الملحق الخامس

استراتيجية الصحة النفسية

نهج مراعٍ للمنظور الجنساني تجاه الصحة النفسية للأفراد النظاميين

المحتويات

المحتويات 2
مسرد المصطلحات 3
1 النوع الاجتماعي والصحة النفسية في بيئات حفظ السلام التابعة للأمم المتحدة 4
مقدّمة 4
النساء في عمليات حفظ السلام التابعة للأمم المتحدة 4
استيفاء الاحتياجات الخاصة بالنساء 5
تأثير إهمال التحديات الخاصة بالنوع الاجتماعي 5
2 ديناميكيات النوع الاجتماعي في بيئات حفظ السلام 5 .....
3 أعباء النوع الاجتماعي لدى الأفراد النظاميين 6
الأفراد النظاميون من النساء 6
الأفراد النظاميون من الرجال 7
4 تطبيق نهج مراعٍ للنوع الاجتماعي على الصحة النفسية في عمليات حفظ السلام 7
الرؤى الأساسية 7
استراتيجيات قابلة للتنفيذ 8
5 قصص النجاح 8
6 توصيات 9
7 الخلاصة والتطلعات المستقبلية 10
8 المراجع 10

مسرد المصطلحات

النوع الاجتماعي

يشير إلى السمات الاجتماعية والفرص المرتبطة بكون الفرد ذكراً أو أنثى، والعلاقات بين الرجال والنساء والفتيان والفتيات. وهذه السمات والفرص والعلاقات هي نتاج تفاعلات اجتماعية وتُكتسب من خلال التنشئة الاجتماعية. فهي مرتبطة بالسياق والزمان وقابلة للتغير. ويحدد النوع الاجتماعي الأمور المتوقّعة من الرجل أو المرأة وما يُسمح به لهما وما يعد ذا قيمة لهما في سياق معين. وتوجد فوارق وعدم مساواة بين الرجل والمرأة في معظم المجتمعات في توزيع المسؤوليات المنوطة، والأنشطة التي ينفذونها، والوصول إلى الموارد والتحكم فيها، فضلاً عن فرص المشاركة في اتخاذ القرارات. ويشكّل النوع الاجتماعي جزءاً من السياق الاجتماعي والثقافي الأوسع نطاقاً. وتشمل المعايير الأساسية الأخرى للتحليل الاجتماعي الثقافي الطبقة الاجتماعية، والعرق، ومستوى الفقر، والجماعة العرقية، والفئة العمرية.

الاستجابة المراعية للنوع الاجتماعي

تشير إلى نهج يراعي احتياجات الأفراد الخاصة والتجارب التي مروا بها والتحديات التي تواجههم ويستجيب لها بناءً على هوياتهم وأدوارهم المتعلقة بالنوع الاجتماعي. وهي تقرّ بأن الأعراف والوظائف والتوقعات المتعلقة بالنوع الاجتماعي تؤثر في طريقة تفاعل الأفراد مع مختلف جوانب المجتمع وإدراكهم لها، بما يشمل الرعاية الصحية والتعليم والعدالة الجنائية والخدمات الاجتماعية.

الصدمة الناجمة عن العنف الجنسي والجنساني

تشمل الصدمة الناجمة عن العنف الجنسي والجنساني مجموعة من الاستجابات العاطفية والنفسية والفسيولوجية التي يمكن أن تنتج عن التعرض لهذا العنف. ويمكن أن تشمل هذه الصدمة أعراضاً مثل اضطراب الضغط اللاحق للصدمة، والاكتئاب، والقلق، والانفصال، وغيرها من التحديات المتعلقة بالصحة النفسية. وقد يواجه الناجون من العنف الجنسي والجنساني مزيجاً معقداً من المشاعر، بما يشمل الخوف والعار والشعور بالذنب والغضب والحزن.

1 النوع الاجتماعي والصحة النفسية في بيئات حفظ السلام التابعة للأمم المتحدة

مقدّمة

يوجد ارتباط وثيق بين النوع الاجتماعي والصحة النفسية في بيئات حفظ السلام التابعة للأمم المتحدة. وتنبع هذه الروابط من التأثير الكبير الذي تحمله العوامل الخاصة بالنوع الاجتماعي في الصحة النفسية للأفراد النظاميين المنتشرين في بعثات الأمم المتحدة. ويتولى الأفراد أدواراً متنوعة، وغالباً ما تؤثر الأعراف أو التوقعات التقليدية المتعلقة بالنوع الاجتماعي في هذه الأدوار. وتتجاوز ديناميكيات النوع الاجتماعي داخل البعثات مجرد الأرقام الإحصائية وتتضمن جوانب مختلفة، تشمل الوظائف والمسؤوليات والتفاعلات بين أفراد البعثة.

غالباً ما يتولى الرجال والنساء أدواراً مختلفة، إذ تتولى النساء في كثير من الأحيان مهام معينة تتعلق بالتعامل مع المجتمعات المحلية واستيفاء الاحتياجات الخاصة بالنوع الاجتماعي. ومع ذلك، فإن هذا النهج المراعي للمنظور الجنساني تجاه المسؤوليات المختلفة يمكن أن يؤدي أيضاً إلى ترسيخ الصور النمطية التي تحدّ من الفرص المتاحة لكلا الجنسين، على حساب فعالية البعثة. ونتيجةً لذلك، يواجه في كثير من الأحيان الأفراد من الرجال والنساء على حد سواء تحديات ومسؤوليات متباينة في الميدان. علاوةً على ذلك، فقد يتعرضون لمواقف تنطوي على العنف الجنسي والجنساني، سواء بصفتهم شهود عيان أو أشخاصاً يتدخلون لمساعدة الضحايا، الأمر الذي قد يخلّف آثاراً عميقة في صحتهم النفسية. ويمكن أن تكون وصمة العار المرتبطة بالصحة النفسية واضحة بوجهٍ خاص في البيئات التي يهيمن عليها الرجال مثل الجيش والشرطة والإصلاحيات، التي قد تثني فيها الصور النمطية المتعلقة بالنوع الاجتماعي الأفراد عن طلب المساعدة أو مناقشة تحديات الصحة النفسية الخاصة بهم بصراحة.

النساء في عمليات حفظ السلام التابعة للأمم المتحدة

يضع الأمين العام للأمم المتحدة تعزيز المشاركة الفعالة للأفراد النظاميين من النساء في مساعي حفظ السلام في صميم اهتماماته، وذلك تماشياً مع استراتيجية المساواة بين الجنسين من الأفراد النظاميين الشاملة التي تتبناها منظومة الأمم المتحدة. وتضع هذه الاستراتيجية، التي تستهدف زيادة تمثيل المرأة بصورة مستدامة في عمليات حفظ السلام التابعة للأمم المتحدة، أهدافاً طموحة لتحقيق ذلك. ويطمح مكتب الشؤون العسكرية التابع لإدارة عمليات السلام إلى رفع نسبة تمثيل المرأة إلى 25% بحلول عام 2028، في الوقت الذي تهدف فيه إدارة الشرطة إلى زيادة نسبة النساء اللاتي يشغلن الوظائف المهنية بطريق الإعارة أو التعاقد في مقر الأمم المتحدة إلى 35% وفي البعثات الميدانية إلى 30% بحلول عام 2028.[1] وقد سعت دائرة العدل والمؤسسات الإصلاحية إلى زيادة تمثيل النوع الاجتماعي إلى ما لا يقل عن 30٪ بحلول عام 2022. وقد حققت إدارة عمليات السلام أهدافها لعام 2022 فيما يتعلق بجميع فئات الأفراد باستثناء الوحدات العسكرية، التي تمثل أكبر عدد من الأفراد والتي شهدت إحراز تقدم أكثر صعوبة نظراً لقلة عدد النساء في القوات المسلحة الوطنية اللاتي يشغلن الأدوار المطلوبة للنشر. ويكشف تقرير قياس الفرص المتاحة للمرأة في عمليات السلام الصادر عن مركز جنيف لحوكمة قطاع الأمن التابع لمركز جنيف للرقابة الديمقراطية على القوات المسلحة أن المساواة بين الجنسين تشكل عنصراً أساسياً لتحقيق سلام مستدام وطويل الأمد فضلاً عن عمليات السلام الملائمة للمستقبل.[2]

مع ذلك، فإن زيادة التمثيل النسائي لن تحقق وحدها المساواة بين الجنسين في عمليات حفظ السلام. وبالإضافة إلى ذلك، يجب أن توفر عمليات حفظ السلام بيئات مواتية وثقافات تنظيمية شاملة لتمكين جميع أفراد بعثات حفظ السلام من تطوير قدراتهم إلى أقصى حد.

وبناءً على ذلك، تُبذَل الجهود أيضاً لتوفير بيئات مواتية للشمولية، على سبيل المثال من خلال تحسين ظروف العمل والمعيشة للنساء المنتشرات وتعزيز آليات الدعم وتقديم التعقيبات الخاصة بهن، مثل الشبكات النسائية، فضلاً عن التدريب والتوجيه المراعي للنوع الاجتماعي لتولي القيادة، على النحو الموضح في المبادئ التوجيهية المنقحة التي وضعها مكتب الشؤون العسكرية بشأن دمج منظور النوع الاجتماعي في عمل العنصر العسكري.

تؤثر المشاركة الفعالة للمرأة في مجال السلام والأمن تأثيراً مباشراً في استدامة السلام.[3] وتساهم القوى العاملة الأكثر شمولية في نهاية المطاف في إنشاء مؤسسة تجسّد مبادئها الأساسية، وتضفي تأثيراً تحولياً إلى المجتمعات التي تعمل فيها، وتجني الفوائد المؤكدة للكفاءة والإنتاجية المستمدة من القوى العاملة التي تتسم بالتنوع في النوع الاجتماعي.

---

[1] *استراتيجية المساواة بين الجنسين من الأفراد النظاميين 2018-2028* (منشور صادر عن الأمم المتحدة).

[2] مركز جنيف *للرقابة الديمقراطية على القوات المسلحة، التقرير العالمي لقياس الفرص المتاحة للمرأة في عمليات السلام: عمليات السلام الملائمة للمستقبل: تعزيز المساواة بين الجنسين لتحقيق سلام مستدام وطويل الأمد* (جنيف، 2022)

[3] راديكا كوماراسوامي، *دراسة عالمية بشأن تنفيذ قرار مجلس الأمن رقم 1325 (2000)* (نيويورك، 2015).

استيفاء الاحتياجات الخاصة بالنساء

يؤكد قرار مجلس الأمن التابع للأمم المتحدة رقم 1325 والقرارات اللاحقة ذات الصلة على مدى الأهمية القصوى لاستيفاء الاحتياجات المحددة للنساء في سياقات النزاعات وحفظ السلام، بما يشمل الاعتبارات المتعلقة بالصحة النفسية. وقد شدّدت سياسات الأمم المتحدة ومبادئها التوجيهية الشاملة، بما فيها نشرة الأمين العام للأمم المتحدة بشأن التدابير الخاصة للحماية من الاستغلال والانتهاك الجنسيين، على حماية سلامة الأفراد النظاميين مع مراعاة التأثير متعدد الأوجه للعوامل المتعلقة بالنوع الاجتماعي بعناية.[4]

لقد اتخذت الأمم المتحدة خطوات استباقية من خلال تقديم برامج شاملة للتدريب والتوعية للأفراد النظاميين. وقد يتناول التدريب موضوعات مثل التعامل مع الضغط، وبناء القدرة على التحمل، والتعرف على بوادر مشكلات الصحة النفسية، على النحو الموضح في برنامج العمل لرأب الفجوة في الصحة النفسية الشامل التابع لمنظمة الصحة العالمية، ولكنّه يمتد أيضاً ليشمل إدارة عمليات السلام، التي نفّذت برامج دعم النظراء في بعض البعثات. وتركز استراتيجية الصحة النفسية للأفراد النظاميين على تنظيم ورش عمل لبناء القدرة على التحمل، وتقليل وصمة العار، والمناصرة، ودعم الأسرة. وحسبما يوضح هذا الملحق، فإن معالجة الضغوطات والتحديات الخاصة بالنوع الاجتماعي التي تؤثر في السلامة النفسية تُعد أمراً بالغ الأهمية. ويجب أن تُعدّ المبادرات لغرس فهم أعمق لحساسية النوع الاجتماعي والتأثير بعيد المدى لديناميكيات النوع الاجتماعي، بما يشمل الصحة النفسية.

تأثير إهمال التحديات الخاصة بالنوع الاجتماعي

تُعد معالجة تحديات الصحة النفسية الخاصة بالنوع الاجتماعي أمراً حيوياً داخل بعثات الأمم المتحدة لحفظ السلام. فهي جزء لا يتجزأ من فعالية البعثة ونجاحها الشامل. إذ يمر كلٌ من الرجال والنساء في البيئات المحفوفة بالتحديات بتجارب ومخاطر فريدة، ما يتطلب اتباع نهج متخصص في الصحة النفسية يراعي الفوارق بين النوع الاجتماعي. ويؤدي إهمال هذه المخاطر إلى ترسيخ الصور النمطية والإضرار بالأداء العملياتي، ما يؤدي إلى تفاقم مشكلات الصحة النفسية.

تواجه النساء، مثلهن مثل الرجال، ضغوطات فريدة من نوعها في هذه الأدوار. ويثبّط تجاهل هذه التحديات أو التقليل من شأنها عند تقديم المشورة والدعم الرغبة في طلب المساعدة ويمكن أن يؤدي إلى تفاقم مشكلات الصحة النفسية، ما يؤثر سلباً في الأفراد وأهداف البعثة على السواء. وتحدّ قلة تولي النساء المناصب القيادية من التنوع في وجهات النظر، ما يعوق الابتكار والقدرة على التكيف. ويعرّض إهمال التوترات المتعلقة بالنوع الاجتماعي السلامة للخطر ويمكن أن يؤدي إلى وقوع حوادث مثل التحرش والاعتداء.

يعوق عدم مراعاة التحديات الفريدة التي تواجه الرجال والنساء أثناء المشاركة المجتمعية فعالية البعثة، ويؤثر في جمع المعلومات، والوساطة في النزاعات، والتعاون. ويؤدي عدم معالجة الفوارق بين الجنسين والعنف إلى زعزعة استقرار البعثات، ما يقوّض أهدافها وغاياتها. ويُعد التعرف على هذه المشكلات والتصدي لها أمراً ضرورياً لتحقيق استقرار البعثة وفعاليتها.

رغم ذلك، فإن تبني نهج مراعٍ للنوع الاجتماعي يُشكّل بارقة أمل محتملة. ويمكن لبعثات حفظ السلام من خلال فعل ذلك توفير بيئة داعمة يشعر فيها جميع أفراد الأمم المتحدة، بغض النظر عن النوع الاجتماعي، بالتقدير وأن أصواتهم مسموعة وأن لديهم القدرة على التأثير. ويعزّز هذا النهج الشامل سلامة الأفراد ويشكل حجر الزاوية لتحقيق التميز في العمل، ما يضمن تهيئة مستقبل أكثر نجاحاً وشمولية وجاذبية لبعثات حفظ السلام.

2 ديناميكيات النوع الاجتماعي في بيئات حفظ السلام

لطالما كان الرجال يهيمنون على بعثات حفظ السلام التابعة للأمم المتحدة في ما مضى، وهو ما يعكس اختلال التوازن بين الجنسين في قطاعي الأمن وخدمات الأفراد النظاميين الأوسع نطاقاً. إلا أن الجهود الحالية تسعى إلى تعزيز مشاركة المرأة، لا سيما في ظل تمثيلها المحدود في الأدوار القيادية والقتالية. ويؤدي هذا الافتقار إلى التنوع إلى تقليل تنوع وجهات النظر والمهارات داخل البعثة.

[4] الأمانة العامة/نشرة الأمين العام/13/2003

أفادت المشاركات في مناقشات مجموعات التركيز التي أجريت في هذه البعثات بأنهن مكلفات بمهام التواصل والمشاركة المجتمعية ومعالجة المشكلات الخاصة بالنوع الاجتماعي، بينما يتولى الرجال في الغالب المهام القتالية والأمنية. ويواجه كلا الجنسين تحديات فريدة: إذ تعاني النساء من التمييز، وعوائق التقدم الوظيفي، والمخاوف المتعلقة بالسلامة. بينما يواجه الرجال، على الجانب الأخر، العبء العاطفي الناجم عن أدوارهم. وقد تزيد الأعراف السائدة المتعلقة بالنوع الاجتماعي، التي تربط الرجولة بالقدرة على الصبر والتحمل، من شدة هذه التحديات المتعلقة بالصحية النفسية. وقد تؤدي مثل هذه الأعراف إلى ردع الرجال عن طلب المساعدة، خوفاً من أن يُنظر إليهم على أنهم ضعفاء. وبالنسبة للنساء، فقد يثبط أكثر من عزيمتهن على طلب الدعم كونهن أقلية، خوفاً من الظهور بمظهر الضعيفة ومن ثم تأكيد الصور النمطية الموجودة.

3 أعباء النوع الاجتماعي لدى الأفراد النظاميين

يواجه كلٌ من الرجال والنساء تحديات مختلفة تفرضها الأعراف المجتمعية والتوقعات والديناميكيات الجوهرية للعمل في مجال النشر. وبالنسبة للنساء، فإن العمل في المجالات التي يهيمن عليها الرجال يعني في كثير من الأحيان مواجهة أشكال صريحة وضمنية للتمييز فضلاً عن استيفاء متطلبات أدوارهن سواء في العمل أو في المنزل. ويعاني الرجال في المقابل من صعوبة التحرر من القيود المرتبطة بالصور النمطية للرجولة، التي يمكن أن تعوق قدرتهم على التعبير عن مشاعرهم وتمنعهم من طلب الدعم اللازم. وتؤثر هذه الأعباء الخاصة بالنوع الاجتماعي في الصحة النفسية والأداء الوظيفي والعلاقات الشخصية، ما يؤكد أهمية الإقرار بها ومعالجتها في سياق خدمات الأفراد النظاميين.

الأفراد النظاميون من النساء

يفرض عمل المرأة في مجال حفظ السلام في بعض الأحيان تحديات إضافية بالنسبة للأفراد النظاميين النساء. وفي حين أن وجودهن يقدم وجهات نظر ضرورية ويعزز فعالية البعثات، فقد يواجهن بعض التعقيدات التي تزيد الضغط عليهن كثيراً.

- عبء التمثيل: يُنظر إلى النساء اللواتي يرتدين الزي النظامي في كثير من الأحيان على أنهن نموذج للمساواة بين الجنسين في البيئات التي يهيمن عليها الرجال. ونتيجةً لذلك، قد يُطلب منهن بصورة ضمنية أن يتبنين الدفاع عن قضايا النوع الاجتماعي، الأمر الذي قد يشتت تركيزهن عن مهامهن الرئيسية ويُلقي عليهن عبء تمثيل لا داعي له.
- التوقعات الخاصة بالنوع الاجتماعي: قد توجد افتراضات مفادها أن الأفراد النظاميين من النساء يضطلعن بطبيعتهن بالمهام التي تتعلق بالنوع الاجتماعي، مثل التواصل مع الجماعات النسائية المحلية أو معالجة العنف القائم على النوع الاجتماعي. وعلى الرغم من الأهمية البالغة لهذه المهام، فإن افتراض مشاركتهن التلقائية يمكن أن يعوق مساراتهن المهنية وتقدمهن المهني.
- العمل العاطفي: يتوقع البعض أن يقدم الأفراد النظاميون من النساء الدعم العاطفي للنساء والأطفال المحليين المتضررين من النزاع، وذلك بسبب كونهن من النوع الاجتماعي نفسه. ويؤثر هذا الافتراض فيهن عاطفياً، ما يستلزم منهن التحكم في عواطفهن وربما يستلزم تدريباً إضافياً للتعامل مع مثل هذه المواقف.
- مواجهة الأعراف المتعلقة بالنوع الاجتماعي: قد يواجه الأفراد النظاميون من النساء صعوبات في فرض سلطتهن في البيئات التي قد تحد فيها الأعراف السائدة المتعلقة بالنوع الاجتماعي من تفاعلاتهن مع الرجال المحليين، وهو ما قد يؤثر في كفاءة مشاركتهن المجتمعية أو يثقل كواهلهن بالتفاعلات داخل البعثة مع نظرائهن من الرجال المتحيزين للنوع الاجتماعي. وقد يشعرن أيضاً بالضغط لتصرفهن بطريقة أكثر ذكورية مما قد يكون طبيعياً بالنسبة لهن لفرض هذه السلطة.
- المخاوف المتعلقة بالسلامة والأمن: قد تزيد طبيعة المرأة من خطر تعرضها للعنف القائم على النوع الاجتماعي، والتحرش، والاستغلال، سواء على المستوى الداخلي أو الخارجي. وتؤدي مثل هذه المخاوف المتعلقة بالسلامة إلى زيادة مستويات الضغط والضعف لديهن.
- العزلة والتحرش: قد يعاني الأفراد النظاميون من النساء بسبب كونهن أقلية من الشعور بالعزلة، الأمر الذي يولد لديهن إحساساً بالتهميش وعدم الدعم. ونظراً للبيئة متعددة الثقافات واللغات التي تتسم بها عمليات حفظ السلام، فإن الحواجز اللغوية قد تفرض مزيداً من القيود على قدرة النساء على بناء شبكات عبر البلدان المساهمة بالقوات العسكرية/أفراد الشرطة. وقد يؤدي ذلك إلى شعور النساء بالعزلة عند نشرهن بأعداد قليلة في وحداتهن. وقد يصبحن أيضاً أهدافاً للتحرش أو التمييز على أساس النوع الاجتماعي، الأمر الذي يؤدي إلى تفاقم الضغط لديهن. ويُعد تنفيذ استراتيجيات ترمي إلى التصدي للشعور بالعزلة والتحرش الذي يتعرضن له أمراً بالغ الأهمية لصحتهن النفسية.

- الضغط الناجم عن إثبات الكفاءة: لمواجهة التحيزات السائدة المتعلقة بالنوع الاجتماعي، قد يشعر الأفراد النظاميون من النساء بأنهن ملزَمات بإثبات قدراتهن بصورة مستمرة. ويمكن أن يؤدي مثل هذا السعي الدؤوب لتجاوز التوقعات إلى الإرهاق.
- تحقيق التوازن بين العمل والحياة الشخصية: على شاكلة نظرائهن من الرجال، يواجه الأفراد النظاميون من النساء صعوبةً في تحقيق التوازن بين متطلبات العمل الصعبة والتزاماتهن الشخصية. وقد تؤدي التوقعات المتعلقة بالنوع الاجتماعي والأعباء الأسرية الثقيلة إلى تفاقم هذه الصراعات لتحقيق التوازن، ومن ثم تكثيف مسؤولياتهن المنزلية.

الأفراد النظاميون من الرجال

على الرغم من أن الرجال قد لا يواجهون بعض التحديات الخاصة بالنوع الاجتماعي التي تواجه النساء في البيئات التي يهيمن عليها الرجال في بعثات الأمم المتحدة لحفظ السلام، فإنهم يعانون أيضاً من الضغوط والتوقعات التي يمكن أن تؤثر سلباً في صحتهم النفسية.

- التوقعات الضارة المرتبطة بالرجولة: قد يشعر الرجال بأنهم مقيدون بالمفاهيم التقليدية للرجولة، ما يثنيهم عن التعبير عن ضعفهم أو طلب الدعم العاطفي. ويمكن أن يؤدي قمع المشاعر إلى حدوث اضطراب عاطفي وإعاقة آليات التكيف الفعالة.
- القدرة النفسية والجسدية على التحمل: غالباً ما يُتوقع من الرجال أن يتمتعوا بقدرة جسدية ونفسية على التحمل بصورة مستمرة، لا سيما في السيناريوهات التي تنطوي على ضغوط شديدة. ويمكن أن تؤدي محاولة الظهور بمظهر هادئ باستمرار إلى الإرهاق والإجهاد الذهني.
- العزلة والصبر والتحمل: قد يمنع الخوف من الظهور بمظهر الضعف أو الهشاشة الرجال من مناقشة مشكلات صحتهم النفسية، ما يؤدي إلى عزلهم عن الدعم المحتمل. وقد يؤدي هذا الصبر والتحمل إلى تفاقم مشكلات الصحة النفسية من خلال الحيلولة دون التدخل المبكر.
- قلة دعم الأقران: يمكن للثقافة الذكورية التقليدية في إطار خدمات الأفراد النظاميين أن تثبط الحوارات المفتوحة بشأن المشاعر والسلامة النفسية. وقد تؤدي هذه البيئة إلى ردع الرجال عن مشاركة التحديات التي تواجههم أو طلب المشورة.
- التوقعات المتعلقة بالأدوار: قد يشعر الرجال، لا سيما من يتولون أدواراً تركز على القتال، بالحاجة إلى إثبات رجولتهم وكفاءتهم بصورة مستمرة. ويمكن أن يساهم هذا الضغط المستمر في إحداث الضغط النفسي والإرهاق الزائد والقلق بشأن الأداء.
- ضغط الأدوار القيادية: قد يتحمل الرجال الذين يشغلون مناصب قيادية وطأة الضغط الناجم عن اتخاذ القرارات التي تحمل تأثيراً مباشراً في سلامة فرقهم ورفاهيتها. ويمكن أن تسبب هذه المسؤولية القلق ومضاعفات أخرى تتعلق بالصحة النفسية.
- صعوبات إعادة الاندماج: قد يجد الأفراد الذكور صعوبة في إعادة الاندماج في الحياة المدنية بعد النشر على غرار نظرائهم الإناث. ويمكن أن يكون من المرهق للغاية تحقيق التوفيق بين الأدوار التقليدية كمقدّم خدمة وشريك ووالد، أثناء معالجة تجارب البعثة.
- التعرض للصدمة: من المألوف أن يشهد أو يتحمل الأفراد النظاميون من الرجال/النساء أحداثاً صادمة أثناء عملية النشر. ويمكن أن يؤدي التوقع الراسخ بالحفاظ على الهدوء إلى تراكم الصدمات النفسية، الأمر الذي قد يؤدي إلى الإصابة باضطراب الضغط اللاحق للصدمة، أو القلق، أو الاكتئاب.

يمكن أن يساعد توفير بيئة تعترف بهذه التحديات وتتصدى لها الأفراد النظاميين من الرجال والنساء في استغلال مهاراتهم بصورة كاملة والمساهمة في المهام دون ضغوط إضافية.

4 تطبيق نهج مراعٍ للنوع الاجتماعي على الصحة النفسية في عمليات حفظ السلام

الرؤى الأساسية

كشفت نتائج استبيان الصحة النفسية والرؤى المستقاة من مناقشات مجموعات التركيز عن أبعاد حاسمة لوضع استراتيجية محكمة للصحة النفسية تراعي النوع الاجتماعي لأفراد حفظ السلام التابعين للأمم المتحدة. وتتضمن أهم العناصر الأساسية لهذه الاستراتيجية ما يلي:

- اعتبارات البنية التحتية: أبرز الاستبيان الدور الحيوي للبنية التحتية في التأثير بطريقة إيجابية في الصحة النفسية.
- معالجة الحساسيات المتعلقة بالنوع الاجتماعي: يُعد دمج الحساسية المتعلقة بالنوع الاجتماعي في الاستراتيجية أمراً ضرورياً.
- الصحة والسلامة النفسية المتعلقة بالنوع الاجتماعي: على الرغم من أن البيانات المستمدة من الاستبيان لم تُظهر اختلافات واضحة بين الجنسين في الاستجابات، فمن الضروري تقييم الاختلافات بين الجنسين في تجارب الصحة النفسية وتخصيص التدخلات وفقاً لذلك.
- توعية القيادة: يجب أن يكون قادة بعثات حفظ السلام على دراية بالفوارق الدقيقة في الصحة النفسية المتعلقة بالنوع الاجتماعي. وهو ما يتطلب الخضوع لتدريب يؤهل القادة لفهم التحديات الخاصة في مجال الصحة النفسية التي تواجه كلا الجنسين والتصدي لها.
- العوائق التي تحول دون طلب المساعدة: ستعمل الاستراتيجية بطريقة فعالة على مكافحة التأثير المحتمل للأعراف المتعلقة بالنوع الاجتماعي تجاه طلب المساعدة.
- التكافؤ في النشر: يمكن أن يعزز تحقيق توازن النوع الاجتماعي بين صفوف الأفراد النظاميين المنتشرين الصحة النفسية لجميع المعنيين.

استراتيجيات قابلة للتنفيذ

يتطلب تطبيق نهج مُراعٍ للنوع الاجتماعي على الصحة النفسية اتباع استراتيجيات تقرّ بالاحتياجات والتحديات المختلفة التي تواجه كلا الجنسين وتتكفل بها، وتشمل ما يلي:

- الدعم المخصص: إدراك إمكانية تأثير الأدوار المتعلقة بالنوع الاجتماعي والتوقعات المجتمعية في طريقة مواجهة الرجال والنساء لتحديات الصحة النفسية. تقديم الدعم المصمم خصيصاً لهذه الاحتياجات المختلفة دون تعزيز الصور النمطية.
- التوعية والتثقيف: إطلاق مبادرات تعليمية في مجال الصحة النفسية تراعي فوارق النوع الاجتماعي بهدف هدم الأعراف الضارة المتعلقة بالنوع الاجتماعي والتخفيف من وصمة العار. ومن الممكن أن تعمل هذه البرامج على تعزيز التفاهم، وزيادة التعاطف، وتشجيع المناقشات الصريحة بشأن السلامة النفسية.
- التمثيل المتنوع: التشديد على أهمية التنوع بين العاملين في مجال دعم الصحة النفسية، مع ضمان أن يكون المهنيون مجهزين لفهم طائفة واسعة من تجارب النوع الاجتماعي والتعامل معها.
- الخدمات الشاملة: توفير مساحات آمنة شاملة للنوع الاجتماعي تعزز الشعور بالراحة عند طلب المساعدة. وتصميم خدمات علاجية تتناسب مع تجارب النوع الاجتماعي المختلفة.
- جمع البيانات والأبحاث: جمع البيانات المتعلقة بالنوع الاجتماعي بشأن توجّهات الصحة النفسية لتوجيه التدخلات المبنية على الأدلة. وتقديم الأولوية للأبحاث التي تركز على الفوارق المتعلقة بالنوع الاجتماعي في مجال الصحة النفسية.
- المناصرة والسياسة: مناصرة إحداث تحولات في السياسات تؤكد على الرعاية الصحية النفسية الشاملة للنوع الاجتماعي. وتعزيز المساواة بين الجنسين كعنصر أساسي لجميع المساعي الرامية إلى تحسين الصحة النفسية.

5 قصص النجاح

تسلط النتائج الشاملة التي تم التوصل إليها من خلال الاستبيانات ومناقشات مجموعات التركيز الضوء على فعالية الاستراتيجيات الموضوعة خصوصاً لتعزيز الصحة النفسية للأفراد النظاميين في بعثات حفظ السلام التابعة للأمم المتحدة. وقد مهّد التدريب المتخصص والمناقشات المفتوحة والتدخلات المستهدفة السبيل أمام التصدي بنجاح للتحديات الفريدة للصحة النفسية التي تواجه النساء والرجال في الأدوار المتنوعة.

علاوةً على ذلك، فقد أدى دمج استراتيجيات الصحة النفسية المراعية للنوع الاجتماعي إلى تعزيز القدرة النفسية على التحمل لدى الأفراد النظاميين التابعين للأمم المتحدة. وقد ساهم ذلك في توفير بيئة أكثر تماسكاً وشمولية للبعثة. وتسلط دراسات الحالة التالية

الضوء على قوة التغيير الكامنة في تقديم الأولوية لدعم الصحة النفسية المراعية للنوع الاجتماعي في تحسين الفعالية الشاملة والسلامة في عمليات حفظ السلام.

السيناريو الأول: تولت قائدة المجموعة (و)، وهي أحد أفراد قوات حفظ السلام التابعة للأمم المتحدة المتفانين، زمام الأمور في بعثة نشر محفوفة بالتحديات في منطقة تشهد نزاعاً. وبصفتها امرأة تعيش في بيئة يهيمن عليها الرجال في الغالب، فقد واجهت ديناميكيات فريدة أثرت في تجاربها المتعلقة بالصحة النفسية. وقد لاحظت طوال فترة نشرها وجود اختلافات في تفاعلاتها مع زملائها بسبب النوع الاجتماعي. وكانت تحتاج في كثير من الأحيان إلى إثبات نفسها بطرق ربما لم يعانِ منها نظراؤها من الرجال. وقد أثقلت هذه الطبقة الإضافية من الضغط سلامتها العاطفي. وعلى الرغم من الظروف الصعبة التي واجهتها أثناء بعثتها، فقد استخفت في البداية بأهمية صحتها النفسية. ومع ذلك، فقد بدأت التأثيرات المتراكمة لهذه التحديات تؤتي ثمارها: زيادة العزلة واضطرابات النوم وارتفاع مستوى القلق. وقد شعرت أن طلب الدعم داخل بعثتها أصبح أكثر تعقيداً بسبب ديناميكيات النوع الاجتماعي السائدة. وقد أدركت قائدة المجموعة (و) أن مستويات الضغط لديها مرتفعة بعد خضوعها لفحص الصحة النفسية. وقد دفعها هذا الاكتشاف إلى طلب المساعدة، فشاركت في جلسات استشارية مع المتخصص النفسي في الوحدة. وهنا، درست العلاقة بين النوع الاجتماعي والصحة النفسية عن كثب، فوجدت استراتيجيات موضوعة خصوصاً للتكيف مع التحديات التي تواجهها.

السيناريو الثاني: كان قائد المجموعة (م)، وهو أحد أفراد قوات حفظ السلام التابعة للأمم المتحدة الملتزمين، قد أمضى أربعة أشهر في بعثته. وكان والداً لطفلين صغيرين، وينتظر مولوده الثالث، وكان يخوض أول عملية نشر له. وكانت بعثته في منطقة مليئة بالمصاعب والتحديات، وقد واجهته مواقف صادمة مختلفة. فكان يتصارع مع التوقعات المجتمعية المتعلقة بالرجولة، وكان في حاجة مستمرة إلى إظهار صورة القوة والصلابة التي لا تتزعزع. وقد أدى هذا الضغط الخارجي إلى إجهاد سلامته العاطفية، لا سيما عندما حاول تحقيق التوازن بين هذه التوقعات والتحديات التي تواجهه في بعثته. وكان ينظر إلى طلب المساعدة بشأن المشكلات النفسية في البداية على أنه علامة محتملة على الضعف. ومع ذلك، ومع تزايد التحديات، ازداد عزلة، وأصبحت تطارده أفكار مزعجة وأصبح يعاني من اضطرابات عاطفية. وجعلت المفاهيم التقليدية للرجولة فكرة طلب الدعم أكثر صعوبة من ذي قبل. ومع ذلك، وبعد أن أظهر فحص الصحة النفسية أن مستويات الضغط مرتفعة، سعى إلى الحصول على المساعدة. وقد تمكّن من خلال مشاركته في جلسات الإرشاد مع المتخصص النفسي في الوحدة -التي كانت امرأة- من وضع استراتيجيات للتكيف تتناسب مع تجاربه.

يؤكد كلا السيناريوهين على العلاقة المعقدة بين النوع الاجتماعي والتوقعات المجتمعية والصحة النفسية في بيئات النشر. وهما يؤكدان أهمية التعرف على هذه العلاقات ومعالجتها لتوفير بيئة يمكن فيها لجميع الأفراد الازدهار نفسياً وعاطفياً، بغض النظر عن نوعهم الاجتماعي.

6 توصيات

يمكن لبعثات حفظ السلام التابعة للأمم المتحدة من خلال معالجة قائمة التوصيات التالية الواردة في استراتيجية الصحة النفسية للأفراد النظاميين وتنفيذها إنشاء أنظمة دعم فعالة للصحة النفسية مراعية للنوع الاجتماعي تعمل على تعزيز سلامة جميع الأفراد النظاميين التابعين للأمم المتحدة واستدامتها:

- البنية التحتية والصحة النفسية: يتمثل أحد الاكتشافات المحورية التي خلصنا إليها في الاستبيان الذي أجريناه في التأثير العميق للبنية التحتية في الصحة النفسية. وبالنسبة للأفراد النظاميين، تُعد أماكن الإقامة الآمنة والمرافق ذات المواقع الجيدة مثل دورات المياه والحمامات والظروف المعيشية المواتية الشاملة أمراً بالغ الأهمية لسلامتهم، بغض النظر عن النوع الاجتماعي. ورغم التقدم المحرز جراء الجهود المبذولة لتوفير تصميمات مخيمات ومرافق وبنية تحتية تراعي فوارق النوع الاجتماعي، فيجب أن تظل هذه الجهود في دائرة الأولويات.
- دمج مراعاة الاعتبارات الجنسانية: يجب أن تتضمن استراتيجية الصحة النفسية الشاملة لمراعاة الاعتبارات الجنسانية. ويمكن من خلال فهم الاختلافات المحتملة المتعلقة بالنوع الاجتماعي في مجال الصحة النفسية تصميم التدخلات لتقليل التفاوتات مع تعزيز المساواة في الصحة النفسية.
- التركيز الوقائي: يُقصد بالنهج الاستباقي التصدي لعوامل الخطر الخاصة بالنوع الاجتماعي. ويشمل ذلك الجهود الرامية إلى مكافحة التحرش الجنسي والتصدي للتحديات التي تواجه المرأة في الأدوار التي يهيمن عليها الرجال.

المبادرات المتخصصة

- برامج إدارة الضغوط الناجمة عن القتال: أُعدّت هذه البرامج خصوصاً لإدارة الضغوط المرتبطة بالقتال وتزويد الأفراد باستراتيجيات التكيف وبناء القدرة على التحمل.

- شبكات دعم الأقران: تعزيز البيئات التي تعزز الحوارات المفتوحة بشأن الصحة النفسية، وتوفير منصات آمنة لتبادل الخبرات.
- توعية القيادة: مبادرات التدريب التي تضمن فهم القيادة داخل بعثات حفظ السلام لتحديات الصحة النفسية الخاصة بالنوع الاجتماعي والتكفل بها.
- إزالة وصمة العار من جرّاء طلب المساعدة: على الرغم من الأعراف المجتمعية التي قد تؤثر في سلوكيات طلب المساعدة، فإن استراتيجيتنا تهدف إلى مواجهة ذلك. وتُعدّ الحملات التي تسعى إلى إزالة وصمات العار من جراء طلب المساعدة والترويج لفكرة أن طلب المساعدة يمثّل دليلاً على القوة أمراً محورياً.
- ديناميكيات النشر والصحة النفسية: يمكن أن يساهم السعي إلى تحقيق التكافؤ بين الجنسين في صفوف الأفراد المنتشرين بدرجة كبيرة في تحسين الصحة النفسية الجماعية. ومن الممكن أن يؤدي اتباع نموذج نشر متوازن إلى تهيئة بيئة داعمة، مع معالجة التحديات الناجمة عن الاختلالات المتعلقة بالنوع الاجتماعي.

التدريب والتوعية

- التدريب المراعي للنوع الاجتماعي: يركّز هذا التدريب على العلاقة بين النوع الاجتماعي والصحة النفسية، ما يوضح للأفراد التحديات المتعلقة بالنوع الاجتماعي.
- النُهج المسترشدة بالصدمات: أُعدّت هذه النُهج لتتناسب مع الصدمات الخاصة التي يعاني منها كلا الجنسين، بما يشمل صدمات القتال، والتمييز، والعنف القائم على النوع الاجتماعي.
- دعم الناجين: تُعدّ الآليات الشاملة لمساعدة الناجين من العنف الجنسي والجنساني ضرورية، إذ يجري دمج الصحة النفسية ضمن أُطر الدعم الأوسع نطاقاً.
- الحساسية الثقافية في مجال الصحة النفسية: يُعد فهم الفروق الثقافية الدقيقة بشأن تصورات الصحة النفسية ومعالجتها أمراً بالغ الأهمية، وهو ما يضمن أن تكون التدخلات مخصصة لكل منطقة ومجتمع على حدة.

7 الخلاصة والتطلعات المستقبلية

يكشف فهم النوع الاجتماعي عن السياقات المعقدة والمشحونة سياسياً التي تنشأ فيها مشكلات الصحة النفسية في خدمة الأفراد النظاميين. ويكشف التعمق في جوانب النوع الاجتماعي والصحة النفسية في إطار عمليات حفظ السلام التابعة للأمم المتحدة عن ديناميكيات معقدة وتحديات كبيرة. وتؤكد هذه الرؤى تأثير الأعراف المتعلقة بالنوع الاجتماعي في الصحة النفسية، ما يكشف عن التفاوتات التي تحتاج إلى تدخلات محددة الأهداف. ويؤكد التعرف على مشكلات الصحة النفسية المتعلقة بالنوع الاجتماعي أهمية اعتماد استراتيجيات مراعية للنوع الاجتماعي. ومن الممكن أن تعمل هذه الاستراتيجيات، التي تشمل الدعم المخصص، وجهود التوعية، وتعديلات السياسات، والتعاون، على تعزيز الشمولية والسلامة. ويرتبط نجاح بعثات حفظ السلام ارتباطاً وثيقاً بسلامة الأفراد النظاميين، ما يؤكد ضرورة تقديم الدعم المراعي للفوارق بين النوع الاجتماعي في مجال الصحة النفسية.

تتمثل المسؤولية الجماعية للأمم المتحدة والدول الأعضاء فيها في ضمان اتخاذ إجراءات حاسمة. ويتضمن ذلك تحديد الأولويات وتوجيه الموارد نحو الأُطر المراعية للفوارق بين النوع الاجتماعي في مجال الصحة النفسية، التي تشكل أهمية محورية لصحة الأفراد النظاميين وأدائهم وفعاليتهم بوجهٍ عام.

8 المراجع

Clary, Kelly L., Stephany Pena, and Douglas C. Smith (2023). Masculinity and stigma among emerging adult military members and veterans: Implications for encouraging help-seeking. *Current Psychology*, vol. 42, No. 6, pp 4422–4438.

Cornish, Hilary (2017). Gender, mental health and the military. In Rachel Woodward and Clare Duncanson, eds. *Handbook of Gender and the Military*, *The Palgrave International*. London: Palgrave Macmillan.

Mental Health in UN Peace Operations: Addressing Stress, .(2020) .Di Razza, Namie D .New York: International Peace Institute *.Trauma, and PTSD among Field Personnel*

Fox, John, and Bob Pease (2012). Military deployment, masculinity, and trauma: Reviewing .31–16 .vol. 20, No. 1, pp ,*The Journal of Men's Studies* .the connections

Gottschall, Shannon, and Isabelle Richer (2022). Exploring gender and symptom differences .in perceived barriers to mental health care among actively serving military personnel .310–301 .vol. 10, No. 4, pp ,*Military Behavioral Health*

Gray, Samantha, and others (2021). A cross-sectional study of community perceptions of stigmatization amongst women affected by UN-peacekeeper perpetrated sexual .14–1 .vol. 21, pp ,*BMC Public Health* .exploitation and abuse

Silvestrini, Molly, and Jessica A. Chen (2022). "It's a sign of weakness": Masculinity and help-seeking behaviors among male veterans accessing posttraumatic stress disorder .vol. 15, no. 4, pp ,*Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy* .care .671–665

vol. 96, No. ,*International Affairs* .Wilén, Nina (2020). Female peacekeepers' added burden .1602–1585 .6, pp

Woodward, Rachel, and Clare Duncanson, C. (2017). An introduction to gender and the Rachel ,*The Palgrave International Handbook of Gender and the Military* military. In .Woodward and Clare Duncanson, eds. London: Palgrave Macmillan

Woodward, Rachel (2000). Warrior heroes and little green men: Soldiers, military training, .657–640 .vol. 65, No. 4, pp ,*Rural Sociology* .and the construction of rural masculinities

Woman First, Soldier Second: Taboos and Stigmas facing Military .(2020) .Vermeij, L .New York: International Peace Institute .*Women in UN Peace Operations*

,(World Health Organization. Mental Health Gap Programme (mhGAP https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/treatment-care/mental-health-gap-action-programme ,last accessed January 5 2024.