

**STRATÉGIE DE SANTÉ MENTALE
POUR LES AGENTS EN TENUE
DES NATIONS UNIES**



Table des matières

Avant-propos	3
Glossaire.....	4
Remerciements.....	6
Résumé	8
1. Introduction et contexte	9
Missions passées et présentes des Nations Unies	9
Pour une meilleure sensibilisation à la santé mentale.....	11
2. Champ d'application et objectifs	11
Champ d'application	11
Objectifs	12
3. Concepts de l'OMS : prévenir, protéger et promouvoir, soutenir.....	13
4. Actions en faveur du bien-être psychologique	16
Aperçu des rôles et responsabilités des États Membres, des pays fournisseurs de contingents et du personnel de police, et du Secrétariat de l'ONU.....	16
Rôle du commandement des pays fournisseurs de contingents et du personnel de police....	17
Rôle des professionnels de santé.....	18
Agents en tenue – Rôles des individus.....	19
5. Mise en œuvre de la stratégie	20
6. Une plateforme numérique	21
7. Annexes	21
8. Références.....	21

Avant-propos

Dans le cadre de sa mission de promotion de la paix et de la sécurité dans le monde, l'Organisation des Nations Unies (ONU) s'appuie sur le dévouement sans faille de ses agents en tenue. En servant dans des environnements divers et souvent difficiles, ces hommes et ces femmes prennent des risques pour leur bien-être physique et mental. C'est avec une profonde gratitude pour leur engagement et dans une parfaite compréhension des défis qui leur sont propres que nous lançons la présente stratégie de santé mentale pour les agents en tenue des Nations Unies.

Conformément à l'engagement pris à l'échelle mondiale pour la réalisation des objectifs de développement durable à l'horizon 2030, qui comprennent notamment l'objectif de permettre à tous de vivre en bonne santé et de promouvoir le bien-être de tous à tout âge, il est essentiel d'adopter une définition holistique de la santé. L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) définit la santé comme « un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ». Cette définition globale a le mérite de mettre en évidence les interconnexions physiques, mentales et sociales qui favorisent le bien-être.

En 2018, l'ONU a franchi une étape importante en lançant la stratégie pour la santé mentale et le bien-être dans le système des Nations Unies intitulée : « Un personnel en bonne santé au service d'un monde meilleur » et destinée au personnel civil. Un examen attentif révèle toutefois que les agents en tenue des Nations Unies sont confrontés à un ensemble distinct de défis et de facteurs de stress sur leur lieu de travail.

La présente stratégie de santé mentale souligne l'importance d'optimiser les connaissances de nos agents en tenue en matière de santé mentale pour réduire les obstacles aux demandes d'aide en cas de besoin. Les annexes détaillées et instructives définissent les rôles et les responsabilités en matière de prévention, de protection, de promotion et de soutien à l'égard des agents en tenue, de leurs familles et du commandement, afin d'atteindre les objectifs de la stratégie. Nous avons en outre méticuleusement veillé à ce que le contenu tienne compte non seulement des questions de genre, mais aussi des aspects culturels.

Nous exprimons notre profonde gratitude aux experts en santé mentale en tenue des divers États Membres et pays fournisseurs de contingents et du personnel de police, à l'OMS et aux organisations non gouvernementales actives dans le domaine de la santé mentale, ainsi qu'à leurs experts en la matière, pour leur contribution inestimable à l'élaboration de cette stratégie.

Nous gardons à l'esprit que la présente stratégie, comme ses annexes, est susceptible d'évoluer suivant l'expérience de mise en œuvre des États Membres et des pays fournisseurs de contingents et du personnel de police. Vos observations nous permettront d'affiner et d'adapter ces ressources et contribueront de manière significative au bien-être et à la résilience des agents en tenue des Nations Unies et de leurs familles.

La stratégie de santé mentale témoigne de notre engagement à placer le bien-être mental de ceux et celles qui travaillent sans relâche pour un monde plus sûr au premier rang de nos priorités.

Le Secrétaire général adjoint
à l'appui opérationnel



Atul Khare

Glossaire

Traumatisme résultant d'un incident critique : désigne un événement qui dépasse le cadre de l'expérience quotidienne, qui est soudain et inattendu, qui fait perdre le contrôle, qui implique la perception d'une menace pour la vie et qui peut inclure des éléments de perte physique ou émotionnelle. Un tel traumatisme peut survenir dans le cadre d'un large éventail de situations, dont des accidents, des catastrophes naturelles, des crimes violents ou tout autre événement qui dépasse la capacité d'une personne à faire face à la situation, lui laissant un sentiment d'impuissance. La gravité du traumatisme peut varier en fonction de l'expérience personnelle et de la résilience de l'individu.

Santé mentale : désigne un état de bien-être mental qui nous permet d'affronter les sources de stress de la vie, de réaliser notre potentiel, de bien apprendre et de bien travailler, et de contribuer à la vie de la communauté. La santé mentale fait partie intégrante de la santé et du bien-être et ne se résume pas à l'absence de troubles mentaux.

Modèle du continuum de la santé mentale : désigne un modèle selon lequel le bien-être psychologique d'un individu se situe le long d'un continuum ayant pour extrémités la santé mentale d'une part et la maladie mentale d'autre part. Toute personne peut, à un moment donné et dans une situation donnée, se trouver à un point du continuum, et changer de position à mesure que sa situation s'améliore ou se détériore.

Connaissances en santé mentale : désigne les connaissances dont dispose un individu sur les problèmes de santé mentale et la façon d'améliorer et de conserver son bien-être psychologique. Elles comprennent la capacité à reconnaître un éventuel problème de santé mentale, à comprendre les facteurs qui contribuent à la santé mentale et à savoir comment et où demander de l'aide ou du soutien en cas de besoin, pour soi-même ou pour les autres.

Trouble mental : selon la définition de la Classification internationale des maladies 11^e révision (CIM-11), un trouble mental est caractérisé par des syndromes de troubles cliniques significatifs des fonctions cognitives, de la régulation émotionnelle, ou du comportement qui reflètent un dysfonctionnement des processus psychologiques, biologiques ou développementaux sous-jacents du fonctionnement mental et comportemental. Ces troubles sont généralement associés à une détresse ou à une altération des domaines personnel, familial, social, scolaire, professionnel ou d'autres domaines de fonctionnement importants. La présente stratégie emploie le terme « trouble mental » pour désigner des symptômes qui reposent sur des catégories précises de troubles mentaux.

Événements potentiellement préjudiciables sur le plan moral : désigne des événements ou des situations qui sont susceptibles de porter atteinte aux valeurs morales d'un individu et d'entraîner une détresse psychologique ou un traumatisme. Ils peuvent être subjectifs et varier d'une personne à l'autre, mais ils impliquent généralement des expériences telles que la trahison, l'injustice perçue, les transgressions morales, ou le fait d'être témoin ou auteur d'un préjudice.

Événements potentiellement traumatisants : désigne des événements inattendus qui peuvent susciter des réactions émotionnelles extrêmes et potentiellement interférer avec la capacité d'un individu à fonctionner de manière appropriée. Ces événements comprennent généralement le fait pour un(e) agent(e) de vivre, d'être le(la) témoin ou d'être confronté(e) à un événement aigu, à un événement prolongé ou à une série d'événements se déroulant dans le temps, qui le(la) confrontent à la mort ou à une menace de mort, à une blessure grave ou à une menace pour son intégrité physique ou celle d'autrui.

Résilience psychologique : désigne la capacité d'un individu à s'adapter et à faire face à l'adversité, aux défis, aux traumatismes ou à des sources importantes de stress, y compris la capacité à rebondir après des situations difficiles, à préserver son bien-être psychologique et à continuer à fonctionner de manière positive et saine malgré les revers ou les circonstances difficiles.

Soins psychologiques autonomes : désignent des pratiques délibérées et proactives adoptées par des individus pour cultiver et favoriser leur bien-être psychologique et émotionnel. Il s'agit d'entreprendre des actions volontaires afin de préserver, d'améliorer et de protéger sa santé psychologique et de gérer le stress, faire face aux défis et favoriser une image positive de soi.

Stress : désigne un état d'inquiétude ou de tension mentale résultant d'une situation difficile. Le stress est une réaction humaine naturelle qui nous prépare à faire face aux défis et aux menaces que nous rencontrons au cours de notre vie. Tout le monde est confronté au stress à un degré ou à un autre. Cependant, la façon dont nous réagissons au stress est cruciale pour notre bien-être général.

Bien-être spirituel : désigne les croyances et les pratiques qui renforcent les liens d'un individu avec des sources d'espoir, de sens et d'utilité. Le bien-être spirituel peut contribuer au développement du bien-être général.

Stigmatisation : désigne les attitudes, les croyances et les stéréotypes négatifs qu'ont les individus, les groupes ou les institutions à l'égard des agents en tenue confrontés à des problèmes de santé mentale ou cherchant à obtenir de l'aide dans le domaine. Les attitudes et croyances négatives à l'égard de la santé mentale peuvent influencer le comportement et les actions d'un individu à l'égard des autres. La stigmatisation peut créer des obstacles à la reconnaissance et à la prise en charge des problèmes de santé mentale dans l'entourage de l'agent(e) en tenue. Les comportements stigmatisants peuvent conduire un individu à ressentir de la honte, à être réticent à demander de l'aide et à avoir l'impression que cela pourrait nuire à sa carrière ou à sa réputation.

Symptômes post-traumatiques : désigne les réactions psychologiques, émotionnelles et physiologiques qu'un individu peut éprouver à la suite d'un événement ou d'une situation traumatisante. Ils englobent les diverses émotions, comportements et changements physiologiques qui sont déclenchés par le souvenir ou l'évocation de l'expérience traumatisante. Les symptômes post-traumatiques courants comprennent une grande anxiété, des souvenirs fulgurants, une hypervigilance, l'évitement de situations déclenchantes, une apathie émotionnelle, des changements d'humeur, des difficultés de concentration et des symptômes physiques tels que l'accélération du rythme cardiaque ou la transpiration. Ils peuvent varier considérablement d'un individu à l'autre et peuvent être influencés par des facteurs tels que la nature du traumatisme ainsi que les expériences passées et les mécanismes d'adaptation de l'individu.

Agents en tenue : désigne l'ensemble du personnel militaire, policier, judiciaire et correctionnel détaché par un ou plusieurs États Membres et déployé en tant que Casques bleus dans le cadre d'un contingent militaire ou d'une unité de police constituée, qu'officiers d'état-major, qu'observateurs militaires ou que policiers hors unités constituées.

Remerciements

Ce travail a été mené sous la direction d'Atul Khare, Secrétaire général adjoint à l'appui opérationnel, de Lisa Buttenheim, Sous-Secrétaire générale aux opérations, et de Bernhard Lennartz, Directeur de la Division de la gestion des soins et de la sécurité et de la santé au travail du Département de l'appui opérationnel (DHMOSH/DOS).

Gestionnaire de projet : Adarsh Tiwathia, Directrice adjointe, DHMOSH/DOS.

Conception et coordination : Shashikumar Ramadugu, Spécialiste de la santé mentale, DHMOSH/DOS ; Eric Vermetten, Psychiatre consultant, DHMOSH/DOS ; Rakesh Jetly, Psychiatre consultant.

Équipe d'appui de la Division de la gestion des soins et de la sécurité et de la santé au travail : Haraprudveswara Koka Rao, Consultant ; Sophia Oteng, Médecin en chef ; Brandy L. Bryant, Responsable de la qualité des soins de santé et de la sécurité des patients ; Saurabha Urmi, Analyste de données.

Équipe d'appui du Département des opérations de paix : Andrew W. Morritt, Spécialiste de la gestion de programme (adjoint).

Comité consultatif de santé mentale composé des États Membres suivants :

Australie : Colonelle Neanne Bennett ;

Bosnie-Herzégovine : Kamaric Sanela ;

Brésil : Capitaine Carolina Silveira, Lieutenant-commandante Luciana Marzo Japiassu ;

Burkina Faso : Capitaine Aïcha Traore ;

Canada : Capitaine de vaisseau Iain Beck, Lieutenant-colonel Andrea Tukarea ;

Chine : Lieutenant-colonel Longbiao Cui, Colonel Yan Gao ;

République tchèque : Lieutenant-colonel Pavel Kral ;

Timor oriental : Capitaine Manuel Pereira, Caporal Salvador Santos ;

Équateur : Major Maria Cuesta ;

Allemagne : Colonel Peter Zimmermann, Anja Courte, Thomas Eibl ;

Ghana : Lieutenant-colonel Emmanuel Yobanya ; Erica Danfrekua Dickson ;

Grèce : Capitaine Christos Pezirkianidis, Capitaine Sofia Theodorou ;

Inde : Général de brigade Vinay Chauhan, Colonel Raghu Mani ;

Irlande : Major Dorota O'Brien, Fionnbar Lenihan ;

Israël : Major Michal Lifshitz ;

Mexique : Lieutenant-colonel José Manuel Romero Torres ;

Maroc : Lieutenant-colonel Yassine Otheman ;

Népal : Général de brigade Namrata Rawal, Pradeep Manandhar ;

Pays-Bas : Pieter Eland, Major Martine Huetting ;

Philippines : Major Christine de Jesus, Corazon Arce ;

Portugal : Fernando Passos, Jorge Silva ;

Roumanie : Lorina Ariton, Cătălin Călin ;

Serbie : Lieutenant-colonel Danilo Jokovic ;

Slovaquie : Ladislav Muller, Emilia Kinska ;

Togo : Saliou Salifou.

Comité consultatif de santé mentale composé des entités des Nations Unies et des ONG suivantes :

Section de la gestion du stress traumatique/Département de la sûreté et de la sécurité : Mohammed Sohail Ali,

DHMOSH/Bureau de la Conseillère du personnel : Dawn Straiton, Silvia Campo Sanchez ;

MINUSCA : Kadidiatou Gouro ;

MINUSMA : Colleen Brady ;

MONUSCO : Annabelle Borg ;

NATAL (Israël) : Efrat Shaprut, Idit Michael, Ophir Peleg ;
Bureau des affaires militaires (réfèrent) : Lieutenant-colonelle Iulia Batista ;
Division de la police/Bureau de l'état de droit et des institutions chargées de la sécurité : Ahmed El Harrech ;
Division de l'appui au personnel en tenue : Michael M. Kitvi ;
Équipe responsable de la parité des sexes du Siège de l'ONU : Annika Kovar, Thanujah Yogarajah ;
OMS : Werner Obermeyer ; Devora Kestel.

Résumé

Les opérations de paix des Nations Unies sont déployées dans des environnements difficiles et sans merci. Outre les opérations traditionnelles de maintien de la paix dans le cadre desquelles les agents en tenue des Nations Unies veillent au respect des cessez-le-feu et des accords de paix de façon pacifique, les missions des Nations Unies se voient de plus en plus confier de nouvelles responsabilités par le Conseil de Sécurité. La plupart des missions de maintien de la paix sont chargées de protéger les civils contre la violence et de lutter contre les crimes commis à grande échelle, les violations graves des lois et coutumes de la guerre et les actes qualifiés de crimes contre l'humanité, et ce, dans des environnements difficiles.

Le système des Nations Unies ne peut ni modifier les environnements opérationnels, qui peuvent être stressants et éprouvants sur le plan émotionnel, ni empêcher les effets délétères des incidents sur les agents. L'Organisation des Nations Unies (ONU) reconnaît qu'elle doit désormais donner la priorité à l'amélioration de la compréhension et de la prise en compte des besoins des agents en tenue en matière de santé mentale.

L'ONU reconnaît également l'importance de maintenir un bon niveau de résilience et de bien-être psychologiques des agents en tenue afin qu'ils soient disponibles sur le plan opérationnel et puissent contribuer au succès de la mission. La complexité des mandats actuels exige une approche globale des besoins des agents en tenue sur le plan de la santé mentale.

La mise en œuvre de la stratégie de santé mentale permettra d'instaurer un environnement de travail plus positif et solidaire, tout en sensibilisant aux difficultés rencontrées par les agents en tenue des Nations Unies. La stratégie se concentre sur la prévention, la protection, la promotion et le soutien, en s'appuyant sur un modèle largement utilisé et adopté dans tous les États Membres, celui du continuum de la santé mentale.

Les outils qui y sont présentés seront mis à la disposition des agents en tenue sur leur lieu de travail. Il est prévu de lancer une plateforme ou une application numérique pour soutenir ces derniers tout au long du cycle de déploiement. Il est recommandé aux États Membres de soutenir cette stratégie et de l'intégrer dans leurs propres initiatives en matière de santé.

1. Introduction et contexte

La santé mentale correspond à un état de bien-être mental qui nous permet d'affronter les sources de stress de la vie, de réaliser notre potentiel, de bien apprendre et de bien travailler, et de contribuer à la vie de la communauté. Elle fait partie intégrante de la santé et du bien-être, sur lesquels reposent nos capacités individuelles et collectives à prendre des décisions, à nouer des relations et à bâtir le monde dans lequel nous vivons.

—Organisation mondiale de la Santé, 2023

Missions passées et présentes des Nations Unies

Les agents en tenue ont été confrontés à d'innombrables facteurs de stress au cours des missions passées et présentes des Nations Unies, souvent avec des connaissances minimales de leurs effets sur le plan psychologique, et n'ont eu à leur disposition jusque là que des outils limités pour y faire face. La résolution 2668 (2022) du Conseil de sécurité a engagé « les pays fournisseurs de contingents ou de personnel de police, ainsi que les autres États Membres et le Secrétariat de l'Organisation des Nations Unies, le cas échéant, à fournir des services de santé mentale pour accompagner les membres du personnel pendant la formation préalable au déploiement, afin qu'ils soient mieux aptes à repérer les signes et symptômes de souffrance psychique ». Elle les a également engagés « à continuer de fournir au personnel de maintien de la paix, après le déploiement, des services de santé mentale et de soutien psychosocial adéquats [...], en tenant compte des questions de genre, selon le cas »¹. L'Assemblée générale et le Comité spécial des opérations de maintien de la paix (ou Comité des 34) ont par ailleurs souligné la nécessité de prévenir, d'atténuer et de traiter les problèmes de santé mentale et les facteurs de risque qui y sont associés² et plusieurs rapports importants du Secrétariat de l'ONU contiennent des recommandations visant à uniformiser le soutien sanitaire apporté aux agents en tenue, y compris en matière de santé mentale³.

Les agents en tenue des opérations de paix des Nations Unies travaillent dans des conditions atypiques, souvent en contradiction avec la formation militaire ou policière qu'ils ont reçue dans leur pays d'origine. Il est de ce fait essentiel de prendre en compte leurs besoins sur le plan de la santé mentale.

Une évaluation exhaustive des besoins menée par la Division de la gestion des soins et de la sécurité et de la santé au travail dans quatre missions à haut risque a confirmé la nécessité d'élaborer une stratégie pour la santé mentale. Elle a permis de déterminer les facteurs de stress les plus importants, leurs effets psychologiques, les obstacles à la

¹ S/RES/2668 (2022), adoptée par le Conseil de sécurité à sa 9229^e séance, le 21 décembre 2022.

² Voir les résolutions de l'Assemblée générale A/RES/77/303 adoptée le 30 juin 2023, et A/RES/76/274 sur les questions concernant les opérations de maintien de la paix en général adoptée le 29 juin 2022 ; la pièce jointe 17 (Chapitre 3, annexe C, appendice 5) sur les « niveaux de soutien sanitaire : besoins et normes correspondant au niveau 2 (hôpital de campagne de base) » du rapport du Groupe de travail sur le matériel appartenant aux contingents de la Cinquième Commission de l'Assemblée générale (A/77/736) ; le supplément no 19 des Documents officiels de la soixante-dix-septième session de l'Assemblée générale (A/77/19).

³ Voir le rapport du Groupe indépendant de haut niveau chargé d'étudier les opérations de paix des Nations Unies intitulé « Unissons nos forces pour la paix : privilégions la politique, les partenariats et l'action en faveur des populations » (A/70/95-S/2015/446) ; Dos Santos Cruz, C. A., Phillips, W. R., et Cusimano, S. (2017). *Improving Security of United Nations Peacekeepers: We Need to Change the Way We Are Doing Business*. ONU.

demande d'aide et les potentielles solutions.

La présente stratégie de santé mentale pour les agents en tenue des Nations Unies vise à fournir un cadre global pour répondre aux besoins en matière de santé mentale, conformément aux lignes directrices de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) sur la santé mentale au travail. Elle est axée sur la prévention, la protection et la promotion, et le soutien. Ces axes intègrent des activités tout au long du cycle de déploiement, depuis la phase précédant le déploiement jusqu'au retour des agents à la maison, qui visent à sensibiliser aux besoins en matière de santé mentale, à renforcer la résilience, à dénoncer la stigmatisation et à garantir l'efficacité opérationnelle.

1 S/RES/2668 (2022), adoptée par le Conseil de sécurité à sa 9229e séance, le 21 décembre 2022.

2 Voir les résolutions de l'Assemblée générale A/RES/77/303 adoptée le 30 juin 2023, et A/RES/76/274 sur les questions concernant les opérations de maintien de la paix en général adoptée le 29 juin 2022 ; la pièce jointe 17 (Chapitre 3, annexe C, appendice 5) sur les « niveaux de soutien sanitaire : besoins et normes correspondant au niveau 2 (hôpital de campagne de base) » du rapport du Groupe de travail sur le matériel appartenant aux contingents de la Cinquième Commission de l'Assemblée générale (A/77/736) ; le supplément no 19 des Documents officiels de la soixante-dix-septième session de l'Assemblée générale (A/77/19).

3 Voir le rapport du Groupe indépendant de haut niveau chargé d'étudier les opérations de paix des Nations Unies intitulé « Unissons nos forces pour la paix : privilégions la politique, les partenariats et l'action en faveur des populations » (A/70/95-S/2015/446) ; Dos Santos Cruz, C. A., Phillips, W. R., et Cusimano, S. (2017). *Improving Security of United Nations Peacekeepers: We Need to Change the Way We Are Doing Business*. ONU.

Pour une meilleure sensibilisation à la santé mentale

La présente stratégie vise à mieux faire connaître les problèmes de santé mentale aux agents en tenue. Ses objectifs sont de faciliter les capacités d'adaptation, d'améliorer l'accès aux ressources en matière de santé mentale et de favoriser l'instauration d'un environnement de travail positif et encourageant.

Elle repose sur une meilleure prise de conscience de la santé mentale des agents en tenue et de l'incidence de cette dernière sur leur disponibilité opérationnelle.

La stratégie, qui propose des outils et des informations pour renforcer la santé mentale et le bien-être des agents en tenue (annexe II), sera mise en œuvre par l'intermédiaire de plusieurs initiatives et activités axées sur les besoins en matière de santé mentale tout au long du cycle de déploiement.

Parmi les éléments clés figurent la prise en compte des facteurs de stress spécifiques à l'environnement du maintien de la paix, la promotion du soutien par les pairs et de la cohésion de l'unité, la participation du commandement dans la lutte contre les préjugés, la mise à profit des toutes les phases de déploiement pour les interventions de santé mentale et l'encouragement à la recherche d'aide en cas de besoin. La stratégie comprend en outre des dispositions pour résoudre rapidement les difficultés psychologiques et contribuer positivement au succès des missions.

Dans le cadre des opérations de maintien de la paix des Nations Unies, les dimensions du genre et de la santé mentale sont intimement liées en raison des répercussions non négligeables des questions de genre sur le bien-être des agents en tenue. En effet, les normes traditionnelles de genre influencent les rôles, les responsabilités et les interactions des agents au sein des missions. Les agentes nouent par exemple plus souvent le dialogue avec les communautés locales et répondent aux difficultés que rencontrent les femmes, mais ces normes peuvent perpétuer des stéréotypes restrictifs. Ainsi, les deux genres sont confrontés à des défis distincts, notamment la violence sexuelle et sexiste, qui ont une incidence sur leur santé mentale. Ce problème est exacerbé dans les contingents à prédominance masculine, où les agents sont dissuadés de demander de l'aide ou de parler ouvertement de leur santé mentale à cause de la stigmatisation et des stéréotypes liés au genre. Par conséquent, il convient d'adopter une approche des rôles et des responsabilités qui tient compte des spécificités de chaque genre.

La présente stratégie de santé mentale pour les agents en tenue des Nations Unies s'appuie sur l'avancement des connaissances en matière de santé mentale dans les opérations de paix, ainsi que sur les connaissances disponibles et les études de terrain menées dans le cadre de diverses missions. Elle a pour vision une culture dans laquelle tous les membres du personnel en tenue peuvent bénéficier d'un soutien efficace et opportun en matière de santé mentale, contribuant ainsi à la réussite des missions.

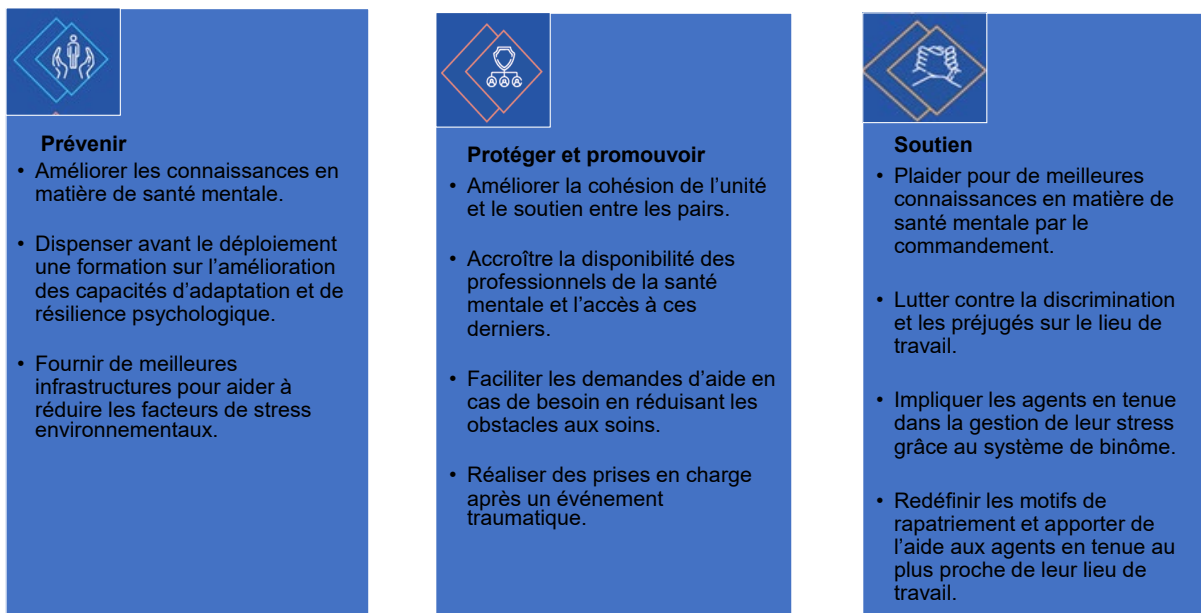
2. Champ d'application et objectifs

Champ d'application

La stratégie de santé mentale pour les agents en tenue des Nations Unies se fonde sur une approche globale et inclusive conforme aux lignes directrices de l'OMS sur la santé mentale au travail. Son champ d'application s'étend à l'ensemble des agents en tenue des Nations Unies et s'articule autour des points suivants :

- la prévention, grâce à l'amélioration des connaissances sur les problèmes de santé mentale grâce à différentes initiatives de sensibilisation et de formation ;
- la protection et la promotion, grâce à la facilitation de la formation des agents en tenue et de leurs familles sur la santé mentale avant, pendant et après le déploiement, l'amélioration de l'accès à la documentation sur la santé mentale, la lutte contre la stigmatisation et l'encouragement à la recherche d'aide en cas de problème de santé mentale ;
- le soutien, grâce à l'instauration d'un environnement de travail positif et solidaire, qui favorise la santé mentale et le bien-être.

Illustration I. Approche s'appuyant sur lignes directrices de l'OMS sur la santé mentale au travail, étendue à l'ensemble du personnel en uniforme des Nations Unies



Objectifs

Les objectifs de mise en œuvre de la stratégie sont les suivants :

- établir des lignes directrices pour la prise en charge des agents en tenue au sein des missions de maintien de la paix (annexes I, II et III) ;
- fournir un soutien et des interventions psychologiques adaptés à la culture des agents en tenue, en tenant compte de la diversité des contextes et des facteurs de stress auxquels ces derniers sont confrontés ;
- axer la stratégie sur la sensibilisation, la formation et le soutien, et prévoir des activités et des objectifs spécifiques pour chacun de ces piliers ;
- fournir au commandement des informations afin de mieux sensibiliser à la santé mentale et réduire les obstacles à la recherche d'aide dans le domaine ;
- créer une plateforme pour favoriser les demandes d'aide, faire tomber les barrières et favoriser l'accompagnement en cas de problèmes de santé mentale ;
- prendre en compte la santé mentale dans tous les aspects de la planification et du déploiement des missions ;

- proposer aux États Membres des lignes directrices pour soutenir les familles des agents déployés tout au long du cycle de déploiement ;
- faciliter la coopération et l'échange de connaissances entre les experts et les parties prenantes des États Membres dans le but d'améliorer les prises en charge ;
- créer des conditions propices pour que les agents en tenue puissent vivre des expériences positives.

3. Concepts de l'OMS : prévenir, protéger et promouvoir, soutenir

« La santé mentale reste l'un des aspects les plus négligés des soins de santé. Il est temps de mettre fin aux préjugés liés à la recherche d'aide et de veiller à ce que chacun, où qu'il ou elle soit, ait la possibilité d'accéder au soutien dont il ou elle a besoin. »

—António Guterres, Secrétaire général de l'ONU, 2023

La stratégie de santé mentale repose sur l'approche de l'OMS qui vise à prévenir les maladies mentales, promouvoir et protéger la santé mentale, et soutenir les personnes qui font face à des problèmes de santé mentale. Afin de la mettre en œuvre, il est essentiel de faire avancer l'information et la formation en matière de santé mentale, de soutenir et d'améliorer la promotion de la santé mentale et de lutter contre la stigmatisation des problèmes de santé mentale.

Utilisé par les armées et le personnel de premiers secours de plusieurs États Membres, le modèle du continuum de santé mentale est la pierre angulaire des programmes de sensibilisation et de formation à la santé mentale. Le principe qui sous-tend ce modèle est que la santé mentale ne saurait être assimilée à une notion binaire correspondant soit au bien-être soit à la maladie mentale, et cela implique d'améliorer les connaissances de base de toutes les parties prenantes en matière de santé mentale. Comme pour la santé physique, la santé mentale et le bien-être psychologique d'une personne peuvent varier et évoluer, dans un sens ou dans l'autre, sur un continuum allant du bien-être au mal-être et inversement, tel que schématisé dans le tableau ci-après (voir tableau 1). Ce modèle tient compte du fait que les symptômes liés à la santé mentale peuvent se manifester différemment et à des degrés différents et qu'ils doivent être évalués à l'aide d'une approche holistique et intégrative faisant appel à diverses méthodes, notamment des entretiens cliniques en face à face, des questionnaires et des observations par des pairs ou des binômes.

Sensibiliser tous les acteurs au continuum de la santé mentale est essentiel pour assurer l'efficacité de cette stratégie. Cela implique d'aborder les effets du stress et des traumatismes sur la santé mentale et de proposer des méthodes pour promouvoir le bien-être psychologique. Les éléments clés de cette stratégie sont la prévention, la protection et la promotion, et le soutien. Ils englobent :

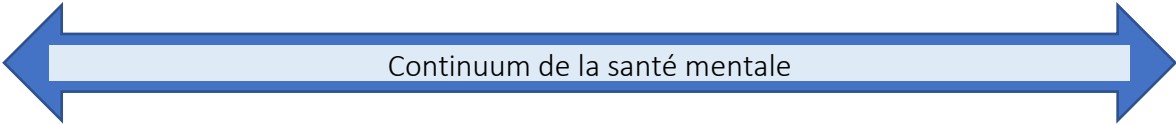
- **La formation en santé mentale** : L'ONU fournira des supports de sensibilisation à la santé mentale pour le commandement ainsi qu'une plateforme de formation pour les agents en tenue.
- **Les soins psychologiques autonomes** : La promotion des pratiques consistant à prendre soin de soi telles que l'adoption d'un mode de vie sain, la pratique régulière d'exercices physiques, la mise en place d'habitudes de sommeil saines et l'apprentissage de techniques de relaxation, notamment la pleine conscience et la

méditation ; le développement des connaissances et compétences de base nécessaires pour reconnaître un problème de santé mentale et prendre les mesures appropriées pour y faire face.

- **Le soutien par les pairs** : La mise en place de réseaux de soutien par les pairs et d'espaces sûrs où les agents en tenue peuvent faire part de leurs expériences, demander de l'aide et être entendus par des personnes à même de comprendre les difficultés qu'ils rencontrent.
- **La gestion du stress** : La formation d'individus aux techniques de gestion du stress, dont la résolution de problèmes, la gestion du temps et la relaxation, afin de faire face efficacement aux facteurs de stress.
- **La résilience** : Le renforcement de la résilience à travers le développement de modes de pensée positifs, l'amélioration des compétences en matière de communication, le renforcement des capacités d'adaptation et la promotion de réseaux de soutien social.
- **La prise en charge des traumatismes** : La mise en place de programmes pour prendre en charge les traumatismes et soutenir les personnes qui ont vécu des événements potentiellement traumatisants et des événements potentiellement préjudiciables sur le plan moral, en accordant une importance particulière à la confidentialité et au respect de la vie privée.

Tableau 1

Changements survenant sur le plan de la santé mentale sur un continuum



	BONNE SANTÉ	RÉACTIF	BLESSÉ	MALADE
HUMEUR	Fluctuations normales de l'humeur, calme et prend les choses en main	Irritabilité, impatience, nervosité, tristesse, accablement	Colère, anxiété, tristesse/désespoir omniprésents	Accès de colère/d'agression, anxiété excessive/crises de panique/pensées dépressives ou suicidaires
ATTITUDE ET PERFORMANCES	Bon sens de l'humour, bonnes performances, maîtrise de soi	Sarcasme, procrastination, oublis récurrents	Attitude négative, mauvaises performances/travail acharné/faible concentration ou mauvaises décisions	Insubordination manifeste, ne peut pas accomplir ses tâches/contrôler son comportement/se concentrer
SOMMEIL	Sommeil régulier, peu de troubles du sommeil	Troubles du sommeil, pensées obsédantes, cauchemars	Agitation, perturbations du sommeil, images/cauchemars récurrents	Impossibilité de s'endormir ou de rester endormi(e), dort trop ou pas assez
SYMPTÔMES PHYSIQUES	Bonne santé physique et bon niveau d'énergie général	Tensions musculaires, maux de tête, manque d'énergie	Niveau élevé de courbatures et de fatigue	Maladie physique, fatigue persistante
COMPORTEMENT SOCIAL	Physiquement et socialement actif	Diminution des activités sociales	Évitement ou retrait des activités physiques et sociales	Ne sort pas ou ne répond pas aux appels téléphoniques
ALCOOL ET JEUX D'ARGENT	Pas/peu de consommation d'alcool/de jeux d'argent	Consommation régulière mais contrôlée d'alcool/de jeux d'argent pour faire face à la situation	Augmentation de la consommation d'alcool et des jeux d'argent – difficultés à se contrôler avec des conséquences négatives	Consommation fréquente d'alcool ou de jeux d'argent – incapacité à se contrôler avec des conséquences graves

BIEN-ÊTRE SPIRITUEL	S'intéresse au sens et à la finalité de la vie, a de l'espoir dans la vie et dans l'avenir	Conserve un sentiment de sens et d'utilité dans la vie, garde espoir dans la vie et l'avenir	Perte du sentiment de sens et d'utilité dans la vie, peu d'espoir dans la vie et l'avenir	Crois que la vie n'a pas de sens ou de finalité, aucun espoir dans la vie et l'avenir
----------------------------	--	--	---	---

Les initiatives visant à promouvoir la santé mentale tiendront compte de la culture des agents en tenue ainsi que des défis et facteurs de stress uniques que ces derniers sont susceptibles de rencontrer dans des situations et des environnements différents. La promotion de la santé mentale par les hauts responsables dans leurs interactions courantes avec les agents en tenue contribuera à lutter contre la stigmatisation, à surmonter les réticences et à encourager les agents à demander rapidement de l'aide en cas de besoin. Ces modules de sensibilisation, de formation et de soutien peuvent être intégrés dans le cycle de déploiement.

Principaux domaines d'intervention pour soutenir la santé mentale des agents en tenue :

- **Disponibilité des services de santé mentale** : Amélioration de la disponibilité des professionnels de santé mentale dans les missions, et renforcement des compétences de ces derniers ; intégration des services de santé mentale aux services de santé généraux afin de réduire leurs différences aux yeux des agents et d'améliorer leur accessibilité.
- **Sensibilisation aux services de santé mentale et utilisation de ces derniers** : Sensibilisation aux ressources disponibles en matière de santé mentale au sein des missions et promotion de leur utilisation.
- **Promotion de la santé mentale** : Mobilisation du commandement pour la promotion de la santé mentale dans ses interactions avec les agents en tenue, afin de lutter contre la stigmatisation et d'encourager les agents à demander rapidement de l'aide en cas de besoin.
- **Lutte contre la stigmatisation autour de la santé mentale** : Par crainte d'un éventuel rapatriement, les agents en tenue dissimulent parfois leurs premiers signes et symptômes jusqu'à ce que les problèmes de santé mentale deviennent plus préjudiciables et qu'ils aient une incidence sur la disponibilité opérationnelle de l'agent(e) comme de la mission. Les agents hésitent souvent à demander de l'aide pour des problèmes de santé mentale par crainte d'être discriminés ou jugés par leurs pairs ou leurs supérieurs. Cette hésitation peut être particulièrement prononcée dans les missions de maintien de la paix, où le fait de demander de l'aide est parfois considéré comme un signe de faiblesse ou de vulnérabilité. Il est essentiel de sensibiliser le commandement et les agents en tenue aux problèmes de santé mentale et à l'importance d'une intervention précoce et du retour au travail.

En s'attaquant explicitement à la stigmatisation et en créant un environnement de soutien, la stratégie de santé mentale peut augmenter la probabilité d'une intervention précoce, permettre un retour rapide au travail et éviter le rapatriement, ce qui profite en fin de compte à la fois aux personnes elles-mêmes et à la disponibilité opérationnelle de la mission.

4. Actions en faveur du bien-être psychologique

Aperçu des rôles et responsabilités des États Membres, des pays fournisseurs de contingents et du personnel de police, et du Secrétariat de l'ONU

Le Secrétariat de l'ONU assurera la gouvernance et le suivi des initiatives en faveur de la santé mentale recommandées dans le présent document. Conformément aux recommandations contenues dans le rapport de la session de fond du Comité spécial des opérations de maintien de la paix tenue en 2023 (A/77/19), le Secrétariat fournira aux pays fournisseurs de contingents et du personnel de police et aux États Membres des documents d'information et des lignes directrices sur la sensibilisation à la santé mentale. L'ONU mettra en place des mécanismes de suivi et d'évaluation afin d'évaluer le soutien apporté aux agents en tenue en matière de santé mentale au cours du déploiement. Les États Membres peuvent contribuer à renforcer les capacités et les compétences des pays fournisseurs de contingents et du personnel de police en établissant des partenariats bilatéraux afin de sélectionner les agents et de les préparer mentalement au déploiement⁴.

Les pays fournisseurs de contingents et du personnel de police peuvent veiller à ce que leurs agents en tenue soient informés des questions de santé mentale, à ce qu'ils soient soumis à des tests et à ce qu'ils reçoivent diverses formations en utilisant les ressources fournies dans les annexes de la présente stratégie.

Il s'agit notamment d'évaluer et de surveiller la santé mentale des agents avant le déploiement, de fournir un soutien approprié et permettre l'accès à des experts en santé mentale pendant le déploiement, et de repérer et de gérer les problèmes de santé mentale après le déploiement.

Tableau 2

Résumé des rôles et responsabilités du Secrétariat de l'ONU et des pays fournisseurs de contingents et du personnel de police en matière de promotion de la santé mentale

Rôles et responsabilités	Secrétariat de l'ONU	Pays fournisseur de contingents et du personnel de police
Commandement	Plaider pour la prise en compte de la santé mentale en tant que priorité dans les missions	Donner la priorité à la santé mentale de leurs agents en tenue tout au long du déploiement
Connaissances en santé mentale	Fournir des lignes directrices ainsi que des documents de formation et de sensibilisation	Veiller à ce que les agents aient accès aux documents, aux programmes de soutien et aux soins
Services d'appui	Veiller au déploiement d'experts en santé mentale conformément à la liste du matériel appartenant au contingent	Garantir l'accès aux services d'aide disponibles
Orientation	Établir des consignes d'orientation pour les soins spécialisés	Faciliter l'orientation des agents nécessitant un soutien spécialisé

Lutter contre la stigmatisation	Promouvoir le plaidoyer pour réduire les préjugés dans le domaine de la santé mentale	Lutter contre la stigmatisation au sein de leur contingent et encourager des conversations ouvertes
Suivi	Suivre les évolutions et les besoins en matière de santé mentale	Surveiller l'état de santé mentale, identifier les besoins et procéder aux ajustements nécessaires
Évaluation	Évaluer l'efficacité des programmes de santé mentale	Évaluer l'incidence des initiatives en faveur de la santé mentale dans leurs rangs
Il convient de noter que ces rôles et responsabilités peuvent varier en fonction du contexte de la mission, des accords et des ressources dont disposent l'ONU et les pays fournisseurs de contingents et du personnel de police.		

Rôle du commandement des pays fournisseurs de contingents et du personnel de police

Les actions de promotion de la santé mentale pendant le déploiement doivent être guidées par des principes fondés sur des données probantes afin d'assurer le bien-être des agents en tenue dans les missions des Nations Unies.

- **Créer une culture de soutien** : Le commandement doit accorder la priorité à la santé mentale, aspect essentiel du bien-être général. Il doit repérer et prendre en charge les problèmes de santé mentale à un stade précoce, encourager les agents à demander de l'aide en cas de besoin et garantir l'accès à un soutien et à un accompagnement appropriés. Il peut atténuer les facteurs de stress en respectant les normes d'infrastructure et en augmentant les activités de bien-être pour les agents en tenue de la mission.
- **Fournir des ressources matérielles** : Il est essentiel de veiller à ce que les agents en tenue aient accès à des documents d'information sur la santé mentale, notamment sur les programmes de soutien par les pairs et sur les services de soins de santé mentale. Il convient de s'attaquer aux obstacles à l'accès aux soins, notamment les préjugés, afin de favoriser les demandes d'aide en cas de besoin.
- **Faciliter la sensibilisation et la formation** : Le commandement doit disposer des informations nécessaires pour favoriser la sensibilisation et la formation à la promotion de la santé mentale, à l'identification des besoins en matière de santé mentale, à la facilitation des orientations et à la création d'environnements de travail solidaire. Les équipes d'intervention en santé mentale doivent recevoir une formation spécialisée pour répondre aux problèmes spécifiques de santé mentale.
- **S'attaquer aux facteurs de stress organisationnels** : Il convient de définir les facteurs organisationnels contribuant aux problèmes de santé mentale, tels que les régimes alimentaires, les charges de travail variables, le soutien social, les équipements de loisir et les outils de communication, et de les prendre en compte afin de créer un environnement de travail soutenant. Il est également essentiel de veiller à une bonne cohésion de l'unité.
- **Suivi et évaluation** : Il convient de mettre en œuvre des dispositifs de suivi de la santé mentale des agents en tenue et d'évaluer l'efficacité des programmes de santé mentale. Un suivi et une évaluation réguliers garantissent que les ajustements nécessaires peuvent être apportés pour améliorer les actions en faveur de la santé mentale.

Rôle des professionnels de santé

Les soins de santé mentale devraient être intégrés aux services médicaux généraux. Les professionnels de santé des missions et des pays fournisseurs de contingents et du personnel de police ont un rôle essentiel à jouer dans la fourniture de services de santé mentale :

Tableau 3

Composition des équipes de santé mentale des missions et des pays fournisseurs de contingents et du personnel de police

<i>Équipe d'intervention en santé mentale de la mission</i>	<i>Équipe d'intervention en santé mentale du pays fournisseur des contingents et du personnel de police</i>
Médecin en chef (du pays fournisseur des contingents et du personnel de police) Chef(fe) du service médical Chef(fe) du service médical de la force Expert(s) en santé mentale de la mission* Commandant(e) de secteur	Médecin en chef Guide spirituel(le) Psychologue clinicien(ne)**/Conseiller(ère) Commandant(e) de compagnie Commandant(e) d'unité

*Les experts en santé mentale de la mission comprennent le ou la psychiatre, l'infirmier(ère) psychiatrique et le ou la psychologue clinicien(ne) d'une unité médicale de niveau II/III.

**Psychologue clinicien(ne), si disponible.

- **Sensibiliser et former** : En collaboration avec les spécialistes de la santé mentale de la mission, les professionnels de santé sensibilisent et forment le commandement des agents en tenue et les autres professionnels de santé sur les questions de santé mentale. Il s'agit notamment de leur présenter le modèle du continuum de la santé mentale, de leur apprendre à reconnaître les signes de problèmes de santé mentale et à soutenir les personnes qui signalent des difficultés, et de leur doter des connaissances nécessaires pour orienter ces derniers vers une prise en charge appropriée.
- **Promouvoir la santé mentale** : Les professionnels de santé défendent les besoins des agents en tenue en matière de santé mentale au sein de leur organisation et au niveau politique. Ils veillent à ce que des soins de santé mentale appropriés soient disponibles et à ce que la santé mentale soit considérée comme une priorité au sein de la mission.
- **Coordination** : Les professionnels de santé coordonnent les actions entre le commandement de la mission et les unités médicales, en particulier à la suite d'un incident critique. Une coordination efficace est essentielle pour apporter en temps voulu le soutien nécessaire aux agents en tenue.
- **Fournir un accompagnement psychologique** : Les professionnels de santé devraient être en mesure de fournir des traitements fondés sur des données

scientifiques, y compris des entretiens, des médicaments et d'autres interventions. Des plans de traitement individualisés, adaptés aux besoins spécifiques des agents en tenue, devraient être élaborés et mis en œuvre.

- **Gérer les problèmes de santé mentale** : L'identification précoce et la réduction des troubles psychologiques contribuent au bien-être général des agents en tenue. L'évaluation et la prise en charge des troubles du sommeil, de l'anxiété, des symptômes post-traumatiques, de la dépression, des troubles liés à l'usage de substances, des comportements autoagressifs ou suicidaires, des troubles à symptomatologie somatique ou de tout autre problème de santé mentale doivent être réalisées dans les meilleurs délais par des professionnels de santé. Si l'état de la personne ne s'améliore pas, cette dernière peut être orientée vers un(e) expert(e) en santé mentale au sein de la mission.
- **Suivi et établissement de rapports** : Les professionnels de santé du pays fournisseur des contingents et du personnel de police doivent surveiller les niveaux de stress et les répercussions des événements critiques. Le suivi et l'établissement de rapports sur les indicateurs de santé mentale contribuent à une meilleure planification et à une affectation des ressources efficace.

Les professionnels de santé à tous les niveaux jouent un rôle essentiel dans le bien-être psychologique des agents en tenue. Leur travail est indispensable pour maintenir la disponibilité et l'efficacité de ces derniers. Si toutes les parties prenantes, notamment les professionnels de santé, contribuent aux soins de santé mentale, les spécialistes tels que les psychiatres et les psychologues cliniciens apportent des compétences supplémentaires qui renforcent les capacités des équipes d'intervention. Leurs connaissances approfondies et leur savoir-faire contribuent de manière significative à prendre en charge les troubles de santé mentale des agents en tenue de manière globale et complète, faisant d'eux des interlocuteurs privilégiés pour les problèmes de santé mentale au sein de la mission.

Agents en tenue – Rôles des individus

Chaque agent(e) en tenue est responsable de son bien-être physique et psychologique, eu égard à l'importance d'une attitude positive, d'un comportement social approprié, d'un rythme de sommeil sain, de bonnes capacités d'adaptation et du bien-être spirituel (notamment l'importance de garder espoir, de donner du sens, d'affirmer ses valeurs personnelles et de sentir utile). L'ONU exhorte en outre tous les agents en tenue à prendre les mesures qui s'imposent pour accorder toute l'importance nécessaire à leur bien-être psychologique, qui est un aspect fondamental de la disponibilité opérationnelle. Une telle approche considère que le bien-être psychologique relève d'une initiative personnelle que les facteurs externes ne peuvent à eux seuls susciter.

La stratégie de santé mentale reconnaît la diversité des problèmes de santé mentale dans les États Membres et le fait que les individus doivent connaître leur rôle dans la préservation de leur propre bien-être et de leur santé psychologique.

- **Participer à des modules de sensibilisation et de formation** : Les agents en tenue devraient participer aux modules de sensibilisation et de formation pour mieux connaître les problèmes communs de santé mentale. Cela permet de surmonter les obstacles aux demandes d'aide en cas de besoin.
- **Donner la priorité aux soins autonomes** : Prendre soin de soi de manière autonome, notamment en faisant de l'exercice physique régulier, en ayant des habitudes alimentaires saines et une bonne hygiène de sommeil, et en entretenant

une communication régulière avec sa famille et ses pairs, contribue au bien-être général et à la bonne santé psychologique.

- **Renforcer la résilience** : Les agents en tenue devraient renforcer leur résilience en pratiquant la pleine conscience, la pensée positive et la résolution de problèmes pour faire face efficacement au stress et à l'adversité.
- **Soutien des binômes** : Aider ses pairs à promouvoir le bien-être psychologique crée une culture solidaire et favorise le sentiment d'appartenance des agents en tenue.
- **Surmonter les préjugés** : Il est essentiel d'adopter une culture qui réduit la stigmatisation liée aux problèmes de santé mentale et encourage les agents à demander de l'aide en cas de besoin. Ces derniers doivent contribuer activement à réduire les obstacles aux demandes de prises en charge.
- **Demandes d'aide** : Il est essentiel de surmonter les réticences à s'adresser à des collègues, des amis, des membres de la famille ou des professionnels de santé mentale en cas de problèmes psychologiques. Chercher de l'aide à un stade précoce peut prévenir l'escalade des problèmes et assurer une intervention et un soutien opportuns.

5. Mise en œuvre de la stratégie

Pour réussir, la mise en œuvre de la stratégie de santé mentale pour les agents en tenue nécessite une collaboration systématique, planifiée et coordonnée de toutes les parties prenantes.

Une communication claire et un suivi continu des avancées sont essentiels afin de pouvoir procéder aux ajustements nécessaires.

La stratégie sera mise en œuvre selon une approche multimodale à partir d'indicateurs basés sur la population, de groupes de discussion et de mécanismes officiels et non officiels de retour d'information. Les exemples d'indicateurs sont le nombre d'agents ayant suivi les modules de sensibilisation, le taux de participation aux formations, le nombre de tests psychologiques réalisés, l'accès aux infrastructures de santé mentale et la facilité d'accès aux services de santé mentale. Tous ces éléments contribueront à apprécier l'acceptabilité et la faisabilité de cette stratégie, ainsi qu'à évaluer l'état de santé mentale des agents en tenue et à déterminer les éventuelles lacunes du cadre.

L'amélioration de la santé mentale est une responsabilité collective partagée par toutes les parties prenantes. Les rôles, les interventions et les calendriers spécifiques peuvent varier, mais chaque groupe de parties prenantes contribue collectivement à l'action globale. Les professionnels de santé mentale doivent être préparés à prendre en charge des troubles cliniques propres à la mission. Par ailleurs, le Secrétariat de l'ONU et les États Membres jouent un rôle dans l'atténuation des facteurs de stress au quotidien en veillant à la mise en place d'infrastructures et de moyens de communication adéquats. Une communication verticale et horizontale efficace est essentielle pour fournir un soutien psychologique optimal. Les rôles et responsabilités des différents agents en uniforme sont présentés à l'annexe I.

Compte tenu des nombreux volets de la stratégie, un guide de mise en œuvre sera élaboré afin d'orienter les utilisateurs vers les supports pédagogiques, les tests, les manuels de formation et les conseils sur la manière de gérer le mal-être (pour plus de détails, voir l'annexe I).

6. Une plateforme numérique

Une plateforme numérique (site Internet et application numérique) consacrée à la santé mentale constituera un outil de poids pour diffuser les éléments essentiels de la stratégie. Elle permettra d'offrir des informations accessibles et pratiques sur la santé mentale aux agents en tenue. Une telle utilisation de la technologie permettra d'atteindre le plus grand nombre et d'obtenir des résultats sans précédent. La plateforme comprendra des modules sur les activités de soins autonomes, les tests, les supports de formation et des vidéos.

Avantages :

- **Accessible** : la plateforme fournira une assistance 24 heures sur 24, qui pourra être renforcée rapidement en cas d'incidents critiques grâce à des ressources supplémentaires ;
- **Abordable** : la plateforme peut contribuer à améliorer l'accès aux services de soutien et à la formation en matière de santé mentale ;
- **Anonyme** : le respect de l'anonymat sur la plateforme peut contribuer à surmonter la stigmatisation et d'autres obstacles ;
- **Personnalisable** : les applications et les modules de la plateforme peuvent offrir des informations personnalisées en fonction des besoins individuels ;
- **Pratique** : la plateforme peut être utilisée hors ligne, il ne sera donc pas nécessaire d'être en ligne de manière continue.

Si les plateformes numériques peuvent améliorer l'accessibilité et fournir des soins psychologiques individualisés, elles ne peuvent toutefois pas répondre totalement aux besoins spécifiques de tout un chacun. La fonction d'utilisation hors ligne est essentielle, et la plateforme sera conçue pour minimiser les risques tout en maximisant son potentiel. La plateforme numérique sera hébergée en toute sécurité sur les serveurs de l'ONU. Les contributions des États Membres à son développement permettront d'améliorer son extensibilité, son accessibilité et son efficacité, tout en favorisant la coopération mondiale pour répondre aux besoins des agents en tenue dans le domaine de la santé mentale. L'accès aux informations, même après l'achèvement du déploiement des Nations Unies, est un facteur essentiel pour atteindre l'objectif à long terme d'atténuer les effets d'un déploiement stressant.

7. Annexes

- Annexe I : Directives des Nations Unies pour la gestion de la santé mentale
- Annexe II : Tests recommandés
- Annexe III : Catalogue d'information et de formation en santé mentale
- Annexe IV : Informations visant à aider les agents en tenue des Nations Unies, leurs familles et les pays fournisseurs de contingents et du personnel de police à comprendre et à gérer les problèmes liés au déploiement
- Annexe V : La prise en compte des questions de genre dans la promotion de la santé mentale des agents en tenue

8. Références

- Bailey, S. M., et al. (2011). *Comparative Analysis of NATO Resilience Training Programs*. Unité de recherche médicale de l'armée-Europe APO AE O9042.

- Goodwin, J., et Zaman, U. (2023). Editorial: Mental health stigma and UN Sustainable Development Goals. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 597.
- Shigemura, J., et al. (2016). Peacekeepers deserve more mental health research and care. *BJPsych Open*, 2(2), E3-E4.
- Shigemura, J., et Nomura, S. (2002). Mental health issues of peacekeeping workers. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 56(5), 483-491.
- Organisation pour la recherche et la technologie de l'OTAN. (2006). *Stress and Psychological Support in Modern Military Operations*.
- Organisation pour la recherche et la technologie de l'OTAN. (2012). *Psychological Aspects of Deployment and Health Behaviours*.
- Vermetten, E., et al. (2014). Deployment-related mental health support: a comparative analysis of NATO and allied ISAF partners. *European Journal of Psychotraumatology*, 5.
- Vermetten, E., et al. (2020). Leveraging technology to improve military mental health: Novel uses of smartphone apps. *Journal of Military, Veteran and Family Health*, 6(S1), 36-43.
- Organisation mondiale de la Santé. (2022). *WHO Guidelines on Mental Health at Work (Lignes directrices de l'OMS sur la santé mentale au travail)*. OMS : Genève.
- Organisation mondiale de la Santé. (2023). Stress : Questions-réponses. Accessible à l'adresse : <https://www.who.int/fr/news-room/questions-and-answers/item/stress>.