciju, tādējādi veicinot visu jauniešu sociālo iekļaušanu, īpaša uzmanība pievērsta profilakses pasākumiem, iekļaujošas intersekcionālas pieejas izstrādei un cīņai pret stigmatizāciju. Turklāt Eiropas Jaunatnes mērķis Nr. 3 veicina visu jauniešu iekļaušanu sabiedrībā, savukārt Eiropas Jaunatnes mērķa Nr. 9 nolūks ir stiprināt jauniešu demokrātisko līdzdalību un autonomiju.

ATZĪSTOT, KA:

4. Mūsu sabiedrības ir satricinājusi Covid-19 pandēmija, Krievijas agresijas karš pret Ukrainu un tā izraisītā pārtikas un enerģētikas krīze, inflācijas krīze un klimata krīze, un tas viss ir palielinājis un turpina vairost sociālo stresu jauniešiem un ir padarījis vēl redzamāku jau iepriekš pastāvējušo nevienlīdzību. Šīs secīgās krīzes dažādas jauniešu grupas ir ietekmējušas dažādā apmērā, nesamērīgi ietekmējot neaizsargātās grupas. Ir arī kļuvis skaidrs, ka jauniešiem, kuriem ir mazāk iespēju, nav vienlīdzīgas piekļuves tādām cilvēktiesībām kā izglītībai, nodarbinātībai, mājokļiem ⁴ un veselības aprūpei. Tādi faktori kā psihoemocionālā un fiziskā veselība, dzīves, darba un mājokļa apstākļi, piekļuve formālai, neformālai un ikdienējai izglītībai, darba iespējas un brīvā laika nodarbības, tostarp fiziskās un sporta aktivitātes, un sociālās attiecības ir izšķiroši svarīgi jauniešu izturētspējai. Pēdējie gadi ir negatīvi ietekmējuši jauniešu psihoemocionālo veselību ES, tādējādi mazinot viņu vispārējo labbūtību ⁵.

³ Eiropas Savienības Padomes un Padomē sanākušo dalībvalstu valdību pārstāvju rezolūcija par regulējumu Eiropas sadarbībai jaunatnes jomā: Eiropas Savienības jaunatnes stratēģija 2019.–2027. gadam, OV C 456, 18.12.2018., 1. lpp.

⁴ Kā redzams no *Eurostat* 2020. gada datiem, visās ES dalībvalstīs jauniešu vidū bija augstāks ļoti sliktu sadzīves apstākļu rādītājs nekā sabiedrībā kopumā.

⁵ Komisijas paziņojums Eiropas Parlamentam, Padomei, Eiropas Ekonomikas un sociālo lietu komitejai un Reģionu Komitejai par visaptverošu pieeju garīgajai veselībai, COM/2023/298 final.

5. Saskaņā ar Veselības rādītāju un novērtēšanas institūta (*IHME*) publicētajām aplēsēm ⁶ 2019. gadā vairāk nekā katrs sestais jauniešs ES, proti, vairāk nekā 14 miljoni cilvēku, cieta no psihoemocionālās veselības traucējumiem (17,4 % cilvēku vecumā no 15 līdz 29 gadiem). Vairākās ES valstīs Covid-19 pandēmijas laikā to jauniešu īpatsvars, kuri ziņoja par depresijas simptomiem, vairāk nekā divkārtšojās, īpaši skarot sievietes un jauniešus no nelabvēlīgas sociālekonomiskās vides.
6. 2022. gada ziņojumā “*Health at a Glance: Europe*” ⁷ norādīts, ka gandrīz katrs otrais Eiropas jauniešs (49 %) ziņoja par neapmierinātām psihoemocionālās veselības aprūpes vajadzībām 2022. gadā (53 % 2021. gadā), salīdzinot ar 23 % pieaugušo iedzīvotāju. Ziņojumā uzsvērts, ka Covid-19 pandēmijas laikā ir saglabājusies un dažos gadījumos palielinājusies arī jauniešu psihoemocionālās veselības nevienlīdzība, tostarp dzimuma dēļ. Turklāt pašlaik otrs galvenais jauniešu nāves cēlonis Eiropā ir pašnāvība.
7. *Eurofound* pētījumā “*Living, Working and COVID-19*” ⁸ iegūtie dati liecina, ka jauniešiem vecumā no 18 līdz 29 gadiem, kuri uzskatīja, ka viņu mājsaimniecība atrodas finansiālās grūtībās, pandēmijas laikā draudēja ievērojami lielāks depresijas risks. Vidēji visā ES divas trešdaļas jauniešu, kuri ziņoja par finansiālām grūtībām, varētu tikt uzskatīti par tādiem, kas pakļauti depresijas riskam (67 %) pandēmijas laikā, salīdzinājumā ar neredz mazāk nekā pusi (45 %) jauniešu, kuri neziņoja par finansiālām grūtībām.

⁶ Veselības rādītāju un novērtēšanas institūts (*IHME*) Globālā veselības datu apmaiņa (*GHDx*), 2020.

⁷ ESAO un Eiropas Savienība, “*Health at a Glance: Europe 2022, State of Health in the EU Cycle*”, OECD Publishing, Parīze, 2022.

⁸ Eurofound, “*Living, working and COVID-19 dataset*”, 2021.

8. Saskaņā ar 2022. gadā veikto ES vientulības apsekojumu ⁹ jauniešu gadījumā vientulība ir biežāk sastopama nekā vecākajās paaudzēs. Lai gan jauniešu vientulība ir palielinājusies Covid-19 pandēmijas dēļ, iepriekšējais Kopīgā pētniecības centra darbs liecināja, ka laikposmā no 2016. gada līdz 2020. gada pavasarim 18–25 gadus vecu jauniešu saskare ar vientulību ir vairāk nekā divkāršojusies.

ŅEMOT VĒRĀ, KA:

9. Eiropas Komisija ir pieņēmusi paziņojumu par visaptverošu pieeju garīgajai veselībai ¹⁰. Paziņojumā dalībvalstis tiek aicinātas veicināt visaptverošu, uz profilaksi vērstu pieeju, kurā garīgās veselības jautājums ir iekļauts visās ES politikas jomās kā sabiedrības veselības jautājums, apņemoties uzlabot dzīves kvalitāti, pievērsties noteicošajiem faktoriem un starpnozaru jautājumiem, lai apmierinātu dažādu neaizsargātu grupu īpašās vajadzības, un īpaši pievērsties garīgās veselības problēmu izplatībai šajās grupās, tostarp jauniešu vidū. Vairākas pamatiniciatīvas ir vērstas uz bērnu un jauniešu veselību, visaptveroši pievērsties gan garīgajai, gan fiziskajai veselībai. Saskaņā ar šo paziņojumu ikvienam ES pilsonim ir jābūt piekļuvei adekvātai un iedarbīgai profilaksei. Jo īpaši darbam ar jaunatni ir būtiska nozīme jauniešu labbūtības veicināšanā un garīgās veselības problēmu profilaksē.

⁹ Casabianca, E.J., Nurminen, M., “*Interventions to reduce loneliness between youth*”, Eiropas Savienības Publikāciju birojs, Luksemburga, 2022, doi:10.2760/793941, JRC129905.

¹⁰ Sk. 5. zemspītras piezīmi.

10. Psihoemocionālās veselības determinanti mijiedarbojas ar pastāvošo nevienlīdzību sabiedrībā, dažus cilvēkus pakļaujot augstākam sliktas psihoemocionālās veselības riskam nekā citus. Turklāt vardarbība, naidis, kā arī diskriminācija var būt sliktas psihoemocionālās veselības cēlonis, tādēļ līdztiesības veicināšana mūsu sabiedrībā ir būtisks preventīvs pasākums šo problēmu risināšanā.
11. Eiroparometrā *Youth and Democracy in the European Year of Youth* (Jaunatne un demokrātija Eiropas Jaunatnes gadā (2022. gads)) ¹¹ tika norādīts – jaunieši uzskata, ka psihoemocionālās un fiziskās veselības un labbūtības uzlabošana ir vissvarīgākais Eiropas Jaunatnes gada prioritārais temats kopā ar klimata pārmaiņām (34 % aptaujāto nosauca abus tematus par galvenajām prioritātēm). Turklāt Eiroparometra dati liecina, ka otrā svarīgākā lieta, ko jaunieši sagaida no ES, pēc miera saglabāšanas ir darba iespēju palielināšana.
12. Eiropas Jaunatnes gads cita starpā bija veltīts pozitīvas perspektīvas izveidei jauniešiem un ietvēra aktivitātes, kas atbalsta jauniešu psihoemocionālo veselību un labbūtību. Noslēguma konferencē “Pretendēt uz nākotni” jaunatnes dalībnieki, politikas veidotāji un ieinteresētās personas aicināja lielāku uzsvaru likt uz profilaktisko veselības aprūpi un psihoemocionālās veselības problēmu un vientulības apkarošanu.

¹¹ Eiroparometra zibensaptauja [2282 / FL502], *Youth and Democracy in the European Year of Youth*, 2022. gada maijs.

13. Regulāras fiziskās nodarbības un sporta aktivitātes, kā arī dalība kultūras pasākumos var uzlabot jauniešu vispārējo veselību un labbūtību, sniedzot ievērojamus īstermiņa un ilgtermiņa ieguvumus psihoemocionālās veselības jomā. Kā liecina pierādījumi ¹², fiziskās aktivitātes trūkums pieaug līdz ar vecumu, tādēļ kļūst arvien svarīgāk, lai jauniešiem būtu pamatzināšanas un ieradumi, kas viņiem ļauj patstāvīgi saglabāt aktīvu un veselīgu dzīvesveidu visa mūža garumā.
14. Galvenās jauniešu paustās bažas saistībā ar ekonomisko nestabilitāti, nodarbinātības nestabilitāti vai augošo ekoloģisko trauksmi rada psihoemocionālās veselības problēmas, ko nevar saistīt tikai ar patoloģiskiem procesiem. 75 % bērnu un jauniešu “baidās” domāt par nākotni ¹³. Covid-19 pandēmija ir izvirzījusi sabiedrības veselību politiskās darba kārtības priekšplānā. Pēdējo gadu sociālekonomiskās un veselības krīzes mācība ir tāda, ka daudzdimensionālas sociālās problēmas var risināt, tikai izmantojot transversālu pieeju.

¹² Īpašais Eirobarometrs Nr. 525, “*Sport and Physical Activity*”, 2022. gada septembris.

¹³ Caroline Hickman, Elizabeth Marks, Panu Pihkala, Susan Clayton, R Eric Lewandowski, Elouise E Mayall, Britt Wray, Catriona Mellor, Lise van Susteren, “*Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey*”, The Lancet Planetary Health, 5. sējums, 12. izdevums, 2021. decembris, e863.–e873. lpp.

15. Starptautiskās organizācijas, piemēram, Ekonomiskās sadarbības un attīstības organizācija (ESAO), uzsver, cik svarīgi ir piemērot daudzozaru pieeju jauniešu psihoemocionālās veselības aizsardzībai un aprūpei, apstiprinot, ka “daudzi no labas psihoemocionālās veselības aizsargfaktoriem sniedzas tālāk par psihoemocionālās veselības sistēmu vai programmu darbības jomu, kuras īpaši izstrādātas psihoemocionālās veselības stiprināšanai vai aizsardzībai. Sociālie, ekonomiskie un kultūras faktori, piemēram, nodarbinātības statuss, ienākumi, fiziskā veselība, piedzīvotais bērnībā un pusaudžu vecumā, būtiski ietekmē psihoemocionālo veselību visa mūža garumā”¹⁴. Turklāt iepriekš minētajā *Eurofound* 2021. gada ziņojumā¹⁵ norādīts, ka lielākais psihoemocionālās labbūtības kritums (kas visās vecuma grupās ir sasniedzis zemāko līmeni kopš pandēmijas sākuma) tika novērots to cilvēku vidū, kuri zaudējuši darbu.
16. Darbvietas nedrošība, nestabili darba apstākļi un bezdarbs ir svarīgi psihoemocionālās veselības sociālekonomiskie faktori. Ekonomiskās, sociālās un sabiedrības veselības politikas prioritātei vajadzētu būt atbalstīt jauniešu pāreju uz pieaugušo dzīvi, darba atrašanu un tā saglabāšanu. Darba devējiem ir svarīga loma psihosociālo risku pārvaldībā darbā nolūkā novērst iespējamo negatīvo ietekmi uz savu darbinieku, tostarp gados jaunu darba ņēmēju, psihoemocionālo veselību.

¹⁴ ESAO, *A New Benchmark for Mental Health Systems: Tackling the Social and Economic Costs of Mental Ill-Health*, OECD Publishing, Parīze, 162. lpp., 2021.

¹⁵ Eurofound, “*Living, working and COVID-19 dataset*”, 2021.

17. Eiropas Komisija pieņēma paziņojumu “Ilgtermiņa redzējums par ES lauku apvidiem: kāds ceļš ejams, lai līdz 2040. gadam lauku apvidi kļūtu spēcīgāki, savienoti, izturētspējīgi un pārtikuši”¹⁶, saskaņā ar kuru īpaša uzmanība būtu jāpievērš lauku un attālos apvidos dzīvojošiem jauniešiem, kuru psihoemocionālās veselības stāvoklis un aprūpes vajadzības var atšķirties no jauniešu vajadzībām pilsētu teritorijās. Tā kā jauniešiem lauku, attālos, perifēros, mazāk attīstītos un tālākajos reģionos ir specifiski dzīves apstākļi, piemēram, sabiedrisko pakalpojumu nestabilitātes un trūkumu, izolācijas, niecīgu darba iespēju un smago darba apstākļu dēļ¹⁷, kas var negatīvi ietekmēt viņu psihoemocionālo veselību, šajos reģionos dzīvojošajiem jauniešiem ir vajadzīgi īpaši pasākumi, kuru pamatā ir pierādījumos balstīta analīze. Saskaņā ar *Eurostat*¹⁸ to 18–24 gadus vecu jauniešu īpatsvars, kuri dzīvo ES lauku apvidos un kuri nemācās, nestrādā un neapgūst arodu (*NEET*), bija lielāks nekā šādu jauniešu īpatsvars pilsētu teritorijās. Papildus šāda apmēra nestabilitātei, kas pati par sevi ir psihoemocionālās veselības problēmu cēlonis, ir tas, ka jauniešiem lauku apvidos ir mazāka iespēja saņemt medicīnisko palīdzību, ņemot vērā lielos attālumus, kas viņiem būtu jāpavada ceļā¹⁹.

¹⁶ Eiropas Komisijas paziņojums “Ilgtermiņa redzējums par ES lauku apvidiem: kāds ceļš ejams, lai līdz 2040. gadam lauku apvidi kļūtu spēcīgāki, savienoti, izturētspējīgi un pārtikuši”, COM/2021/345 final.

¹⁷ Sk. 15. zemsvītras piezīmi.

¹⁸ *Eurostat*, 2023. Statistika par jauniešiem, kas nemācās, nestrādā un neapgūst arodu, pēc dzimuma, vecuma un urbanizācijas pakāpes (*NEET* rādītāji), 2023. gada maijs.

¹⁹ *Eurostat* 2017. gada reģionālā gadagrāmata.

18. Lai gan psihoemocionālās veselības problēmas kopumā skar visus ES jauniešus, jo nelabvēlīgāki ir apstākļi, ar kuriem saskaras jaunieši, jo lielāka ir viņu neaizsargātība. Papildus citām daudzajām un sarežģītajām problēmām, kas tiem ir jāpārvar, jaunieši, kuriem draud sociālā atstumtība vai kuri atrodas neaizsargātā situācijā, piemēram, etniskās minoritātes, LGBTI, personas ar invaliditāti, atrodas jauniešu aprūpes iestādēs, bez vecāku aprūpes vai pakļauti riskam to zaudēt, vai tie, kas atrodas nelabvēlīgā sociālekonomiskā situācijā, ir pakļauti lielākam riskam ciest no psihoemocionālās veselības problēmām. Pakļaušana diskriminācijai un nevienlīdzībai kaitē viņu psihoemocionālajai veselībai, jo īpaši gadījumos, kad jauniešus skar daudzējādu diskriminācijas veidu vai nelabvēlīgu apstākļu kombinācija. Bažas raisa arī tas, ka šīs jauniešu grupas dažkārt nesaņem konkrētu uzmanību saistībā ar savu sociālo attīstību skolās un citās izglītības iestādēs, un tas var būt cēlonis iebiedēšanai. Ir ļoti svarīgi uzlabot psihoemocionālo veselību un labbūtību, attīstīt gan jauniešu, gan viņu pedagogu un jaunatnes darbinieku sociāli emocionālās prasmes un cīnīties pret bulingu, tostarp kiberbulingu tiešsaistē, seksuālu uzmākšanos un ļaunprātīgu izmantošanu.
19. Lai valsts iedzīvotājiem radītu kopienas izjūtu, kas ir priekšnoteikums valsts stabilitātei, ir ārkārtīgi svarīgi īstenot profilakses pasākumus ar mērķi mazināt vientulības, baiļu, trauksmes, neaizsargātības un nestabilitātes problēmas, pret kurām jaunieši ir īpaši neaizsargāti, kā arī veicināt izturētspēju un labbūtību aizsargājošus faktorus un tādējādi palīdzēt izveidot taisnīgu sabiedrību, kas piedāvā vienlīdzīgas iespējas visiem. Būtiski ir arī jauniešus iesaistīt lēmumu pieņemšanā par politiku, kas var ietekmēt viņu psihoemocionālo veselību, un ņemt vērā viņu perspektīvu.

20. Saskaņā ar ziņojumu “*The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of young people: Policy responses in European countries*” (“Covid-19 pandēmijas ietekme uz jauniešu psihoemocionālo veselību: politikas risinājumi Eiropas valstīs”) ²⁰, darbam ar jaunatni ir būtiska nozīme jauniešu psihoemocionālās veselības aizsardzībā, jo tas nodrošina iespējas socializēties, dalīties pieredzē un attīstīt piederības sajūtu.

DALĪBVALSTIS TO ATTIECĪGAJĀS KOMPETENCES JOMĀS UN ATTIECĪGAJOS LĪMEŅOS TIEK AICINĀTAS:

21. Uzlabot savu valstu jauniešu dzīves un darba apstākļus, veicinot starpnozaru pieeju, kuras mērķis ir novērst psihoemocionālās veselības problēmas, likvidēt strukturālos šķēršļus viņu personīgajai un profesionālajai izaugsmei un radīt vidi, kas atbalsta viņu sociālekonomisko un psiholoģisko labbūtību.
22. Mudināt uzlabot jauniešu, jo īpaši neaizsargātās situācijās esošu jauniešu, vienlīdzīgu un cenas ziņā pieejamu piekļuvi psihoemocionālās veselības aprūpes pakalpojumiem, kas piedāvā profilaksi, ārstēšanu un aprūpi, vienlaikus arvien vairāk strādājot starpdisciplināri un virzoties uz risinājumiem, kas orientēti uz cilvēku, un uz kopienā balstītiem risinājumiem.

²⁰ Eiropas Komisija, Eiropas Izglītības un kultūras izpildaģentūra, “*The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of young people: Policy responses in European countries*”, Luksemburga, Eiropas Savienības Publikāciju birojs, 2022.

KOMISIJA SASKAŅĀ AR SUBSIDIARITĀTES PRINCIPU TIEK AICINĀTA:

23. Saglabāt proaktīvu pieeju psihoemocionālajai veselībai, kurā tai pievēršas no daudzozaru perspektīvas, kurā apvienota profilakse un intervences, īpašu uzmanību pievēršot ES jauniešu īpatnībām, jo īpaši to jauniešu īpatnībām, kuri atrodas visneaizsargātākajās situācijās, un par mērķi nosakot viņu reintegrāciju un sociālo iekļaušanu.
24. Veicināt darbības, kuru mērķis ir uzlabot jauniešu psihoemocionālo veselību saistībā ar ES jaunatnes stratēģiju, uzskatot, ka psihoemocionālās veselības problēmas izriet no materiālu un psihosociālu faktoru kombinācijas, tostarp nelabvēlīgi notikumi bērnībā, nestabilitāte, nedrošība, sociālās kohēzijas, ģimenes un sociālo attiecību trūkums, nevienlīdzīga piekļuve tiesībām un sociālajiem pamatpakalpojumiem, neaizsargātība izglītības vidē, sociālo mediju loma, piekļuve mājokļiem, lauku jauniešu īpašās vajadzības un kopumā jebkādi nelabvēlīgi apstākļi, kas liedz jauniešiem pilnībā izmantot savas tiesības.
25. Veicināt pētījumus par psihoemocionālās veselības problēmu ietekmi uz jauniešiem ES. Papildus sadalījumam pēc vecuma šajos pētījumos varētu apsvērt iespēju izmantot datus, kas sadalīti pēc citiem galvenajiem elementiem, kuri ietekmē jauniešu dzīvi. Šie pētījumi palīdzēs labāk virzīt darbības un ieguldīt resursus. Veicināt šo pētījumu izplatīšanu kā daļu no izpratnes veicināšanas centieniem nolūkā apkarot pastāvošos aizspriedumus, kas saistīti ar psihoemocionālās veselības problēmām, un atbalstīt uz pierādījumiem balstītas psihoemocionālās veselības jomas paraugprakses nodošanu visās dalībvalstīs.

DALĪBVALSTIS UN KOMISIJA SAVĀS ATTIECĪGAJĀS KOMPETENCES JOMĀS UN
ATBILSTOŠĀ LĪMENĪ, IEVĒROJOT SUBSIDIARITĀTES PRINCIPU, TIEK AICINĀTAS:

26. Koordinēt centienus, lai samazinātu psihoemocionālās veselības problēmu biežuma un izplatības rādītājus jauniešu vidū, uzklusot jauniešu īpašās vajadzības un problēmas, kā arī viņu ierosinātos risinājumus, un virzot uz priekšu pasākumus.
27. Izstrādājot politiku, kas atbilst problēmas mērogam un kurā īpašu uzsvaru liek uz profilakses pasākumiem, ņemt vērā psihoemocionālās veselības problēmu izplatību jauniešu vidū ES. Nodrošināt, ka ierosinātie pasākumi ir visaptveroši un balstīti uz pierādījumiem un ka politikas izstrāde iet roku rokā ar jaunākajiem zinātniskajiem pierādījumiem, ieteikumiem un pētījumiem par psihoemocionālo veselību, kas veikti ES un katrā dalībvalstī.
28. Veicināt pasākumus, lai vērstos pret psihoemocionālās veselības problēmu stigmatizāciju un palielinātu informētību, popularizējot vēstījumus, kuros jaunieši tiek aicināti pieņemt ieradumus, kas uzlabo viņu psihoemocionālo labbūtību, un lūgt palīdzību no speciālistiem psiholoģiskās riska novēršanas struktūrās, lai mazinātu viņu ciešanas un novērstu pašnāvības.
29. Veicināt naida, vardarbības un ļaunprātīgas izmantošanas vēstījumu izskaušanu medijos, tostarp sociālajos medijos, pievēršoties visneaizsargātākajām jauniešu grupām, aizstāvēt viņu cilvēktiesības un pamatbrīvības un tādējādi vairojot viņu psiholoģisko un emocionālo labbūtību.

30. Atbalstīt 20 pamatiniciatīvu un citu paziņojumā par visaptverošu pieeju garīgajai veselībai ²¹ minēto darbību īstenošanu dažādās jomās, kas ir būtiskas psihoemocionālās veselības problēmu risināšanai visā ES un valstu līmenī, tostarp pamatnostādņu sagatavošanu un paraugprakses un inovatīvu pieeju nodošanu nolūkā risināt jauniešu psihoemocionālās veselības jautājumu.
31. Radīt jaunus veidus, kā arī lietderīgi izmantot jau pieejamos instrumentus, piemēram, ES jaunatnes dialogu, Eiropas Jaunatnes portālu un *Youth Voices* ²², lai jaunieši varētu vairāk informēt par psihoemocionālās veselības jautājumiem, kurus viņi vēlas uzsvērt, un paust savu viedokli un bažas par savu psihoemocionālo veselību un pieejām psihoemocionālās veselības problēmu risināšanai. Nodrošināt, ka jaunieši apzinās, cik svarīga ir viņu iesaistīšanās pieņemamo pasākumu efektivitātes un atbilstības nodrošināšanā, izmantojot, piemēram, jauniešiem piemērotu un pieejamu komunikāciju.
32. Nodrošināt, ka neaizsargātā situācijā esoši jaunieši tiek pārstāvēti sabiedriskās politikas programmu izstrādē psihoemocionālās veselības jomā, lai tajās ņemtu vērā ne tikai to jauniešu intereses, kuriem ir vieglāk piekļūt institucionālajiem līdzdalības kanāliem, bet arī ņemtu vērā to jauniešu intereses, kuriem ir daudz grūtāk paust savu viedokli. Atbalstīt tādu kanālu popularizēšanu, kas paredzēti jauniešiem neaizsargātā situācijā, lai paustu savas bažas.
33. Turpināt atbalstīt darbu ar jaunatni, lai tas varētu pilnībā pildīt savu lomu jauniešu psihoemocionālās veselības aizsardzībā, dodot jauniešiem iespēju piedalīties pasākumos, kas lielā mērā ir balstīti uz jauniešu un jaunatnes darbinieku attiecībām un uzticēšanos, un attīstīt viņu spēju meklēt palīdzību brīžos, kad viņi saskaras ar emocionālām un psiholoģiskām grūtībām.

²¹ Sk. 5. zemsvītras piezīmi.

²² *Youth Voices* ir Eiropas Komisijas balss ierakstu platforma, kas izveidota Eiropas Jaunatnes gada (2022) laikā un ļauj jauniešiem paust savu viedokli, bažas un priekšlikumus.

34. Atbalstīt darbu ar jaunatni, jaunatnes organizācijas un citus attiecīgus ekspertus un ieinteresētās personas viņu lomas – informācijas sniedzēji jauniešiem – īstenošanā un dot viņiem iespēju izplatīt kvalitatīvu informāciju par jauniešu psihoemocionālās veselības un labbūtības stiprināšanu un vajadzības gadījumā psihoemocionālās veselības problēmu risināšanu.
35. Veicināt drošāku un veselīgāku digitālo telpu jauniešiem saskaņā ar Eiropas deklarāciju par digitālajām tiesībām un principiem ²³. Tas ietver to, ka tiek sekmēta izpratnes veicināšana un mācības mediju un informācijas lietotprasmes jomā un mācības par sociālo mediju atbildīgu izmantošanu, nodrošinot aizsardzību pret tādiem riskiem kā kiberbulings, naida runa, iedraudzināšana un pārmērīgs pie ekrāniem pavadītais laiks, kā arī tiek sniegta aizsardzība un informācija par agresīvu tiešsaistes tirgvedību ar tādiem produktiem kā neveselīga pārtika un dzērieni, alkohols, tabaka un līdzīgi izstrādājumi.
-

²³ Eiropas Parlaments, Padome un Komisija, Eiropas deklarācija par digitālajām tiesībām un principiem digitālajai desmitgadei, 2023/C 23/01.

Atsauces

Komisijas paziņojums Eiropas Parlamentam, Padomei, Eiropas Ekonomikas un sociālo lietu komitejai un Reģionu Komitejai par visaptverošu pieeju garīgajai veselībai, COM/2023/298 final.

Eiropas Komisija, Eiropas Izglītības un kultūras izpildaģentūra, *“The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of young people: Policy responses in European countries”*, Luksemburga, Eiropas Savienības Publikāciju birojs, 2022.

Eiropas Komisijas paziņojums “Ilgttermiņa redzējums par ES lauku apvidiem: kāds ceļš ejams, lai līdz 2040. gadam lauku apvidi kļūtu spēcīgāki, savienoti, izturētspējīgi un pārtikuši”, COM/2021/345 final.

Eiropas Ekonomikas un sociālo lietu komiteja “Ilglaicīgais Eiropas Jaunatnes gada mantojums: jaunatnes aspekta integrēšana un jaunatnes spēcīgāšana”, 2022.

Pasaules Veselības organizācija, PVO faktu lapas, *“Mental health: strengthening our response”*, 2022.

ESAO un Eiropas Savienība, *“Health at a Glance: Europe 2022, State of Health in the EU Cycle”*, OECD Publishing, Parīze, 2022.

Casabianca, E.J., Nurminen, M., *“Interventions to reduce loneliness between youth”*, Eiropas Savienības Publikāciju birojs, Luksemburga, 2022, doi:10.2760/793941, JRC129905.

Caroline Hickman, Elizabeth Marks, Panu Pihkala, Susan Clayton, R Eric Lewandowski, Elouise E Mayall, Britt Wray, Catriona Mellor, Lise van Susteren, *“Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey”*, The Lancet Planetary Health, 5. sējums, 12. izdevums, 2021. decembris, e863.–e873. lpp.