

Тандалт судалгаа



УДИРДАГЧ  
Ц.Нямсүрэн  
ФУ-ны доктор, ЭМНАНУТ-ийн  
эрхлэгч

СУДАЛГААНЫ БАГИЙН ГИШУУД:

Т.Жаргалсайхан, Сэтгэл судлалын магистр,  
ЭМНАНУТ багш

В.Баярмаа, АУ-ны доктор, СЭМҮТ-ийн дэд  
захирал

Б.Сувд, НЭМ-ийн доктор, НЭМҮТ-н ОЭМА-  
ны дарга

Л.Баярмагнай, Математикийн ухааны  
доктор, ЭБСТ багш

А.Ган-Эрдэнэ, Түүхийн ухааны магистр,  
ЭМНАНУТ багш Г.Золжаргалан, Нийгмийн  
ажлын магистр, ЭМНАНУТ багш

Д.Мөнх-Учрал, НЭМ-ийн магистр, ЭМНАНУТ  
багш О.Саранчулуун, Нийгмийн ажил, НЭМ-ийн  
магистр, ЭМНАНУТ багш

Х.Нансалмаа, Сэтгэл судлалын магистр,  
ЭМНАНУТ багш Ч.Аззаяа, Сэтгэл  
судлалын магистр, ЭМНАНУТ багш

Э.Оюунсүрэн, АУ-ны доктор, дэд профессор,  
ЭМЯ

О.Ариунтуяа, ДЭМБ, мэргэжилтэн

М.Ундрам, АУ-ны доктор, ДЭМБ,  
мэргэжилтэн

# КОВИД-19 ЦАР ТАХЛЫН ҮЕИЙН ОЛОН НИЙТИЙН ТӨСӨӨЛӨЛ, СЭТГЭЛ ЗҮЙ, ЗАН ҮЙЛ

# КОВИД-19 нийтийн сэтгэл зүй, зан үйлд хэрхэн нөлөөлөв?

КОВИД-19 цар тахалтай холбоотой олон нийтийн төсөөлөл, сэтгэл зүй, эрүүл мэндээ хамгаалах зан үйлд гарч байгаа өөрчлөлтийг тодорхойлж, хариу арга хэмжээнд ажиллаж байгаа мэргэжилтнүүдийн ажлын ачаалал, сэтгэцийн эрүүл мэндийн байдалд гарч буй өөрчлөлт, тусламж үйлчилгээний хэрэгцээг илрүүлээ.

## ҮНДЭСЛЭЛ

Цар тахлыг тогтоон барих, хор уршгийг нь бууруулахын тулд сургууль, сүм хийдийг хаах, бөөнөөр цуглахыг хориглох, маск зүүхийг тулган шаардах, тохиолдлыг тусгаарлах, халдваргүйжүүлэх зэрэг нийгмийн эрүүл мэндийн эмийн бус арга хэмжээг 100 гаруй жилийн өмнө хэрэгжүүлж байсан нь өнөөдөр ч үнэ цэнэтэй байж болохоор байна. Судлаачдын олж тогтоосноор шинэ коронавируст халдвартай нэг өвчтөн дунджаар 3-4 хүнд халдвар тарааж байгаа бөгөөд хөдөлгөөн хязгаарлах, хөл хорио тогтоох, амны хаалт зүүх, зай барих зэрэг нь халдварт өртөлтийг хоёр дахин бууруулах боломжтой. Гэхдээ хөдөлгөөн хязгаарлах, хөл хорих гэх мэт арга хэмжээг амжилттай хэрэгжүүлэхийн тулд түүнээс гарах сөрөг үр дагаврыг бууруулахад чиглэсэн үйл ажиллагааг бас хэрэгжүүлэх шаардлагатай юм.

Хөдөлгөөн хязгаарлах, хөл хорих үед хүмүүс цахим орчинд зарцуулах хугацаа энгийн үеийнхээс хэд дахин өсөж, хэвлэл мэдээлэл, нийгмийн сүлжээн дэх өвчний тухай мэдээлэл, түүний тодорхойгүй байдал зэргээс шалтгаалж айдас, түгшүүр, сэтгэл гутрал гэх мэт сэтгэл зүйн хямралд өртөх эрсдэл нэмэгдэж байна. Вирус өөрөө

маш хурдтай тархаж байгаа төдийгүй дэгдэлтийн тухай зөв, буруу мэдээлэл ч хурдтай тархаж, ийн олон нийтийн дунд үймж сандрах үзэгдэл бий болж байна. Нийгмийн сүлжээн дэх сандрал нь цар тахлын тархалтаас хурдан түгж, үүнтэй холбоотой сандарсан худалдан авалт нь энэ аюулд эмзэг, мэдрэмтгий байгааг харуулж байна. Нийгмийн сүлжээний мэдээллийг ашиглан цар тахлын нийгэм, сэтгэлзүйн нөлөөг судалж болох бөгөөд нийгмийн сүлжээний идэвхтэй талбарууд нь КОВИД-19-тэй холбоотой мэдээлэл, сэтгэгдлээр дамжуулан үйл явдлыг урьдчилан таамаглах боломж олгож байна. Дэлхийн 216 улс оронд бүртгэгдсэн коронавируст халдварт 2020 оны 11 сарын 08-ны байдлаар нийт 49,106,931 хүн өртөж, 1,239,157 хүн тус өвчний улмаас нас баржээ. Монгол улсын хувьд зөөвөрлөгдсөн 362 тохиолдол бүртгэгдсэн байна (ЭМЯ, 2020). Энэхүү үйл явдал нь бизнес, өрхийн орлого буурах, хүнсний хэрэглээ нэмэгдэх зэрэгт нөлөөлж байгаа бөгөөд өрхийн тодорхой хувь ялангуяа, ядуу иргэд хүнсний бүтээгдэхүүн худалдан авах чадамждаа санаа зовоход (ҮСХ, Дэлхийн банк, 2020) хүргэж байна. Орлого буурснаас үүдэлтэй хамгийн бэрхшээлтэй таван асуудлын тоонд сэтгэл зүйн стресс (UNDP, 2020) багтаж байна. Иймээс цар тахлын хариу

арга хэмжээг улам сайжруулах үүднээс олон нийтийн төсөөлөл, сэтгэл зүй, эрүүл мэндээ хамгаалах зан үйлийн өөрчлөлтийг судлах шаардлагатай байна.

## ЗОРИЛГО

КОВИД-19 цар тахлын үеийн олон нийтийн төсөөлөл, сэтгэл зүй, зан үйлийн үзэгдлүүдийг судлах

## ЗОРИЛТ

1. Олон нийтийн төсөөлөл, сэтгэл зүй, эрүүл мэндээ хамгаалах зан үйлд гарч байгаа өөрчлөлтийг тодорхойлох,
2. Хариу арга хэмжээнд ажиллаж байгаа мэргэжилтнүүдийн ажлын ачаалал, сэтгэцийн эрүүл мэндийн байдалд гарч буй өөрчлөлт, тусламж үйлчилгээний хэрэгцээг илрүүлэх,

## АРГА ЗҮЙ

Судалгааны загвар

КОВИД-19 цар тахлын үеийн олон нийтийн төсөөлөл, сэтгэл зүй, зан үйлийг агшингийн судалгааны загвараар, тоон болон чанарын судалгааны аргыг хослуулан гүйцэтгэв.

Судалгааны цар хүрээ, түүвэрлэлт Судалгаанд оролцогчдыг олон нийт; тусгаарлалтад байсан/байгаа иргэд; хариу арга хэмжээнд ажиллаж байсан/ байгаа мэргэжилтэн (эмч, эмнэлгийн мэргэжилтэн, онцгой байдал, хил, гааль, цагдаагийн ажилтан) хэмээн гурав бүлэглэж, санамсаргүй түүврийн аргаар сонголоо.

Олон нийтийн судалгаанд Улаанбаатар хотын Баянзүрх, Сонгино-Хайрхан, Баянгол, Хан-Уул, Чингэлтэй, Сүхбаатар 6 дүүргийн 507 иргэн, Увс, Өмнөговь, Төв, Хэнтий, Булган 5 аймгийн 478 иргэн, нийт 985 хүн хамрагдав.

Тусгаарлалтад байсан/байгаа иргэдийн судалгаанд Солонгос, Япон, Турк, АНУ,

Герман, Энэтхэг, Польш, Австри, Австрали, БНХАУ, Унгар, Нидерланд, ОХУ, Канад, Швед, Саудын Араб зэрэг 16 улсаас ирсэн, нийт 53 Монгол улсын иргэн оролцлоо.

Хариу арга хэмжээнд ажиллаж байсан/ байгаа мэргэжилтний судалгаанд эрүүл мэнд, онцгой байдал, цагдаа, хилийн мэргэжлийн хяналтын байгууллагын 224 алба хаагч хамрагдлаа.

## ҮР ДҮН БА ДҮГНЭЛТ

Олон нийтийн төсөөлөл, сэтгэл зүй, зан үйл

Төсөөлөл

- Өөрөө болон ойр дотны хүмүүс нь КОВИД-19 вирусийн халдвар авах эрсдэлийг ихэнх иргэд дунд, түүнээс дээш гэж үнэлж, вирусээр халдварлах эрсдэл байгааг хүлээн зөвшөөрөхийн хамт халдвар авсан үед бусдад нь зай барих байх гэж дийлэнхдээ төсөөлж байна.
- Иргэдийн ихэнх нь КОВИД-19 цар тахалтай холбоотой мэдээллийг өдөр бүр авч байгаа нь энэ үйл явдал цагийн үеийн гол сэдэв хэвээр байгааг харуулна. Мэдээллийн гол эх сурвалж нь телевиз, радио, цахим мэдээллийн суваг бөгөөд залуучуудын хувьд цахим мэдээллийн суваг голлох байр суурьтай. Албан ёсны эх сурвалжаас гаргаж буй мэдээ, мэдээллийн эх сурвалжид илүү итгэдэг, тодруулбал ЭМЯ-ны 11 цагийн мэдээ, УОК-ын мэдээлэл, зөвлөгөө, мэдээллийн 119 утас, Үндэсний олон нийтийн радио телевиз гэсэн эх сурвалжийн мэдээлэлд 2 хүн тутмын нэг нь итгэж байна. Оролцогчдын 53% нь ЭМЯ-ны 11 цагийн хэвлэлийн хурлаас мэдээлэл авч, тус мэдээг үнэн бодитой, итгэл найдвар төрүүлдэг, ерөнхийдөө үр дүнтэй гэж үзэж байгаа ч хэт олон мэдээллийг нэг зэрэг өгдөг, нуршуу, түгшүүртэй тайван биш мэдрэмж төрүүлдэг гэж үнэлжээ. Цаашид

COVID-19 цар тахлын эмчилгээ, вакцин, шинж тэмдэг, өөрийгөө болон гэр бүлээ хэрхэн хамгаалах, COVID-19, бусад ханиад хоорондын ялгаа, эрсдэлт бүлэгт байгаа хүмүүст хэрхэн анхаарах, бусад хүмүүс цар тахлыг хэрхэн даван туулж байгаа талаар мэдээлэл авахыг голчлон хүсэж байна. Мэдээллийн гарчиг, агуулга эерэг, сөрөг байх нь иргэдийн хариу үйлдэлд шууд нөлөөтэй байна.

- Гадаад орноос ирж буй иргэдийг тусгаарлахаас бусад тохиолдолд УОК-оос гаргасан шийдвэрт иргэдийн сэтгэл ханамж дундаас доогуур, нас залуу байх тусам хөл хорио тогтоох, орон нутгийн зам хаах гэх мэт шийдвэрт сэтгэл ханамжгүй байна.
- Халдварын тохиолдол анх бүртгэгдэхэд мэргэжилтнүүдэд итгэх, тайван хүлээцтэй байх нь илүүтэй байсан ч айх, түгших, үүний хамт дургүйцэх, үзэн ядах байдлаар хариу үзүүлжээ.

Цаашид халдвар гарсан тохиолдолд эрүүл мэндийн салбар, тухайлбал ДЭМБ, ЭМЯ, орон нутгийн нийгмийн эрүүл мэндийн байгууллага, улсын нэгдсэн эмнэлэг, хувийн томоохон эмнэлгүүд үр дүнтэй арга хэмжээ авч чадна гэсэн хүлээлттэй байна. Оролцогчдын дийлэнх нь цар тахлыг цаашид 1 ба түүнээс дээш хугацаагаар үргэлжилнэ гэсэн төсөөлөлтэй. Хөл хориог сунгахаар бол тэдний ихэнх нь тэвчээртэй хандана гэж байгаа ч хөл хорио нь оюутан, хувиараа хөдөлмөр эрхэлдэг хүмүүст илүү сөргөөр нөлөөлж байна.

#### Сэтгэл зүй

- Цар тахал гарснаас хойш сэтгэл зүйн тусламж үйлчилгээ авах нь нэмэгдсэн, үүнд хөдөө, орон нутгийн иргэдийн эзлэх хувь давамгайлж байна.
- Судалгаанд оролцогчдын дийлэнх нь өөрийн сэтгэл зүйгээ хэрхэн дэмжих талаар мэднэ гэж байгаа ч эрэгтэйчүүд,

бага орлоготой иргэд сэтгэл зүйгээ хэрхэн дэмжих талаар сайн мэддэггүй. 10 оролцогч тутмын 7 нь өөрийн болон бусдын сэтгэл зүйг дэмжих аргуудад суралцах шаардлагатай.

- Шийдвэр гаргагчдын мэдээлэл, шийдвэр тодорхой бус, салаа утгатай байх тохиолдолд иргэд өөрсдийгөө хамгаалах, хувь хувьдаа урьдчилан сэргийлэх арга хэмжээ авах, хүнс, бараа бүтээгдэхүүнийг нөөцлөх зэрэг үйлдэл хийж, нийгэмд эмх замбараагүй байдал үүсэхэд бэлэн болж байна.
- Эрсдэл тулгарахад маш хурдан зохион байгуулалтад орж, шийдвэр гаргагчдын заавар, дүрэм журмыг сайтар мөрдөж чадах нь ажиглагдаж байгаа ч эрсдэл үүсгэхүйц үйлдэл хийж байгаа иргэн, шийдвэр гаргагчдыг шүүмжлэх, буруутгах, үзэн ядах байдал хүчтэй илэрч байна. Мөн муу ёрлохгүй байх, найдах, бэлгэшээх сэтгэл зүй иргэдийн дунд давамгайлж байна.
- COVID-19 цар тахлын үеийн түгшүүр, сэтгэл гутралын түвшин оролцогчдын дийлэнхэд хэвийн байгаа ч маш өндөр түвшний түгшүүр (23.7%), сэтгэл гутрал (15%)-тай оролцогчдын эзлэх хувь тус халдвараар нас баралт ихтэй оронтой харьцуулахад өндөр байна. Эрэгтэйчүүдийн стресс, сэтгэл гутралын түвшин нь эмэгтэйчүүдийнхээс илүү нэмэгдсэн, орлого багатай, ажилгүй, ажил хийх боломжгүй, хувиараа хөдөлмөр эрхэлдэг иргэдийн сэтгэл гутрал, түгшүүрийн түвшин өндөр байна.
- Өөрчлөлтөнд дасан зохицох, стресс, уур бухимдал, гуниг зэрэг таагүй мэдрэмж, сөрөг үйл явдлыг даван туулах чадвараа үнэлэхдээ оролцогчдын дийлэнх нь дунд, түүнээс дээгүүр гэж үнэлсэн ч эрэгтэйчүүдийн даван туулах чадвар эмэгтэйчүүдийнхээс бага байна. Иргэдийн ялангуяа эрэгтэйчүүдийн даван туулах чадварыг дэмжих хэрэгцээ байна.

- Хэдийгээр стресс, түгшүүр нэмэгдсэн ч КОВИД-19 цар тахлын үед бусадтай харилцах харилцаа, шинэ боломжуудыг олж харах, хувь хүний чадвар, итгэл үнэмшил, амьдралын үнэ цэнийг өөрөөр харах зэрэгт эерэгээр нөлөөлсөн гэж үзэж байна.

#### Зан үйл

- Цар тахлаас урьдчилан сэргийлэх зан үйлийн түвшин эрэгтэй оролцогчдын хувьд бага байна. Иргэд хүмүүс хоорондын зай барих, хоолойгоо давс, хүнсний содаар зайлах, аливаа зүйлд хүрэхийн өмнө гадаргууг ариутгах, бохир гараар нүд, ам хамартаа хүрэхгүй байх, хүнсэндээ цагаан гаа, сармис, нимбэг хэрэглэх, гараа угаах, боломжгүй үед ариутгалын бодис хэрэглэх, өөрийгөө тусгаарлах зэрэг урьдчилан сэргийлэх зан үйлүүдийг хийж чадахгүй байх нь түгээмэл байна. Боловсролын түвшин өндөр байх тусам олон хүнтэй газраас зайлсхийх зан үйлтэй байгаа бол боловсролын түвшин буурах тусам маск хэрэглэх нь багасаж байна. Архи, тамхины хэрэглэх, эрүүл бус хооллох нь нэмэгдэж, дасгал хөдөлгөөн хийх нь багассан байна.

#### Тусгаарлагдсан иргэд

##### Сэтгэл ханамж

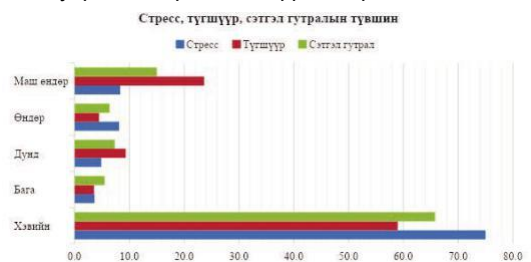
- Гадны улсаас ирсэн иргэд одоогийн хэрэгжүүлж буй тусгаарлах үйл ажиллагаа нь хэмжээнээсээ хэтэрсэн гэж үзэж, тусгаарлалтын хоног, тусгаарлах байрны төлбөр, хоол, интернэт, сүлжээ, ариутгал, халдваргүйжүүлэлт, цэвэрлэгээ болон эргэлтийн хуваарь огт сэтгэл ханамжгүй байна. Мөн тусгаарлалтад байгаа иргэд УОК-оос гаргасан хөл хорио сунгах, хилийн чанадад байгаа иргэдээ татан авах болон тэдгээр иргэдийн тусгаарлах үйл ажиллагаатай холбоотой шийдвэрүүдэд сэтгэл ханамжгүй байгаа бөгөөд гадаадад

гацсан иргэддээ хилээ нээхийг хүсэж байна.

- Тусгаарлалтад байгаа иргэд өөрөө болон ойр дотны хүмүүс нь КОВИД-19 вирусийн халдвар авах эрсдэлийг ихэнх нь бага болон эрсдэлгүй гэж үнэлж, халдвар авсан тохиолдолд хөнгөн, шинж тэмдэггүй өвдөнө гэж төсөөлж байна.

#### Сэтгэл зүй

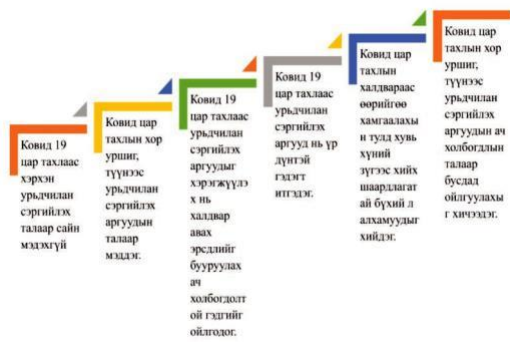
- Тусгаарлалтад байгаа иргэдэд сэтгэл зүйн хувьд эмзэг мэдрэмтгий болсон, юу ч хийж чадахгүйдээ сэтгэлээр унасан, ганцаардсан, бусдаас ялгаатай болон хоригдсон мэдрэмжүүд илүү их илэрч байна. КОВИД-19 цар тахлын үеийн түгшүүр, сэтгэл гутралын хувьд тусгаарлалтад байгаа иргэд маш өндөр түвшний түгшүүр (15.1%), сэтгэл гутрал (9.4%)-тай ба эрэгтэйчүүдийн сэтгэл гутралын түвшин илүү өндөр байна.



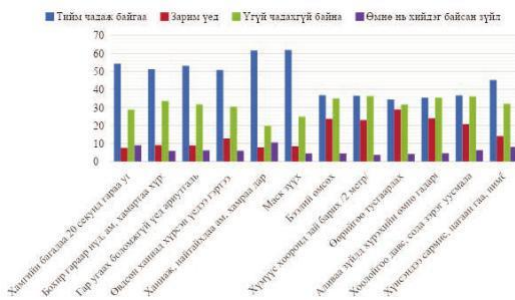
Зураг 1. Стресс, түгшүүр, сэтгэл гутралын түвшин

#### Зан үйл

- Тусгаарлалтад байгаа иргэдийн хувьд цар тахлаас урьдчилан сэргийлэх зан үйлийн түвшин дундаас дээш үнэлэгдэж, урьдчилан сэргийлэх зан үйлүүдийг тусгаарлалтын эхний хоногуудад сайн хэрэгжүүлж байгаа хэдий ч энэ нь тусгаарлалтаас гарсны дараа суларч байна. Мөн судалгаанд оролцсон тусгаарлалтад байгаа эрэгтэй оролцогчдын архи, согтууруулах ундааны хэрэглээ КОВИД-19 анх бүртгэгдсэн үед их байсан ба ирээдүйд мөн нэмэгдэх хандлагатай байна.



Зураг 2. Урьдчилан сэргийлэх зан үйлийн өөрийн үнэлгээ



Зураг 3. COVID-19-ээс урьдчилан сэргийлэх зан үйл

Хариу арга хэмжээнд ажиллаж байгаа ажилтнуудын ажлын ачаалал, сэтгэцийн эрүүл мэндийн өөрчлөлт, тусламж үйлчилгээний хэрэгцээ

**Ажлын ачаалал**

- Эрүүл мэнд, цагдаа, онцгой байдал, хилийн мэргэжлийн хяналтын ажилтнууд нь бүгд уртасгасан цагаар, өндөржүүлсэн бэлэн байдлын горимоор сүүлийн 10 орчим сар бие, сэтгэл зүйн ачаалал ихтэй ажиллаж байна. Хариу арга хэмжээнд ажиллаж байгаа ажилтнуудын ажлын ачаалал нэмэгдэхэд нөлөөлж байгаа нэг хүчин зүйл нь тэд үндсэн үүрэгт ажлаа давхар гүйцэтгэдэгтэй холбоотой.

**Сэтгэцийн эрүүл мэнд**

- Хэдийгээр судалгаанд хамрагдсан мэргэжилтнүүд нь хүн, амьтнаас гаралт халдварт өвчний дэгдэлтийн үед өмнө нь ажиллаж байсан туршлагатай, онцгой байдал, гамшгийн үед үүрэгт ажлаа гүйцэтгэхээр бэлтгэгдсэн

хэдий ч COVID-19 цар тахлын хариу арга хэмжээнд ажиллах үедээ айх, түгших зэрэг сэтгэл зүйн асуудалд өртөж байна. Түүнчлэн иргэд, бусад салбарын мэргэжилтнүүдтэй харилцах харилцаанд болон гэр бүлийн орчиндоо харилцааны зөрчилтэй байгаа нь ажлаас халшрах, шантрах, урам хугарах, цөхрөх байдалд хүргэж байна. Сэтгэл зүйн эдгээр өөрчлөлт, бэрхшээлүүдэд цалин урамшуулал хангалтгүй байх, ажиллах орчин, нөхцөл, хангамж, ажлын ачаалал, олон сарын туршид амралтгүй ажиллаж байгаа байдлууд мөн нөлөөлж байна.

**Тусламж, үйлчилгээний хэрэгцээ**

- Цар тахлын хариу арга хэмжээнд ажиллаж байгаа мэргэжилтнүүдэд илүү цагийн цалин, урамшууллыг хууль, журамд заасны дагуу ямар нэгэн эрэмбэ, дараалалгүйгээр, гүйцэтгэлээр нь үнэлэн олгох, ажиллах нөхцөлийг сайжруулах (чанартай, тэжээллэг хоолоор хангах, албан үүргээ гүйцэтгэх үед унааны, бичиг хэргийн, харилцаа холбооны зардлыг төсөвлөх, халуун болон хүйтэн нөхцөлд ажиллаж байгааг тооцон эрүүл мэндийг хамгаалах, дэмжих үйлчилгээг үзүүлэх, амрах байраар хангах, гадна орчинд

үүрэг гүйцэтгэж байгаа мэргэжилтнүүдийн ажлын байрны нөхцөлийг сайжруулах), мэргэжил, арга зүйн нэгдсэн удирдлагаар хангах, ажил үүргийн хуваарийг тодорхой болгох (дээд удирдлага, дунд шатны удирдлага, анхан шатны нэгжид ажиллаж байгаа мэргэжилтэн бүрийн хүлээх үүрэг, хариуцлага, шийдвэр гаргах хүрээ, эрх мэдлийг тодорхойлох

замаар удирдлага зохион байгуулалтын урсгалыг тодорхой болгох), анхан шатанд ажиллаж байгаа ажилтнуудын нөхцөл байдлыг судлах, саналыг нь асууж шийдвэр гаргах зэргээр эргэх холбоотой ажиллах

хэрэгцээ шаардлага нэн тулгамдсан байна.



Зураг 4. Цар тахлын хариу арга хэмжээнд ажиллахад тулгарч буй бэрхшээл, шаардлагатай дэмжлэгүүд

- Түүнчлэн сэтгэл зүйн дэмжлэг үзүүлэх (гамшгийн үед алба хаагч, мэргэжилтнүүдийн сэтгэл зүйн байдлыг тогтмол үнэлэх, өөрсдийн сэтгэл зүйг удирдах, тогтвортой байлгах, уур бухимдал, стресс, түгшүүр, сэтгэл гутрал зэрэг сэтгэл зүйн сөрөг үзэгдлүүдийг даван туулахад чиглэсэн арга зүйгээр хангах, шаардлагатай тохиолдолд мэргэжлийн сэтгэл зүйн тусламж үйлчилгээнд холбох) хэрэгцээтэй байна.

## ЗӨВЛӨМЖ

Иргэдийг мэдээллээр хангах, сэтгэл зүй, зан үйлийг өөрчлөхөд чиглэсэн зөвлөмж

КОВИД-19-тэй холбоотой мэдээ, мэдээллийг хүргэх чиглэлээр

- Анхдагч, ил тод, үнэн зөв, найдвартай мэдээллээр тогтмол хангахдаа цөөн санаан дээр төвлөрч, товч, тодорхой мэдээлэх, шаардлагатай тохиолдолд давтамжийг нэмэх, хүлээн авч буй үзэгч, сонсогчдод хамаатай нийтлэг ашиг тусыг онцлох, бусдыг хамгаалж байгаа гэдэгт голлон чиглэх (жишээ нь, гэр бүлээ хамгаалахын тулд гараа угаагаарай гэх мэт), хэрэгжүүлэх арга хэмжээг мэдээлэхдээ юуг, яагаад

болохуйц эсэхийг нягталж байх, сөрөг мэдээний хажуугаар болж байгаа, бүтэж байгаа, эерэг мэдээг хүргэж тэнцвэржүүлэх, амьдралын шинэ хэв маягт чиглэсэн алхмыг уриалах,

- Хүмүүсийн ялгаатай байдал, онцлогт тохирсон байдлаар мэдээллийг хүргэх, тухайлбал, орхигдох магадлалтай эмзэг бүлгийн хүмүүст эсвэл телевиз, радиогоос илүү нийгмийн цахим сүлжээнээс мэдээлэл авч байгаа залууст тэдний зайлшгүй хэрэгцээт бүтээгдэхүүн юмуу тэдэнд нөлөө бүхий хүмүүсээр дамжуулан нийгмийн эрүүл мэндийн мессежийг хүргэх,

Нийгмийн сэтгэл зүйг дэмжих чиглэлээр

- Халдварыг таслан зогсооход үр дүнгээ үзүүлдэг хөл хорих, хөдөлгөөн хязгаарлах, тусгаарлах зэрэг арга хэмжээ нь хүний нийгмийн мөн чанарын эсрэг тул эдгээр арга хэмжээний сэтгэл зүйн сөрөг нөлөөг бууруулахын тулд хэрэгжүүлэх хугацааг нь аль болох бага байлгах, нөхцөл байдал огцом өөрчлөгдөөгүй бол хугацааг өөрчлөхгүй байх,

- Нийгмийн сэтгэл зүйд айх, буруутгах сэтгэл хөдлөл түгээмэл илэрч байгаа тул айдсыг зөв ашиглаж, шаардлагатай зан үйл рүү чиглүүлэх, буруутгах нь нийгмийн тодорхой зохицуулалт гэдгийг хүлээн зөвшөөрөн, түүнд дүн шинжилгээ хийж, хариу арга хэмжээнд ашиглах,

- Монголчууд онцгой болохоор халдвар тусахгүй, туссан ч хөнгөн тусна гэж найдах, муу зүйл тохиолдохгүй гэж итгэх, бэлэгшээх байдлаар цар тахлын аюул заналд хариу өгч байгаа нь сөрөг сэтгэл хөдлөлөөс зайлсхийхэд хэрэгтэй боловч халдварт өртөх эрсдэлийг

дутуу үнэлэх, иймээс нийгмийн эрүүл мэндийн санвуулыг тоохгүй байхад

гэсэн зарчмыг баримтлах, эдгээр  
арга хэмжээ иргэдийн хувьд хүлцэж

хүргэх тул өөдрөг үзлийн өрөөсгөл  
хандлагыг залруулж байх,



- Ганцаардах, дарамт мэдрэх, уйтгарлаж гуниглах, гутрах, сэтгэл гутрах, түгших зэрэг сэтгэл хөдлөлөөс сэргийлэх, түүнийг үр ашигтай даван туулах аргуудыг онцолсон мэдээ, мэдээлэл, контент бэлтгэх, түгээх,
  - Урьдчилан сэргийлэх зан үйлийг хэвшүүлэх чиглэлээр
- Иргэдийн урьдчилан сэргийлэх зан үйлийг тодорхойлж, бага боловсролтой, эмзэг бүлгийн иргэд хэрэгжүүлж чадахуйц энгийн зааварчилгааг нарийвчилж өгөх,
  - Зан үйлийн аль түвшинд байгаагаас хамааран иргэдэд өгөх зөвлөгөө, мэдээллийг ялгаатайгаар хүргэх, үүний тулд сонжоо хэлбэрийн сорил боловсруулж, тухайн үе шатуудад таарсан зөвлөмжийг хариу болгон илгээх,
- Гэртээ хийж болох дасгал хөдөлгөөнийг хүргэх телевизийн бүх сувгаар ижил цагт цацах гэх мэтчилэн мэргэжлийн Хариу арга хэмжээнд голлон үүрэгтэй байгууллагуудтай хамтран ажиллаж оролцож буй байгууллагуудад чиглэсэн хүмүүсийн зан үйлд нөлөөлөх, зөвлөмж
- Мэдээллийн найдвартай байдлыг нягтлах зан үйлрүү олон нийтийг түлхэх (ёврох), сонголтод нөлөөлөх замаар зан үйлийг өөрчлөх, Цалин урамшуулал, ажлын ачааллыг зохицуулах бодлогын орчныг сайжруулах чиглэлээр
- Тусгаарлалтын үйл ажиллагааг сайжруулах тухайд
- Гадаад улсаас ирж буй иргэдийг тусгаарлах үйл ажиллагаатай (хаана тусгаарлагдах, хэдэн хүнтэй нэг өрөөнд тусгаарлагдах, тусгаарлалтын хоногийн шинжлэх ухааны үндэс гэх мэт) холбоотой үнэн бодит мэдээллээр хангах
- Тусгаарлах байрны үйл ажиллагаа, үйлчилгээ, халдваргүйжүүлэлт, ариутгал, интернет холболт зэрэгт тогтмол үнэлгээ хийдэг байх, иргэдийн санал гомдлыг хэрхэн шийдвэрлэсэн талаар эргэх холбоотой ажиллах
- Тусгаарлагдаж буй иргэдийн сэтгэл зүйг (ганцаардсан, хоригдсон, бусдаас ялгаатай мэдрэмжийг бууруулах) дэмжихийн тулд тусгаарлах байрны интернет, сүлжээг сайжруулж тэдгээрийг гэр бүл, найз нөхөдтэйгөө холбогдох, нийгмийн харилцаагаа нэмэгдүүлэх боломжоор хангах
- Тусгаарлах байранд байгаа иргэдийн сэтгэл зүйн байдалд тогтмол үнэлгээ хийх, шаардлагатай тохиолдолд утсаар болон цахимаар сэтгэл зүйн дэмжлэг үзүүлэх
- Иргэдэд тусгаарлалтаас гарсны дараа урьдчилан сэргийлэх зан үйлээ үргэлжлүүлэн тогтмол хэрэгжүүлэхийн ач холбогдлыг ойлгуулахад чиглэсэн зөвлөгөө мэдээлэл хүргэх
- Тусгаарлалтаас гарсны дараах архи, тамхи, согтууруулах ундааны хэрэглээг ихэсгэхээс урьдчилан сэргийлж хор уршгийн талаар зөвлөгөө мэдээлэл
- Цар тахлын хариу арга хэмжээнд ажиллаж байгаа ажилтнуудын цалин, урамшууллыг нэмэх (ялангуяа эмнэлгийн болон цагдаагийн ажилтнуудын хувьд), тасалдалгүй, ямар нэгэн эрэмбэ, дараалалгүйгээр, гүйцэтгэлээр нь үнэлэн тогтмол олгоход чиглэсэн бодлого, журамтай байх,
  - Хариу арга хэмжээг зохион байгуулах, гүйцэтгэх ажилтнуудын цалин, урамшууллыг олгох гэх мэттэй холбоотой бодлогын баримт бичгийн хэрэгжилтийг тогтмол хугацаанд үнэлэх, шаардлагатай өөрчлөлтийг богино хугацаанд тусгадаг байх,
  - Хариу арга хэмжээнд ажиллаж байгаа ажилтнуудын цалин, урамшууллыг

тасралтгүй олгох, ажиллах нөхцөлийг сайжруулахын тулд хангалттай төсвийг хуваарилах, батлах,

- Хүний нөөцийг бэлтгэх, сургах, хүний нөөц дутагдсан үед хэрхэн зохицуулах нэгдмэл төлөвлөгөө, стратегитай байх

Удирдлага, зохион байгуулалтыг сайжруулах чиглэлээр

- Хариу арга хэмжээнд ажиллаж байгаа ажилтнуудын ажлын ачааллыг багасгах, тэнцвэржүүлэхийн тулд хүний нөөцийн болон ажил үүргийн хуваарилалт, цагийн зохицуулалтыг хийх, шаардлагатай бол богино хугацаагаар ээлжлэн ажиллуулах, ажлын дундуур тогтмол цагаар амрах,
- Салбар дундын хамтын ажиллагааны уялдаа холбоог нэмэгдүүлж, нэгдсэн удирдлага, зохион байгуулалтаар ажиллах, ингэхдээ удирдах болон гүйцэтгэх үүрэг бүхий албан тушаалтнуудын хүлээх үүрэг, хариуцлага, ажлын цар хүрээг тодорхой болгох,
- Цар тахлын хариу арга хэмжээнд ажиллаж байгаа ажилтнуудын саналыг сонсох, эргэх холбоотой ажиллах, тэдний сайн сайхныг хамгаалах цогц дэмжлэг хэрэгжүүлэх,

Хариу арга хэмжээнд ажиллаж буй ажилтнуудад сэтгэл зүйн дэмжлэг үзүүлэх чиглэлээр

- Цар тахлын үед ачаалал өндөртэй ажиллаж буй ажилтнуудын биеийн болон сэтгэцийн эрүүл мэндэд тогтмол үнэлгээ хийх,
- Цар тахлын үед нэгдүгээр шугамд тусгаарлагдан ажиллаж буй эрүүл мэндийн мэргэжилтнүүдийг урт хугацааны сэтгэл зүйн тусламж үйлчилгээнд хамруулах,
- Удаан хугацаанд тусгаарлагдан ажиллаж буй ажилтнуудын нийгмийн дэмжлэгийг бэхжүүлэх, сэтгэл зүйн урт хугацааны хяналт тавих.

