

الملحق الأول

استراتيجية الصحة النفسية

المبادئ التوجيهية للأمم المتحدة لإدارة الصحة النفسية



المحتويات

3	قائمة الاختصارات والألفاظ الأوائلية	1
4	مقدمة	2
4	الأدوار والمسؤوليات خلال مرحلة ما قبل النشر	3
7	الأدوار والمسؤوليات أثناء مرحلة النشر	4
12	الأدوار والمسؤوليات خلال مرحلة ما بعد النشر	5
15	تنفيذ استراتيجية الصحة النفسية في البعثة	6
16	...	دعم الصحة النفسية للأفراد النظاميين في الوحدة	1-6
17	...	كيفية التعامل مع التغير المستجد في سلوك الأفراد النظاميين	2-6
18	...	وسيلة الإبلاغ عن مشكلات الصحة النفسية وإدارتها في البعثة للضباط العسكريين وضباط الشرطة التابعين للبعثة	3-6
19	...	وسيلة الإبلاغ عن مشكلات الصحة النفسية وإدارتها في البعثة للأفراد النظاميين	4-6
20	...	وسيلة الإبلاغ عن مشكلات الصحة النفسية وإدارتها في البعثة بعد وقوع حادث خطير/واقعة قد تسبب صدمة	5-6
22	بروتوكول الفحص	7
22	...	أدوات الفحص	1-7
23	...	جدول الفحص	2-7
25	معرفة مبادئ الصحة النفسية والتدريب عليها	8

1 قائمة الاختصارات والألفاظ الأوائلية

AMET	فريق الإخلاء الطبي الجوي
BC	قائد الكتيبة
CMO	كبير المسؤولين الطبيين
CP	متخصص العلاج النفسي
CC	قائد السرية
DCM-5	الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية، الطبعة الخامسة
DMS/CMS	مدير/رئيس موظفي دعم البعثة
DHMOSH	قسم إدارة الرعاية الصحية والسلامة والصحة المهنية
FMO	المسؤول الطبي للقوة
JOC	مركز العمليات المشتركة (العسكرية والمدنية)
L-1/L-2/L-3	المستوى الأول/الثاني/الثالث
MedEvac	الإخلاء الطبي
MO	المسؤول الطبي
MEDMOC	المسؤول الطبي في مكتب المسؤول الطبي للقوة الذي يتولى مسؤولية التنسيق مع مركز العمليات العسكرية
MSM	دليل الدعم الطبي
MHE	خبير الصحة النفسية (متخصص نفسي/متخصص علاج نفسي/متخصص نفسي عام/ممرضة نفسية/مسعف نفسي/استشاري)
MHS	استراتيجية الصحة النفسية
MOC	مركز العمليات العسكرية
OSO	مكتب عمليات الدعم
PFA	الإسعافات الأولية النفسية
RT	مرشد ديني/روحي
SMO	كبير الأطباء
TOB	قاعدة العمليات التكتيكية
T/PCC	البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة
UNHQ	المقر الرئيسي للأمم المتحدة

2 مقّمة

تسلط هذه الوثيقة الضوء على أدوار أصحاب المصلحة ومسؤولياتهم في تنفيذ استراتيجية الصحة النفسية وتقديم توصيات بشأن الإجراءات التي ينبغي اتخاذها في مجموعة متنوعة من السيناريوهات. وتقدم أيضاً لمحة موجزة عن البرامج المتعلقة بالفحص والتدريب ومعرفة مبادئ الصحة النفسية للأفراد النظاميين. ورغم أن هذه الوثيقة تهدف إلى تقديم إرشادات بشأن دورة نشر الأفراد النظاميين بأكملها، فإنّ كل دولة من الدول الأعضاء يمكنها تعديل أدوار أصحاب المصلحة ومسؤولياتهم بناءً على الموارد المتاحة. وبالمثل، يمكن لفرق الصحة النفسية في البعثات إجراء التعديلات التي تراها مناسبة بناءً على بيئات العمل لمختلف بعثات الأمم المتحدة.

3 الأدوار والمسؤوليات خلال مرحلة ما قبل النشر

يُوصى باتخاذ هذه الإجراءات في الفترة التي تسبق نشر الأفراد في بعثة الأمم المتحدة. وتساعد هذه الخطوات الأفراد النظاميين في التعرف على الضغوط النفسية المحتملة التي قد تواجههم خلال فترة النشر. ويساعد الإلمام بالمواقف التي تشوبها المشكلات وسبل الاستجابة لها في تحسين قدرة الأفراد على التحمل، وتذليل العقبات في سبيل طلب المساعدة عند الحاجة إليها، وتحسين الجاهزية العملية.

الجدول 1

الأدوار والمسؤوليات خلال مرحلة ما قبل النشر

1-1	مُتولّي المسؤولية	الربع الأول	الربع الثاني/الثالث	الربع الأخير
	الفرد	إجراء تقييم ذاتي لحالة الصحة النفسية باستخدام إحدى أدوات الفحص المُدرجة في الملحق الثاني وطلب المساعدة بشأن الصحة النفسية إذا لزم الأمر	إبلاغ سلطات الوحدة بأي مسؤوليات أو ضغوط وشبكة في الوطن اجتياز دورة تدريبية موجزة بشأن الوعي بالضغوط المحتملة في البعثة وطرق التخفيف من شدتها (ترد التفاصيل في الملحق الثالث)	اتخاذ الترتيبات اللازمة لرعاية الأسرة أثناء غياب الأفراد النظاميين تسوية المشكلات الأسرية المعلقة، مثل تعليم الأبناء والأمراض المزمنة التي يعاني منها الآباء المسنون والزواج المقبل والخلافات الزوجية، إن أمكن

2-1	رفيق كل فرد من الأفراد النظاميين	التعرّف على الرفاق	الخضوع لتدريب ما قبل النشر مع أحد الرفاق	تثقيف أسر الرفاق وإعلامهم بالمشكلات المتعلقة بالنشر
3-1	الزوج/أحد الأفراد بالأسرة	الإبلاغ بالنشر من جانب الوحدة	إبلاغ مسؤول سلامة الأسرة بالوحدة في حالة وجود أي احتياجات أو رعاية خاصة تتطلبها الأسرة خلال فترة غياب فرد قوات حفظ السلام	توديع الأفراد النظاميين
4-1	قائد سرية البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة	التأكد من إجراء فحص الصحة النفسية	1- تدريب القوات العسكرية على استخدام مواد التدريب المقدمة من الأمم المتحدة بشأن القدرة النفسية والجسدية على التحمل 2- التأكد من استيفاء أي احتياجات أو رعاية خاصة قد تتطلبها الأسر العائدة إلى الوطن، والسماح للأفراد بالانسحاب إذا لزم الأمر أثناء فترة بعثة حفظ السلام	التأكد من معالجة المشكلات الإدارية لجميع الأفراد
5-1	المرشد الديني/الروحي من البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة	التعرّف على المشكلات المرتبطة بالنشر والقوات العسكرية المختارة	1- اجتياز دورة تدريبية بشأن موضوعات تتعلق بالصحة النفسية، بما يشمل زيادة الوعي، والتخلص من وصمة العار، والتعرّف على علامات التوتر المبكرة، ومعرفة الشخص الذي ينبغي الرجوع إليه عند تحديده 2- تعلّم المهارات الأساسية الخاصة بالاستماع الفعال وإسداء المشورة	مساعدة الأسر في فهم مسؤولياتها أثناء غياب الأفراد النظاميين وموافاتها بالإرشادات اللازمة للتغلب على ألم الانفصال
6-1	متخصص العلاج النفسي/المتخصص النفسي العام من البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة	استخدام وسائل فحص الصحة النفسية للأفراد النظاميين المختارين للمشاركة في بعثة الأمم المتحدة	1- تثقيف الأفراد بشأن استراتيجيات الوعي بالتوتر والتخفيف من شدته 2- تعزيز روح التماسك بين أفراد الوحدة من خلال إعدادهم للتعامل مع الضغوط المتوقعة خلال البعثة	مساعدة الأسر في فهم مسؤولياتها أثناء غياب الأفراد النظاميين وموافاتها بالإرشادات اللازمة للتغلب على ألم الانفصال
7-1	كبير الأطباء من البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة	1- إجراء الفحوصات الطبية للأفراد النظاميين المختارين للمشاركة في بعثة الأمم	1- التنسيق مع المرشد الديني/الروحي ومتخصص العلاج النفسي/المتخصص النفسي العام بالوحدة عند وجود أي شك بشأن حالة الصحة النفسية للفرد 2- إحالة الحالات إلى طبيب نفسي عند وجود مخاوف بشأن السلامة النفسية للفرد وقدرته على التحمل	

	المتحدة وفقاً للمعايير الطبية الخاصة بالبعثة 2-مراجعة نتائج أدوات الفحص المستخدمة أثناء التقييم الأولى للصحة النفسية		
	المعرفة بالأدوار والمسؤوليات الواردة في دليل الدعم الطبي	خبير الصحة النفسية في المستشفى من المستوى الثاني/الثالث	8-1
المشاركة في المناقشات وتبادل المعرفة مع خبراء الصحة النفسية العسكريين الوطنيين لتحسين فهم الجوانب النفسية للأعراض والعلامات الجسدية، وحالات الصحة النفسية، والتدخلات المحتملة	حضور دورة تدريبية تنشيطية بشأن مشكلات الصحة النفسية التي يشيع مواجهتها في البعثة	المسؤول الطبي في المستشفى من المستوى الثاني/الثالث	9-1
1- حضور دورة تدريبية موجزة لفهم التغييرات الضرورية في البنية التحتية والسياسات التي يمكن أن تساهم في تحسين دعم الصحة النفسية في مستواهم 2- تعزيز المعرفة والمواقف والسلوكيات المتعلقة بالصحة النفسية لتوفير بيئة داعمة وتشجيع طلب المساعدة بين أفراد قوات حفظ السلام 3- تعزيز السلامة النفسية والقدرة على التكيف والتحمل	التعرّف على الأدوار والمسؤوليات في إطار تعزيز الصحة النفسية والاستعداد العملياتي للأفراد النظاميين التابعين للأمم المتحدة	قائد القطاع	10-1
		قائد القوة	11-1

4 الأدوار والمسؤوليات أثناء مرحلة النشر

ينبغي اتخاذ هذه الإجراءات في مرحلة النشر. وتُقسَم الأنشطة على مدى أربع فترات، ولكن ينبغي تنفيذها بالتنسيق فيما بينها. وإذا تم تنفيذها بعضها بمعزل عن بعض، فإنها لا تحقق نتائج جيدة. وتهدف جميع الأنشطة إلى مساعدة الأفراد النظاميين في التكيف مع ضغوط البيئة الجديدة والحفاظ على صحتهم. وفي حال تعرضهم للإعياء، ينبغي أن تساهم هذه الأنشطة في تسريع شفائهم وعودتهم إلى الخدمة الفعلية خلال فترة وجودهم في البعثة. وأخيراً، ينبغي أن يتمكن الأفراد من مغادرة البعثة بأقل الخسائر الممكنة الناجمة عن أي حدث سلبي قد يتعرضون له.

الجدول 2

الأدوار والمسؤوليات أثناء مرحلة النشر

الربع الأول	الربع الثاني	الربع الثالث	الربع الرابع	مُتَوَلِّي المسؤولية	
1- إجراء تقييمات الصحة النفسية باستخدام أدوات التقييم الذاتي 2- إبلاغ الجهات المختصة المناسبة في حالة الشعور بأي توعك جسدي أو نفسي	1- إجراء تقييمات الصحة النفسية باستخدام أدوات التقييم الذاتي 2- إبلاغ الجهات المختصة المناسبة في حالة الشعور بأي توعك جسدي أو نفسي	1- إجراء التقييمات باستخدام أدوات التقييم الذاتي 2- تقديم تدريبات الصحة النفسية وفقاً للمبادئ التوجيهية المقترحة 3- إبلاغ الجهات المختصة المناسبة في حالة الشعور بأي توعك جسدي أو نفسي 4- تعلم كيفية استخدام تطبيقات الهاتف المحمول أو كيفية الوصول إلى موارد الصحة النفسية أو التواصل مع خبير الصحة النفسية إذا لزم الأمر	1- إجراء تقييمات الصحة النفسية باستخدام أدوات التقييم الذاتي 2- إبلاغ الجهات المختصة المناسبة في حالة الشعور بأي توعك جسدي أو نفسي 3- تعلم كيفية استخدام تطبيقات الهاتف المحمول أو كيفية الوصول إلى موارد الصحة النفسية أو التواصل مع خبير الصحة النفسية إذا لزم الأمر	الفرد	1-2

	<p>1- تبادل الخبرات في البيئة الجديدة</p> <p>2- التشجيع المتبادل على إجراء تقييمات نفسية منتظمة</p> <p>3- في حالة ملاحظة حدوث تغييرات كبيرة في سلوك الرفيق، يتم تشجيعه/مساعدته على طلب المساعدة أو إبلاغ السلطات المختصة</p> <p>4- التأكد من التواصل بصورة منتظمة بين الأفراد النظاميين وأسرهم</p>	<p>رفيق كل فرد من الأفراد النظاميين</p>	<p>2-2</p>
	<p>1- الحفاظ على التواصل بصورة منتظمة مع الأفراد النظاميين</p> <p>2- التماس تعقيبات مسؤول سلامة الأسرة بالوحدة في حالة ملاحظة أي تغييرات سلوكية أو صعوبات في التواصل مع الأفراد النظاميين</p> <p>3- تجنب المناقشات التي قد تسبب التوتر للأفراد النظاميين ودعم سلامتهم</p>	<p>الزوج/أحد الأفراد بالأسرة</p>	<p>3-2</p>
<p>الإعداد للأمر المتوقع بعد النشر، والضغوط المحتملة، وطرق التعامل معها</p>	<p>1- زيادة مستوى الوعي بالمشكلات النفسية</p> <p>2- تعزيز السلامة النفسية والقدرة على التكيف والتحمل</p> <p>3- تشجيع التقييمات النفسية الموصى بها</p> <p>4- المساعدة في حل مشكلات الصحة النفسية وتذليل العقبات في سبيل طلب الأفراد للمساعدة أثناء الاجتماعات ربع السنوية بالوحدة بشأن الصحة النفسية</p> <p>5- تشجيع الرياضات والأنشطة الترفيهية الجماعية</p>	<p>إبلاغ الأفراد وتحديثهم بأهداف البعثة/التضاريس/الطقس، والضغوط وطرق التعامل معها</p>	<p>4-2 قائد السرية من البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة</p>
<p>إعداد الأفراد لمواجهة الضغوط التي قد يتعرضون لها بعد النشر ومناقشة آليات التكيف</p>	<p>1- معالجة المخاوف المتعلقة بطلب المساعدة في مجال الصحة النفسية أثناء التفاعلات المنتظمة</p> <p>2- تعزيز السلامة النفسية والقدرة على التكيف والتحمل</p> <p>3- رصد الجهود الرامية إلى التخفيف من حدة التوتر، وتعزيز سلوكيات طلب المساعدة، والتواصل مع شركاء الصحة النفسية</p> <p>4- التأكد من تنزيل تطبيق استراتيجية الصحة النفسية على جميع هواتف الأفراد المحمولة</p> <p>5- تشجيع الرياضات والأنشطة الترفيهية الجماعية</p> <p>6- عقد الاجتماعات ربع السنوية لفريق الصحة النفسية بالوحدة وتولي رئاستها.</p>	<p>1- معالجة المخاوف المتعلقة بطلب المساعدة في مجال الصحة النفسية أثناء التفاعلات المنتظمة</p> <p>2- تعزيز السلامة النفسية والقدرة على التكيف والتحمل</p> <p>3- رصد الجهود الرامية إلى التخفيف من حدة التوتر، وتعزيز سلوكيات طلب المساعدة، والتواصل مع شركاء الصحة النفسية</p> <p>4- التأكد من تنزيل تطبيق استراتيجية الصحة النفسية على جميع هواتف الأفراد المحمولة</p> <p>5- تشجيع الرياضات والأنشطة الترفيهية الجماعية</p> <p>6- عقد الاجتماعات ربع السنوية لفريق الصحة النفسية بالوحدة وتولي رئاستها.</p>	<p>5-2 قائد الكتيبة من البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة</p>

إعداد الأفراد لمواجهة الضغوط التي قد يتعرضون لها بعد النشر واقتراح آليات التكيف	<p>1- تشجيع الأفراد على مناقشة مشكلات الصحة النفسية</p> <p>2- توفير الدعم العاطفي للأفراد</p> <p>3- مناقشة العناية باللياقة الروحية</p> <p>4- المشاركة في الاجتماعات ربع السنوية لفريق الصحة النفسية بالوحدة</p> <p>5- اجتياز دورة تنشيطية للتعلم الذاتي بشأن الصحة النفسية</p>	المرشد الديني/الروحي من البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة	6-2	
إعداد الأفراد للعودة إلى الحياة الطبيعية بعد النشر، والأمور المتوقع حدوثها، وكيفية التعامل مع السيناريوهات الشائعة بعد النشر	<p>1- مساعدة الأفراد في العناية باللياقة النفسية</p> <p>2- إجراء تدريب على التوعية بالصحة النفسية بين الأفراد</p> <p>3- إجراء تقييمات الصحة النفسية الموصى بها للأفراد في نهاية الربع الأول والثاني والرابع</p> <p>4- المشاركة في الاجتماعات ربع السنوية لفريق الصحة النفسية</p>	<p>1- إجراء تقييمات الصحة النفسية على مجموعات صغيرة (فصيلة واحدة في كل مرة)</p> <p>2- تدريب الأفراد على إدارة مخاطر الصدمات والإسعافات الأولية النفسية. فرد واحد على الأقل لكل فصيلة.</p> <p>3- تنظيم دورات تدريبية على مهارات الاسترخاء/التكيف لأفراد الوحدة. وينبغي أن يشمل ذلك الفصيلة أو السرية بأكملها.</p>	متخصص العلاج النفسي/المتخصص النفسي العام من البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة	7-2
إعداد الأفراد لمواجهة الضغوط التي قد يتعرضون لها بعد النشر واقتراح آليات التكيف	<p>1- إجراء تدريب على التوعية بالصحة النفسية بين الأفراد</p> <p>2- التنسيق مع متخصص العلاج النفسي والمرشد الديني/الروحي وقائد السرية لإسداء المشورة لقائد الكتيبة بشأن حالة الصحة النفسية</p> <p>3- ملاحظة العلامات المبكرة للقلق والتوتر وتغيرات الحالة المزاجية والصعوبات المتعلقة بتعاطي المخدرات بين الأفراد</p> <p>4- التعاون مع المتخصص النفسي عند توفره في البعثة</p> <p>5- المشاركة في الاجتماعات ربع السنوية لفريق الصحة النفسية</p>	المسؤول الطبي من البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة	8-2	

<p>1- مساعدة المسؤولين الطبيين من المستوى الأول في تنفيذ برامج التوعية بالصحة النفسية</p> <p>2- تسجيل البيانات المتعلقة بمشكلات الصحة النفسية وفقاً لدليل الدعم الطبي</p> <p>3- التعاون مع القيادة لمناصرة الصحة النفسية وسلامة الأفراد النظاميين</p> <p>4- مساعدة المسؤولين الطبيين في تحسين مستوى فهمهم للصحة النفسية والتدخلات المتاحة لهم</p> <p>5- تقييم مشكلات الصحة النفسية وإدارتها باتباع دليل الدعم الطبي</p> <p>6- تدريب الأفراد على الإسعافات النفسية الأولية</p> <p>7- تنفيذ برامج التوعية بالصحة النفسية وإنشاء عيادات في مختلف قطاعات البعثة</p>	<p>1- البقاء على اطلاع على مستجدات المسؤوليات</p> <p>2- ترتيب زيارات لمختلف القطاعات بالتنسيق مع القائد/المسؤول الطبي للقوة</p> <p>3- المشاركة في أنشطة التوعية المتعلقة بالكشف المبكر عن العلامات التحذيرية، وتعزيز السلامة النفسية، وتطوير مهارات التكيف، والقدرة على التحمل</p>	<p>9-2 المتخصص النفسي في المستشفى من المستوى الثاني</p>
<p>1- مساعدة المسؤولين الطبيين في عيادات المستوى الأول في تنفيذ برامج التوعية المتعلقة بالصحة النفسية</p> <p>2- جدولة مشكلات الصحة النفسية وتسجيلها وتشخيص الحالات والتخلص من البيانات.</p> <p>3- عقد اجتماعات مع القيادة لمساعدتها في مناصرة مشكلات الصحة والسلامة النفسية للأفراد النظاميين</p> <p>4- مساعدة المسؤولين الطبيين في البعثة في تطوير مهاراتهم في مجال الصحة النفسية</p> <p>5- تقييم مشكلات الصحة النفسية وإدارتها وفقاً لدليل الدعم الطبي بمساعدة متخصص نفسي داخل البعثة.</p> <p>6- تدريب الأفراد على الإسعافات النفسية الأولية.</p> <p>7- تنفيذ برامج التوعية بالصحة النفسية وإنشاء عيادات في مختلف قطاعات البعثة</p>	<p>1- البقاء على اطلاع على مستجدات المسؤوليات</p> <p>2- ترتيب زيارات لمختلف القطاعات بالتنسيق مع القائد/المسؤول الطبي للقوة</p>	<p>10-2 الممرض النفسي في المستشفى من المستوى الثاني</p>
<p>1- مساعدة المسؤولين الطبيين في عيادات المستوى الأول في تنفيذ برامج التوعية المتعلقة بالصحة النفسية.</p> <p>2- مساعدة المسؤولين الطبيين في البعثة في صقل مهاراتهم في مجال الصحة النفسية</p> <p>3- جدولة مشكلات الصحة النفسية وتسجيلها وتشخيص الحالات وبيانات الخروج</p> <p>4- إدارة وعلاج الأفراد المحالين إليهم بسبب مشكلات الصحة النفسية</p>	<p>1- البقاء على اطلاع على مستجدات المسؤوليات</p> <p>2- المشاركة في أنشطة التوعية المتعلقة بالكشف المبكر عن العلامات التحذيرية، وتعزيز السلامة النفسية، وتطوير مهارات التكيف، والقدرة على التحمل</p>	<p>11-2 المتخصص النفسي في المستشفى من المستوى الثالث</p>
<p>1- التنسيق مع مدير الدعم/المسؤول الطبي للقوة بالبعثة لإتاحة نشر موارد الصحة النفسية في البعثة</p> <p>2- تنسيق تقديم العلاج وعمليات الإجراء الطبي وإعادة الأفراد الذين يعانون من مشكلات متعلقة بالصحة النفسية إلى أوطانهم</p> <p>3- تعزيز السلامة النفسية والقدرة على التكيف والتحمل من خلال حملات معرفة مبادئ الصحة النفسية</p>	<p>1- التنسيق مع مدير الدعم/المسؤول الطبي للقوة بالبعثة لإتاحة نشر موارد الصحة النفسية في البعثة</p> <p>2- تنسيق تقديم العلاج وعمليات الإجراء الطبي وإعادة الأفراد الذين يعانون من مشكلات متعلقة بالصحة النفسية إلى أوطانهم</p> <p>3- تعزيز السلامة النفسية والقدرة على التكيف والتحمل من خلال حملات معرفة مبادئ الصحة النفسية</p>	<p>12-2 كبير المسؤولين الطبيين</p>

<p>1- تنسيق موارد الصحة النفسية داخل البعثة</p> <p>2- سدّ الفجوة بين مقر البعثة، والبلدان المساهمة بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة، والمستويات الطبية</p> <p>3- التنسيق مع كبير المسؤولين الطبيين وقائد القوة لتوفير الخدمات الاستشارية عند الحاجة إليها</p> <p>4- إطلاع رؤساء الخدمات الطبية وقسم إدارة الرعاية الصحية والسلامة والصحة المهنية/وحدة الحوكمة السريرية في المقر الرئيسي للأمم المتحدة على آخر المستجدات بصفة منتظمة بشأن الحالات التي خضعت لتشخيص الصحة النفسية بين الأفراد النظاميين</p> <p>5- تعزيز السلامة النفسية والقدرة على التكيف والتحمل من خلال حملات معرفة مبادئ الصحة النفسية</p>	<p>1- إبلاغ الوحدات المنضمة بأحدث المعلومات المتعلقة بالصحة النفسية في الموقع وبالموارد المتاحة في البعثة</p> <p>2- إطلاع الوحدات على آخر المستجدات بشأن البروتوكولات المتعلقة باستراتيجية الصحة النفسية</p> <p>3- التأكد من تنزيل تطبيق استراتيجية الصحة النفسية على جميع أجهزة الأفراد النظاميين</p>	<p>المسؤول الطبي للقوة/نائب المسؤول الطبي للقوة</p>	<p>13-2</p>
<p>1- مناصرة التوعية بالصحة النفسية أثناء زيارات القطاع. تشجيع سلوك طلب المساعدة</p> <p>2- معالجة المشكلات الإدارية للتخفيف من حدة الضغوط</p> <p>3- تشجيع التناوب والراحة بين الأفراد النظاميين المنتشرين في قواعد العمليات التكتيكية</p> <p>4- تشجيع التدريب البدني والمشاركة في الرياضات والأنشطة الترفيهية الجماعية وتوفير البنية الأساسية اللازمة</p>	<p>1- الترحيب بالوحدات وإعلامها بالموارد المتاحة للصحة النفسية في ذلك القطاع</p> <p>2- تشجيع سلوك طلب المساعدة</p>	<p>قائد القطاع</p>	<p>14-2</p>
<p>مناصرة ضرورة اليقظة بشأن مشكلات الصحة النفسية في فترة ما بعد النشر</p>	<p>1- تشجيع الاستخدام الأمثل لموارد الصحة النفسية</p> <p>2- مناصرة التوعية بمشكلات الصحة النفسية</p> <p>3- تشجيع سلوك طلب المساعدة وتبديد وصمة العار المرتبطة به</p> <p>4- التشديد على روح الترابط بين أفراد الوحدة، وممارسة التمارين البدنية، والرياضات الجماعية، والحصول على قسط كافٍ من الراحة، والترفيه أثناء التفاعلات</p>	<p>1- الترحيب بالوحدات وإعلامها بمرور الصحة المتاحة، بما يشمل خدمات الصحة النفسية</p> <p>2- تشجيع سلوك طلب المساعدة</p> <p>3- تعزيز معرفة مبادئ الصحة النفسية</p>	<p>قائد القوة</p>
<p>1- الرصد والتأكد مما يلي: أ- استخدام أدوات التقييم ب- استخدام موارد الصحة النفسية ج- إتمام الأفراد للتدريب د- تنفيذ برنامج الإسعافات النفسية الأولية وغيره من البرامج</p>	<p>1- توفير الموارد والمواد للبلدان المساهمة بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة</p> <p>2- أدوات الفحص النفسي</p>	<p>وحدة الحوكمة السريرية التابعة لقسم إدارة الرعاية الصحية والسلامة والصحة المهنية في</p>	<p>16-2</p>

المقر الرئيسي للأمم المتحدة	3- ضمان الامتثال لاستراتيجية الصحة النفسية	هـ- رصد الأمراض الصحية و- تنفيذ برامج التوعية بالصحة النفسية ومناصرتها في البعثات
-----------------------------	--	--

5 الأدوار والمسؤوليات خلال مرحلة ما بعد النشر

هذه الإجراءات ضرورية لتمكين الأفراد من إعادة الاندماج في وحداتهم الأساسية وفي أسرهم. وتساهم هذه المتابعة أيضاً في رصد الأعراض المبكرة للمُعَاوَضَة النفسية الناجمة عن الآثار المستمرة للتوتر والضغط الناتجة عن عمليات النشر وصعوبات إعادة الاندماج في المجتمع.

الجدول 3

الأدوار والمسؤوليات خلال مرحلة ما بعد النشر

مُتَوَلِّي المسؤولية	بعد شهر واحد من النشر	عقب مرور عام وستة أشهر من النشر، ثم مرة كل عام في السنوات الأربع التالية
1-3	الفرد	<p>1- إجراء تقييمات الصحة النفسية بصورة منتظمة: يتعين على الأفراد أن يبادروا بحجز موعد مسبق لإجراء تقييمات الصحة النفسية والخضوع لها بصورة منتظمة على النحو الموصى به في الملحق الثاني. وتساعد هذه التقييمات في تحديد أية مشكلات محتملة متعلقة بالصحة النفسية وتوفر فرصةً للتدخل المبكر وتقديم الدعم.</p> <p>2- الإبلاغ عن مشكلات الصحة النفسية: إذا لاحظ الأفراد أنهم يعانون من أي مشكلات أو أعراض تتعلق بالصحة النفسية، فيجب عليهم إبلاغ السلطة الطبية المختصة بها (كبير الأطباء) داخل الوحدة. ويتيح ذلك إجراء التقييم في الوقت المناسب والحصول على خدمات دعم الصحة النفسية اللازمة.</p> <p>3- البقاء على اتصال مع أفراد الوحدة والرفاق: يُعَدُّ البقاء على اتصال مع زملائك من أفراد الوحدات والرفاق المعينين أمراً بالغ الأهمية خلال مرحلة ما بعد النشر. ويمكن أن يوفر التواصل المنتظم نظام دعم وفرصة لمناقشة التجارب والتحديات والمخاوف المشتركة.</p> <p>4- التحدث مع الرفيق والزوج: قد تكون المشاركة في محادثة مفتوحة مع الرفيق والزوج عن الأحداث والتجارب التي وقعت خلال البعثة أمراً مفيداً. ويمكن أن تساعد مشاركة الأفكار والمشاعر والمخاوف مع أفراد محل ثقة في معالجة المشاعر وتيسير عملية إعادة الاندماج.</p>

<p>مساعدة الأفراد في إجراء فحوصات الصحة النفسية: يتعين على المسؤول الطبي و/أو متخصص العلاج النفسي مساعدة الأفراد النظاميين في الخضوع لفحوصات الصحة النفسية الموصى بها. ويشمل ذلك تيسير عملية الفحص، وتقديم التوجيهات، ومعالجة أي مخاوف أو أسئلة قد تخطر ببال الشخص.</p>	<p>1- تقييم الضغوط التي يتعرض لها الأفراد وتأثيراتها: يتعين على المسؤول الطبي/المتخصص النفسي العام/متخصص العلاج النفسي إجراء تقييمات للوقوف على أي دليل على معاناة الفرد من ضغوط وتأثيراتها في صحته النفسية. ويساعد هذا التقييم في تحديد الأفراد الذين قد يحتاجون إلى مزيد من الدعم أو التدخل.</p> <p>2- توعية الأسر بمشكلات الصحة النفسية وكيفية التعامل معها: من الضروري تقديم التوعية والدعم لأسر الأفراد النظاميين فيما يتعلق بالمشكلات النفسية بعد انتهاء النشر. ويمكن أن يتضمن ذلك تنظيم جلسات إعلامية أو توفير موارد تساعد الأسر في فهم التحديات المحتملة وكيفية التعامل معها أثناء عملية إعادة الاندماج.</p>	<p>المسؤول الطبي/المتخصص النفسي العام/متخصص العلاج النفسي من البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة</p>	<p>2-3</p>
<p>مناصرة إجراء التقييمات والتقدير والتأكد من ذلك: يتعين على قائد الكتيبة مناصرة إجراء الأفراد النظاميين للتقييمات والتقدير الموصى بها والتأكد من قيامهم بذلك على النحو المقترح في الملحق الثاني. ويشمل ذلك تيسير العملية، والتنسيق مع السلطات المعنية، وتأكيد أهمية المشاركة في هذه التقييمات.</p>	<p>1- مناصرة تعزيز القدرة على التحمل النفسي: يتعين على قائد الكتيبة مناصرة التعزيز المستمر للقدرة على التحمل النفسي التي يكتسبها الأفراد أثناء تنفيذهم عملية النشر. ويمكن أن يشمل ذلك تعزيز الأنشطة والمبادرات التي تدعم السلامة النفسية، مثل ممارسة التمارين البدنية، والحصول على قسط كافٍ من الراحة، والترفيه، وتمرين تشكيل الفرق.</p> <p>2- تطبيع المناقشات بشأن مشكلات الصحة النفسية: يتعين على قائد الكتيبة تعزيز المناقشات التي تعمل على تطبيع مشكلات الصحة النفسية داخل الوحدة. ويشعر الأفراد براحة أكبر في طلب المساعدة إذا لزم الأمر من خلال توفير بيئة داعمة يتم فيها تشجيع إجراء محادثات مفتوحة بشأن الصحة النفسية والتخلص من وصمة العار.</p>	<p>قائد الكتيبة من البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة</p>	<p>3-3</p>

<p>1- الوعي بالتغيرات التي تطرأ على السلوك: يتعين على الزوج/أفراد الأسرة أن يكونوا على دراية بالتغيرات المحتملة التي قد تطرأ على سلوك الأفراد النظاميين نتيجة التعرض لمختلف الضغوط أثناء البعثة. ويتعين عليهم ملاحظة أي تغيرات غير تكيفية مستمرة تطرأ على السلوك أو الحالة المزاجية أو الأداء والانتباه إلى ظهور علامات تدل على المعاناة من الضيق أو مشكلات الصحة النفسية المحتملة.</p> <p>2- إبلاغ سلطات الوحدة بالتغيرات: إذا لاحظ الزوج/أفراد الأسرة أي تغيرات غير تكيفية مستمرة أو مخاوف كبيرة فيما يتعلق بسلامة الأفراد النظاميين، فيُوصى بأن يطلبوا من أزواجهم التماس الرعاية الطبية أو المشورة من مرشد روحي أو رفيق.</p> <p>3- تيسير التواصل مع رفاق الوحدة: يمكن للزوج أو أفراد الأسرة أداء دور حاسم في مساعدة الأفراد النظاميين في البقاء على اتصال مع رفاقهم في الوحدة. ويمكن لتشجيع الجنود على التواصل مع زملائهم الذين مروا بتجارب مشابهة خلال البعثة وتيسير ذلك أن يوفر لهم شبكة دعم قيمة ويساعدهم في إعادة الاندماج.</p>	<p>السماح بالراحة والتعافي: يجب على الزوج/أفراد الأسرة أن يفهموا أن الأفراد النظاميين بحاجة إلى الراحة والتعافي بعد النشر. ويتعين عليهم أن يتجنبوا إثقال كاهلهم بالمسؤوليات المنزلية الاعتيادية فور عودتهم وأن يوفرُوا لهم الوقت والمساحة اللازمين للتكيف والتعافي (راجع الملحقين الثالث والرابع).</p>	<p>الزوج/الأسرة</p>	<p>4-3</p>
<p>1- جمع البيانات وتحليلها: ينبغي لوحدة الحوكمة السريرية التابعة لقسم إدارة الرعاية الصحية والسلامة والصحة المهنية جمع البيانات الكمية من الوحدات فيما يتعلق بمشكلات الصحة النفسية والمعلومات ذات الصلة. وينبغي تحليل هذه البيانات بصفة سنوية لتحديد التوجّهات والأنماط السائدة ومستوى معرفة مبادئ الصحة النفسية وكيفية استخدام الموارد المقدّمة.</p> <p>2- إبلاغ الدول الأعضاء والوحدات: ينبغي إبلاغ الدول الأعضاء والوحدات المشاركة بالنتائج المستخلصة من تحليل البيانات.</p> <p>3- الاستفادة من النتائج لتعديلات الاستراتيجية: ينبغي الاستفادة من المعلومات والرؤى المكتسبة من تحليل البيانات لإجراء تعديلات واقتراحات جديدة على استراتيجية الصحة النفسية. إذ يضمن ذلك أن تظل الاستراتيجية محدّثة وذات صلة وقادرة على استيفاء الاحتياجات ومواجهة التحديات المتطورة التي تواجه الأفراد النظاميين خلال دورة النشر.</p>	<p>1- جمع البيانات وتحليلها: ينبغي لوحدة الحوكمة السريرية التابعة لقسم إدارة الرعاية الصحية والسلامة والصحة المهنية جمع البيانات الكمية من الوحدات فيما يتعلق بمشكلات الصحة النفسية والمعلومات ذات الصلة. وينبغي تحليل هذه البيانات بصفة سنوية لتحديد التوجّهات والأنماط السائدة ومستوى معرفة مبادئ الصحة النفسية وكيفية استخدام الموارد المقدّمة.</p> <p>2- إبلاغ الدول الأعضاء والوحدات: ينبغي إبلاغ الدول الأعضاء والوحدات المشاركة بالنتائج المستخلصة من تحليل البيانات.</p> <p>3- الاستفادة من النتائج لتعديلات الاستراتيجية: ينبغي الاستفادة من المعلومات والرؤى المكتسبة من تحليل البيانات لإجراء تعديلات واقتراحات جديدة على استراتيجية الصحة النفسية. إذ يضمن ذلك أن تظل الاستراتيجية محدّثة وذات صلة وقادرة على استيفاء الاحتياجات ومواجهة التحديات المتطورة التي تواجه الأفراد النظاميين خلال دورة النشر.</p>	<p>وحدة الحوكمة السريرية التابعة لقسم إدارة الرعاية الصحية والسلامة والصحة المهنية في المقر الرئيسي للأمم المتحدة.</p>	<p>5-3</p>

6 تنفيذ استراتيجية الصحة النفسية في البعثة

يتناول هذا القسم بالتفصيل مختلف آليات تقديم الدعم للأفراد النظاميين في مجال الصحة النفسية. وقد تم تحديد الأدوار والمسؤوليات لمختلف الأفراد النظاميين ويمكن تعديلها لاستيفاء متطلبات الدول الأعضاء.

ويتوفر مخطط سير عمل في هذا القسم لبعض السيناريوهات الافتراضية. ومع ذلك، فعند مواجهة سيناريو غير مألوف، تقع مسؤولية صياغة سير العمل على عاتق فرق الاستجابة للصحة النفسية التابعة للبلدان المساهمة بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة والبعثة بالتشاور مع فريق الصحة النفسية في البعثة ووحدة الحوكمة السريرية التابعة لقسم إدارة الرعاية الصحية والسلامة والصحة المهنية في المقر الرئيسي للأمم المتحدة.

1-6 دعم الصحة النفسية للأفراد النظاميين في الوحدة

الجدول 4

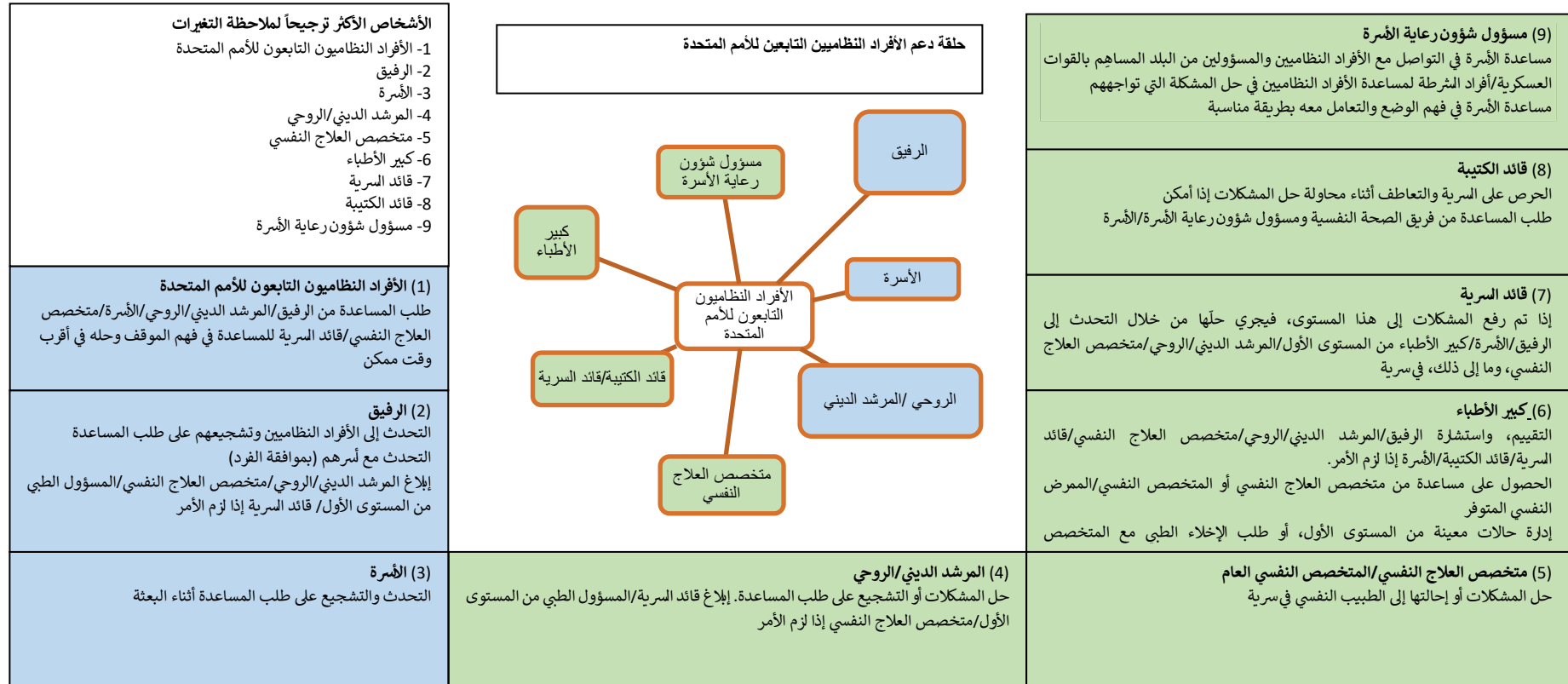
الأدوار المنوطة في تقديم دعم الصحة النفسية للأفراد النظاميين في الوحدة

<p>(2) المتخصص النفسي/الممرض النفسي</p> <p>1- تقديم الدعم المتخصص للمتخصص للمتخصص النفسي العام/متخصص العلاج النفسي/المسؤول الطبي من المستوى الأول من البلدان المساهمة بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة</p> <p>2- مساعدة البلدان المساهمة بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة في تنظيم برامج التوعية/الإرشاد الخاصة بالصحة النفسية</p> <p>3- تقديم الرعاية النفسية المتخصصة وإسداء المشورة بشأن العودة إلى العمل</p>	<p>(1) قائد الكتيبة/قائد السرية</p> <p>1- منصرة الصحة والسلامة النفسية الإيجابية</p> <p>2- الحث على الإبلاغ المبكر عن التغيرات التي تطرأ على الصحة النفسية</p> <p>3- منصرة بناء القدرة على التحمل النفسي/مهارات التكيف الملائمة</p> <p>4- التواصل لتبديد وصمة العار المتعلقة بالصحة النفسية</p> <p>5- إجراء تفاعلات ربع سنوية مع فريق الصحة النفسية</p>	<p>(6) الأمر</p> <p>1- البقاء على تواصل مستمر مع الأفراد النظاميين قدر الإمكان</p> <p>2- التعامل بحكمة وروية مع أي نقاشات قد تجلب توتراً</p> <p>3- التحدث مع الأفراد النظاميين عن أي تغيرات ملحوظة نظراً على السلوك</p>
<p>الأفراد النظاميون</p>		
<p>(3) مرشد ديني/روحي</p> <p>1- منصرة الأخلاق الحميدة</p> <p>2- الاتصاف بالإصغاء الفعال</p> <p>3- منصرة الصحة والسلامة النفسية الإيجابية</p> <p>4- تبديد وصمة العار المتعلقة بمشكلات الصحة النفسية</p> <p>5- توفير الدعم عند الحاجة</p> <p>6- مساعدة الأفراد النظاميين في العثور على المساعدة من المستوى المناسب (بموافقة)</p> <p>7- حضور الاجتماعات ربع السنوية لفريق الصحة النفسية</p> <p>8- التدريب والإطلاع على كيفية التعرف على علامات الصحة النفسية وأعراضها والإحالة بطريقة مناسبة</p>	<p>(4) متخصص العلاج النفسي/المتخصص النفسي العام</p> <p>1- إجراء تقييمات الصحة النفسية بصورة منتظمة على النحو الذي تقترحه الأمم المتحدة و/أو وفقاً لبروتوكولات البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة</p> <p>2- إجراء التدخلات بعد الحوادث الحرجة</p> <p>3- تقديم الدعم النفسي عند رغبة الأفراد النظاميين التابعين للأمم المتحدة</p> <p>4- العمل على زيادة الوعي بالصحة النفسية</p> <p>5- حضور الاجتماعات ربع السنوية لفريق الصحة النفسية</p>	<p>(5) مسؤول طبي من المستوى الأول</p> <p>1- إجراء تقييمات الصحة النفسية بصورة منتظمة على النحو الذي تقترحه الأمم المتحدة و/أو وفقاً لبروتوكولات البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة</p> <p>2- نشر الوعي فيما يتعلق بالصحة والسلامة النفسية</p> <p>3- تبديد وصمة العار المتعلقة بالصحة النفسية</p> <p>4- تقييم الأعراض والعلامات السلوكية الشائعة ومعالجتها</p> <p>5- إدارة الاضطرابات الناجمة عن تعاطي المخدرات، التي تقتصر على التسمم الحاد والاستخدام الضار</p> <p>6- مناقشة حالات الصحة النفسية مع متخصص نفسي/ممرض نفسي من المستوى الثاني/الثالث</p> <p>7- حضور الاجتماعات ربع السنوية لفريق الصحة النفسية</p>
<p>فريق الصحة النفسية من البلد المساهم بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة</p> <p>(1) مرشد ديني/روحي، (2) المتخصص النفسي العام/متخصص العلاج النفسي، (3) مسؤول طبي من المستوى الأول، (4) قائد السرية، (5) قائد الكتيبة</p>		

2-6 كيفية التعامل مع التغير المستجد في سلوك الأفراد النظاميين

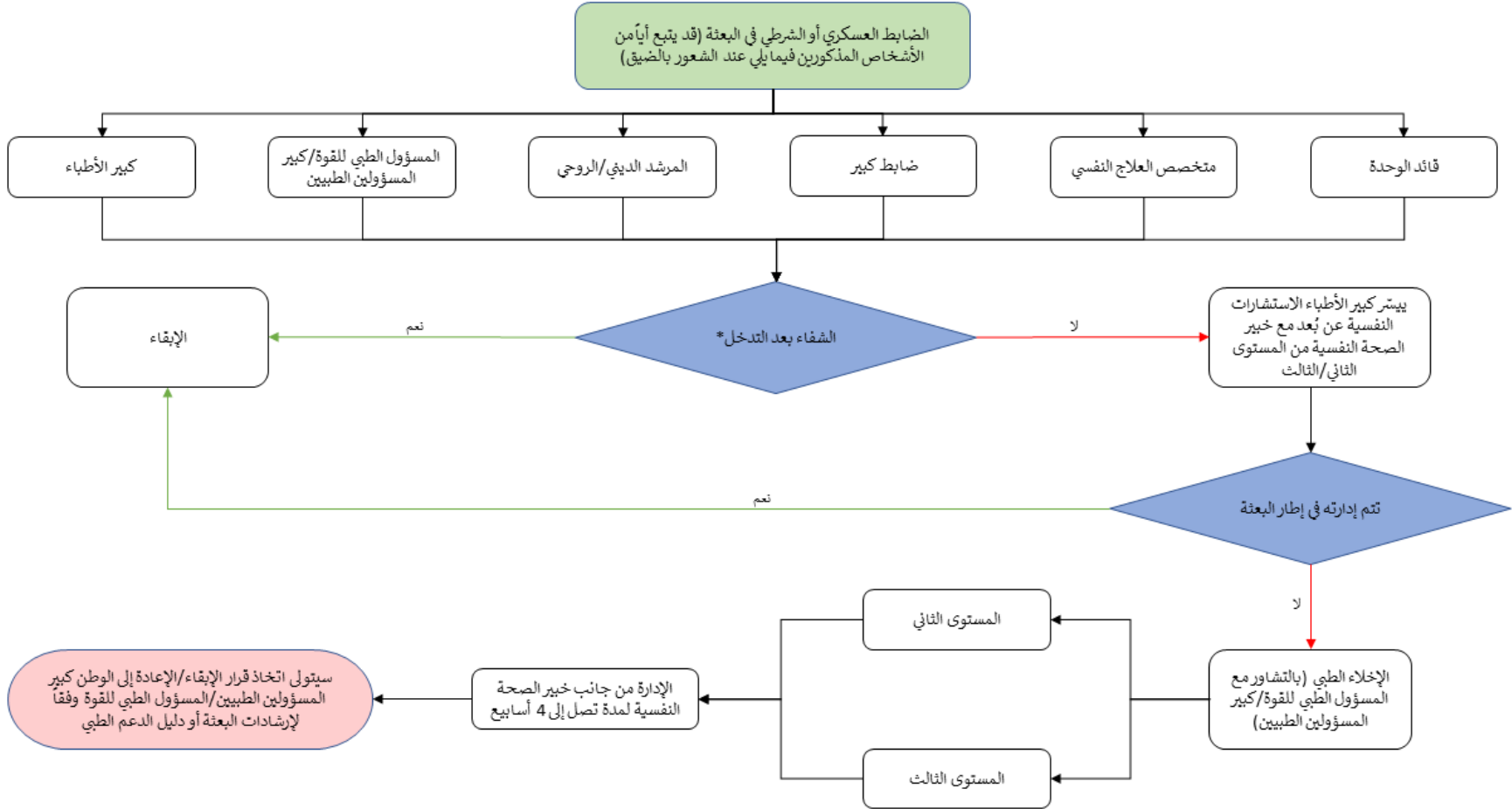
عندما يطرأ أي تغير مستجد على سلوك أحد الأفراد النظاميين، من المرجح أن يلاحظه المقربون من الفرد المعني. وترد فيما يلي الإجراءات التي يتعين على كل شخص اتخاذها في حالة ملاحظة مثل هذا الأمر. ومن شأن هذه الإجراءات أن تؤدي إلى حدوث تدخل مبكر، ومن ثم ضمان تحقيق نتائج أفضل للصحة النفسية للأفراد النظاميين.

الشكل 1. كيفية التعامل مع التغير المستجد في سلوك الأفراد النظاميين



3-6 وسيلة الإبلاغ عن مشكلات الصحة النفسية وإدارتها في البعثة للضباط العسكريين وضباط الشرطة التابعين للبعثة

الشكل 2

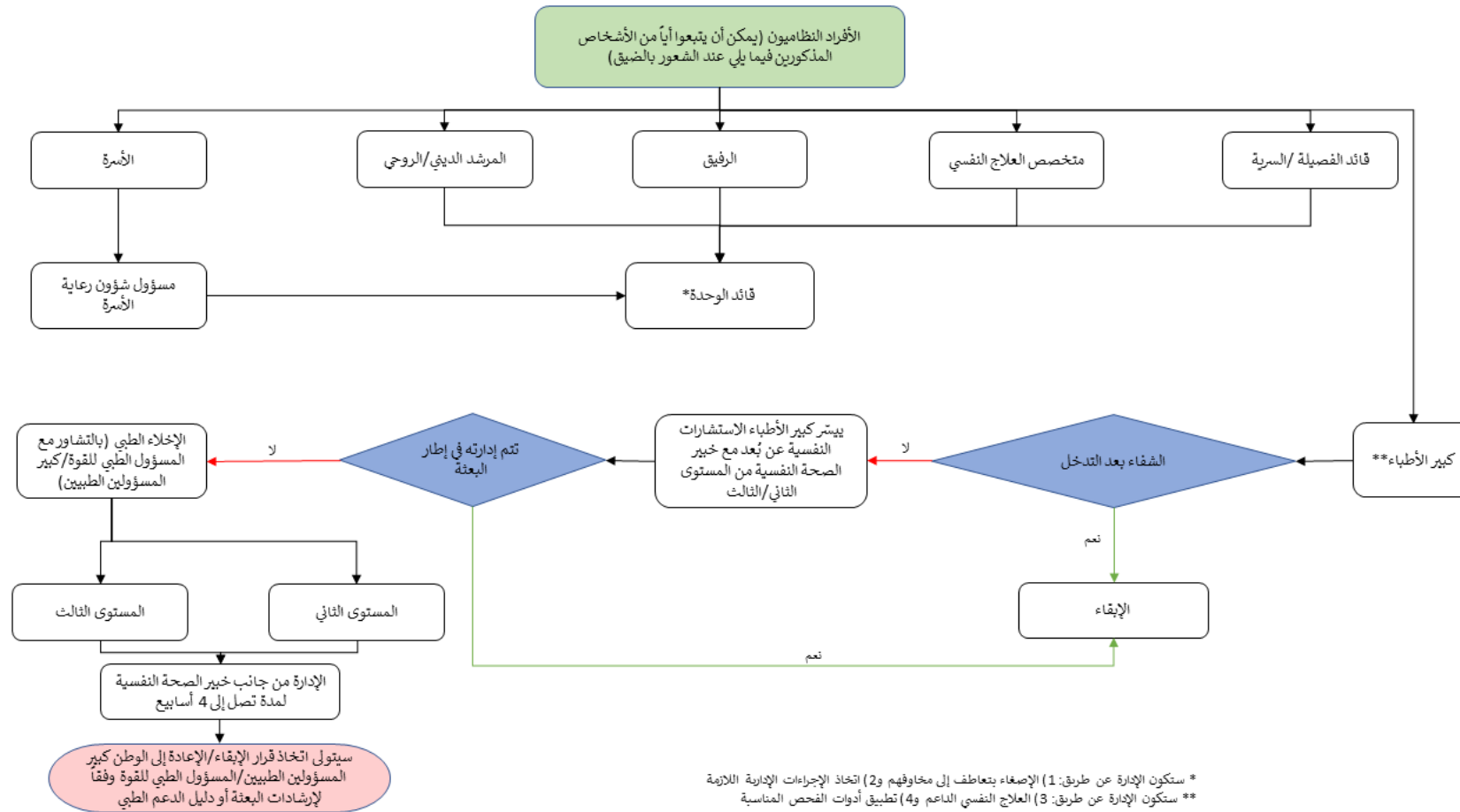


* ستكون الإدارة عن طريق:
 (1) الإصغاء بتعاطف إلى مخاوفهم و(2) اتخاذ الإجراءات الإدارية اللازمة
 و(3) العلاج النفسي الداعم و(4) تطبيق أدوات الفحص المناسبة

ينبغي إدارة معظم مشكلات الصحة النفسية وفقاً لإرشادات دليل الدعم الطبي. وبمجرد تحسّن حالة الفرد واستقرارها، فإن قرار إبقائه من إعادته إلى وطنه ينبغي أن يتبع الإرشادات القائمة. ويوضح المخطط السابق الإجراءات التي ينبغي لأصحاب المصلحة المختلفين اتخاذها عند إبلاغهم عن تعرّض أحد الأفراد النظاميين لمشكلة تتعلق بالصحة النفسية. وينبغي أولاً دعم المسؤول لفهم المشكلة وحلها في مكان العمل.

4-6 وسيلة الإبلاغ عن مشكلات الصحة النفسية وإدارتها في البعثة للأفراد النظاميين

الشكل 3



نظراً لاختلاف وسائل الإبلاغ بالنسبة للأفراد النظاميين الأدنى رتبةً من الضباط، من المستحسن استخدام مخطط سير عمل منفصل. ويمكن تعديله وتكييفه وفقاً لمتطلبات الكتابة. ومع ذلك، فإن المخطط السابق يهدف إلى توضيح المسار الذي يُفترض أن تسلكه المعلومات بين مختلف أصحاب المصلحة. وينبغي إطلاع الفرد على حالته الصحية والتأثيرات المحتملة لأي إجراءات يجري اتخاذها، وذلك حين تسمح حالته بذلك.

5-6 وسيلة الإبلاغ عن مشكلات الصحة النفسية وإدارتها في البعثة بعد وقوع حادث خطير/واقعة قد تسبب صدمة

حادث خطير/واقعة قد تسبب صدمة هي حدث غير متوقع يمكن أن يُثير ردود فعل عاطفية شديدة وقد يتداخل مع قدرة الفرد على العمل بطريقة مناسبة. وعادةً ما تشمل هذه الأحداث الأفراد الذين يَمْرُون أو يشهدون أو يواجهون حدثاً عصبياً واحداً، أو حدثاً ممتداً، أو سلسلة أحداث تقع مع مرور الوقت. وهي قد تتضمن الموت الفعلي أو التهديد بالموت أو التعرّض لإصابة خطيرة أو تهديد السلامة الجسدية للذات أو الغير. وتشمل الأمثلة على واقعة قد تسبب صدمة موت أحد أفراد الوحدة أو انتحاره، ومشاهدة جرائم حرب، والتعرّض لانتهاكات حقوق الإنسان.

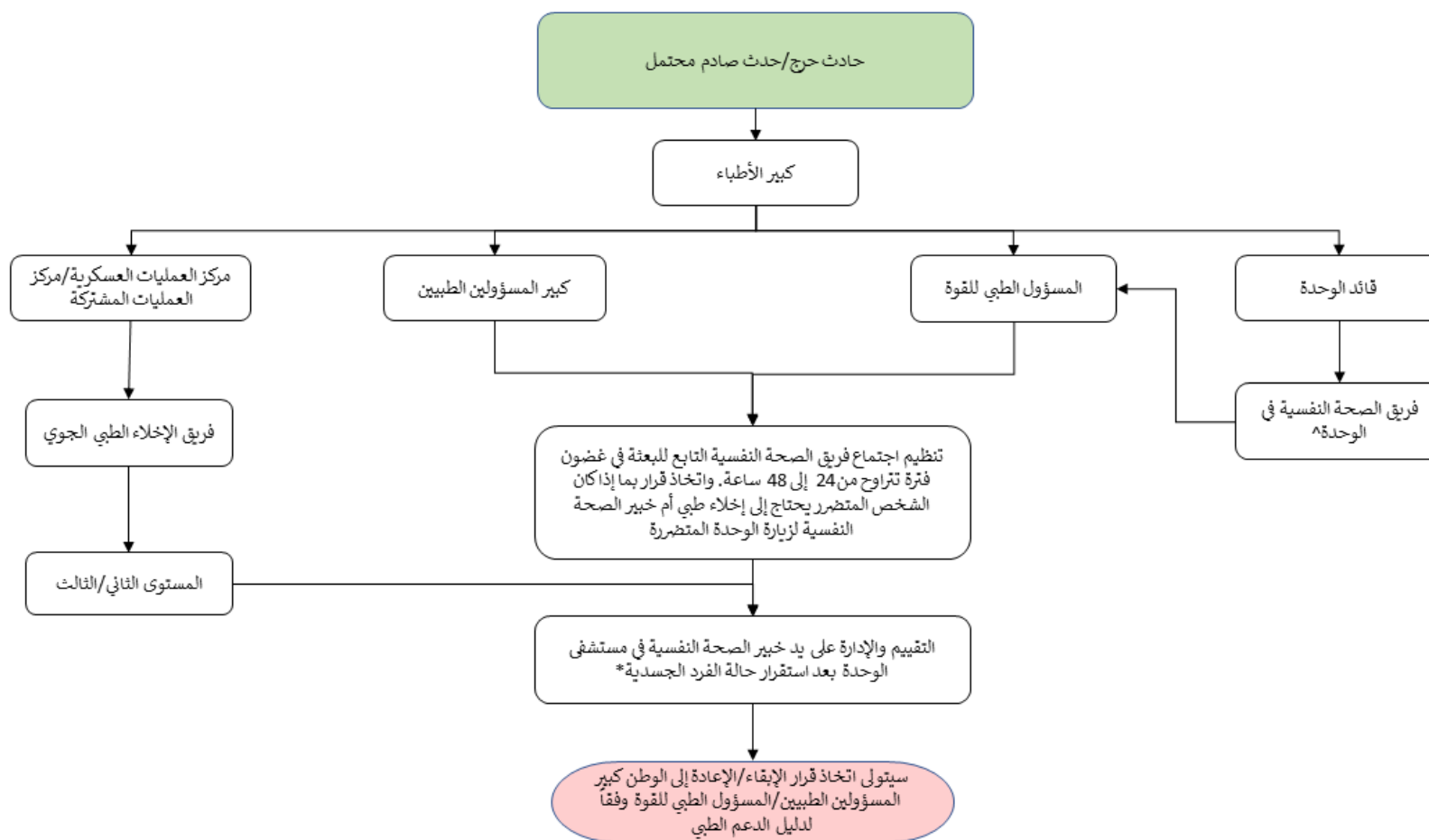
الأشخاص الذين قد يحتاجون إلى مساعدة بشأن الصحة النفسية في حالة وقوع حادث خطير

أ المتأثرون بصورة مباشرة

ب رجال الإنقاذ/المساعدون

ج المتأثرون بصورة غير مباشرة

د الأشخاص الذين كان من الممكن أن يتأثروا بالحادث الخطير



٨ يقيم فريق الصحة النفسية في الوحدة الوضع ويطلب المساعدة من خبراء الصحة النفسية * 1) تحديد الأشخاص الذين قد يحتاجون إلى المساعدة و2) إجراء الفرض النفسي و3) مساعدة فريق الصحة النفسية في الوحدة في إدارة الحالات في الموقع و4) احتمال التوصية بالإخلاء الطبي عند الضرورة

7 بروتوكول الفحص

يوفر الملحق الثاني باستراتيجية الصحة النفسية للأفراد النظاميين أدوات الفحص ويقدم وصفاً شاملاً وتفسيراً مستفيضاً للأدوات الواردة في الجدولين 5 و6.

1-7 أدوات الفحص

تهدف أدوات الفحص المتعلقة بالصحة النفسية إلى تحديد التغيرات المبكرة في السلوك/الحالة المزاجية/السلامة النفسية. ويمكن أن تشير عند رصدها إما إلى ضغوط نفسية أو مراحل مبكرة للاضطراب النفسي. وقد يكون الأفراد النظاميون من خلال الإدارة الذاتية لهذه الأدوات على فترات منتظمة أكثر انفتاحاً لمناقشة أي مشكلات نفسية قد تواجههم والسعي إلى الحصول على الدعم في الوقت المناسب. ويجب على خبير الصحة النفسية أو المسؤول الطبي تقديم هذه الأدوات للأفراد النظاميين. ويؤدي ذلك إلى تهدئة المخاوف المتعلقة بمعالجة مشكلات الصحة النفسية. وقد أثبتت أدوات الفحص المقترحة فعاليتها على مستوى العديد من المناطق الثقافية والجغرافية، وهي متوفرة بالعديد من اللغات ولا تتطلب أي تكاليف إضافية.

الجدول 5 أدوات الفحص

اللغات	الوقت المستغرق للإدارة	الأدوات
الأفريقية، العربية، البنغالية، الصينية، الإنجليزية، الفرنسية، الألمانية، الهندية، الإندونيسية، الكورية، المالايالامية، الماليزية، الماراثية، البرتغالية، البنجابية، الروسية، الصربية، الإسبانية، السواحلية، التاميلية، التايلاندية، الأوكرانية	10 دقائق	PHQ 9 استبيان صحة المريض
العربية، البنغالية، الصينية، الإنجليزية، الفرنسية، الألمانية، الهندية، الإندونيسية، الكورية، المالايالامية، الملايوية، الماراثية، المنغولية، النيبالية، الفارسية، البرتغالية، البنجابية، الروسية، الصربية، السنهالية، الصومالية، الإسبانية، التاميلية، التايلاندية، التركية، الأوكرانية، الأردية، الفيتنامية	3 دقائق	AUDIT-C اختبار موجز لتحديد الاضطرابات الناجمة عن تعاطي الكحول
العربية، الصينية، الإنجليزية، الفلبينية، الفرنسية، البرتغالية، الروسية، الإسبانية، التايلاندية، الأردية	5 دقائق	WHO 5 مؤشر السلامة
العربية، الكمبودية، الصينية، الإنجليزية، الفرنسية، الإسبانية، الهندية، الكورية، الفيتنامية	10 دقائق	PCL-5 القائمة المرجعية لاضطراب الضغط اللاحق للصدمة وفقاً للدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية، الطبعة الخامسة (DSM-5)
الأفريقية، العربية، البنغالية، السيبونو، الصينية، الإنجليزية، الفلبينية، الفرنسية، الهندية، الإندونيسية، الكورية، المالايالامية، الماليزية، الماراثية، البرتغالية، البنجابية، الإسبانية، التاميلية، التايلاندية، التركية، الأوكرانية، الأردية	5 دقائق	GAD-7 اضطراب القلق العام
العربية، البهاسا، البنغالية، الصينية، الإنجليزية، الفلبينية، الفرنسية، الألمانية، الهندية، الإندونيسية، الكورية، المالايالامية، المنغولية، الماراثية، النيبالية، الصربية، السنهالية، البرتغالية، البنجابية، الإسبانية، التاميلية، التايلاندية، الفيتنامية	10 دقائق	DASS 21 مقياس الضغط الناجم عن الاكتئاب والقلق

العربية، البنغالية، الكانتونية، الإنجليزية، الفرنسية، الماندرينية، الإسبانية، الخوسا، اليوروبا، الزولو	5 دقائق	AIS مقياس الأرق في أثينا
العربية، الصينية، الإنجليزية، الفرنسية، الألمانية، البرتغالية، الإسبانية، الصربية، الأردنية	5 دقائق	BRS المقياس الموجز للقدرة على التحمل

2-7 جدول الفحص

يتمثل الهدف من جدول الفحص التالي في أن يكون بمنزلة دليل للبلدان المساهمة بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة. ويمكن أن يختلف تبني الدول الأعضاء له بما يتوافق مع تفضيلاتها ومدى توفره باللغة الخاصة بأفرادها النظاميين.

وتشمل المخاوف التي يتعين على القيادة والعاملين في المجال الطبي تبديدها قبل طرح هذه الأدوات على القوات العسكرية ما يلي:

- الخصوصية والسرية بشأن فحوصات الصحة النفسية، وأي تأثير محتمل في حياة الأفراد المهنية أو مهامهم المستقبلية
- تباين السياقات الثقافية أو المهنية الذي قد يولد شكوكاً أو حتى معارضة في بعض الأحيان
- الشكوك بشأن توفر الموارد الكافية أو إجراءات المتابعة أو خيارات العلاج
- توضيح أن أدوات الفحص لا تقدم تشخيصاً رسمياً. وإنما تحدد العلامات والأعراض، ما يستدعي استشارة متخصص صحي مؤهل لإجراء تقييم أعمق في حالة ارتفاع درجة النتيجة.

الجدول 6
جدول الفحص

ما بعد النشر حتى نهاية:					من النشر حتى نهاية:					ما قبل النشر	الأدوات الموصى بها
العام					الشهر الأول	الربع			الشهر الأول		
الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الأول		الرابع	الثالث	الثاني			
لا	لا	لا	لا	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	PHQ 9 استبيان صحة المريض
لا	لا	لا	لا	نعم	نعم	نعم	لا	لا	نعم	نعم	مؤشر السلامة 5 WHO
نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	AIS مقياس الأرق في أئينا
نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	لا	نعم	لا	لا	لا	لا	PCL-5 القائمة المرجعية لاضطراب الضغط اللاحق للصدمة وفقاً لدليل DSM-5
نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	لا	لا	نعم	لا	GAD-7 اضطراب القلق العام
نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	لا	DASS 21 مقياس الضغط الناجم عن الاكتئاب والقلق
نعم	نعم	نعم	نعم	نعم	عندما تتم الإشارة إلى ذلك					لا	AUDIT-C اختبار موجز لتحديد الاضطرابات الناجمة عن تعاطي الكحول
لا					نعم	نعم	لا	لا	لا	نعم	BRS المقياس الموجز للقدرة على التحمل

حرف Y في النسخة الإنجليزية يعني "نعم"، وحرف N في النسخة الإنجليزية يعني "لا"

تخضع الأدوات سالفة الذكر للإدارة الذاتية ويمكن للأفراد النظاميين إكمالها بصورة مستقلة. ومع ذلك، يُوصى بإجرائها تحت إشراف كبير الأطباء في الوحدة أو أفراد الطاقم الطبي المساعد. ويمكن إدارة هذه الأدوات في بيئة يجري فيها ضمان خصوصية الأفراد النظاميين. ويُوصى بها لإجراء تقييم منتظم للأفراد النظاميين أو عند الإبلاغ عن صعوبات نفسية.

8 معرفة مبادئ الصحة النفسية والتدريب عليها

يوفر الملحق الثالث باستراتيجية الصحة النفسية مجموعة موارد شاملة للتدريب على الصحة النفسية ومعرفة مبادئها والمُعَدَّة لتعزيز سلامة الأفراد النظاميين في بعثات حفظ السلام وقدرتهم على التحمل. ويوضح الجدول 7 التالي الدورات التدريبية الموصى بها للأفراد النظاميين، بما يشمل المواعيد والجمهور المستهدف. ويمكن للدول الأعضاء تعديل خطة البرنامج التدريبي وفقاً لمتطلباتها الخاصة.

الجدول 7

جدول معرفة مبادئ الصحة النفسية والتدريب عليها

أثناء النشر			ما قبل النشر			التدريب
الجمهور	مقدم الخدمة	الجدول	الجمهور	مقدم الخدمة	الجدول	
كبير الأطباء/المسؤول الطبي/متخصص العلاج النفسي/المتخصص النفسي العام	المراجعة الذاتية	الربع الثاني	كبير الأطباء/المسؤول الطبي/متخصص العلاج النفسي/المتخصص النفسي العام	خبير الصحة النفسية	قبل أسبوعين من النشر	الإسعافات الأولية للتوتر
نفس الشخص الذي تم تدريبه مسبقاً	كبير الأطباء/المسؤول الطبي/خبير الصحة النفسية	الربع الثاني	فرد واحد على الأقل من الأفراد النظاميين لكل فصيلة	كبير الأطباء/المسؤول طبي/خبير الصحة النفسية	قبل أربعة أسابيع من النشر	الإسعافات الأولية النفسية
المراجعة بما يناسب الفرد			كبير الأطباء/المسؤول الطبي/خبير الصحة النفسية	التعلم الذاتي	قبل أسبوعين من النشر	إدارة المشكلات المتقدمة
جميع الأفراد	المراجعة الذاتية وكبير الأطباء/خبير الصحة النفسية	كل ربع عام	جميع الأفراد	خبير الصحة النفسية/المسؤول الطبي	قبل أربعة أسابيع من النشر	التوعية بالصحة النفسية؛ التدريب على القدرة على التحمل النفسي
المرشد الديني/الروحي/رجل الدين	المراجعة الذاتية أو بالتشاور مع كبير الأطباء/خبير الصحة النفسية	كل ربع عام	المرشد الديني/الروحي/رجل الدين	خبير الصحة النفسية/المسؤول الطبي	قبل أربعة أسابيع من النشر	تدريب المرشد الديني/الروحي
جميع الأفراد	ذاتياً أو تحت إشراف مدرب	يجب ممارستها بانتظام	جميع الأفراد	خبير من دولة من الدول الأعضاء	قبل أربعة أسابيع من النشر	التدريب على الاسترخاء بطرق مختلفة
كبير الأطباء/المسؤول الطبي/خبير الصحة النفسية	التعلم الذاتي	الربع الأول	لا ينطبق	لا ينطبق	لا ينطبق	فجوة الصحة النفسية؛ تدريب تنظمه منظمة الصحة العالمية
جميع الأفراد	خبير الصحة النفسية/كبير الأطباء	الربع الأول	لا ينطبق	لا ينطبق	لا ينطبق	التدريب/التوعية بشأن الوقاية من الانتحار
لا ينطبق	لا ينطبق	لا ينطبق	جميع الأفراد النظاميين	كبير الأطباء في الوحدة	قبل أربعة أسابيع من النشر	التدريب/التوعية بطرق تحمّل الانفصال عن الأسرة للأفراد النظاميين
جميع الأفراد	كبير الأطباء	الربع الأخير	لا ينطبق	لا ينطبق	لا ينطبق	التدريب/التوعية بطرق إعادة الاندماج مع الأسرة للأفراد النظاميين
أسرة الأفراد النظاميين	ضابط/مسؤول شؤون رعاية الأسرة في الوحدة في الموقع الرئيسي للوحدة	الربع الأخير	لا ينطبق	لا ينطبق	لا ينطبق	التدريب/توعية الأسرة بشأن إعادة الاندماج

BD: قبل النشر؛ C-FWO: مسؤول شؤون رعاية الأسرة في الوحدة، C-SMO: كبير الأطباء في الوحدة، MO: المسؤول الطبي، MHE: خبير الصحة النفسية، NA: لا ينطبق، SMO: كبير الأطباء، WHO: منظمة الصحة العالمية، UP: الأفراد النظاميون