

**СТРАТЕГИЯ В ОБЛАСТИ
ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ
НЕГРАЖДАНСКОГО ПЕРСОНАЛА
ОРГАНИЗАЦИИ ОБЪЕДИНЕННЫХ
НАЦИЙ**



Оглавление

Предисловие	3
Глоссарий	4
Выражение признательности	6
Резюме	7
1. Введение и справочная информация	8
Прошлые и текущие миссии Организации Объединенных Наций	8
Призыв к повышению осведомленности о психическом здоровье	10
2. Сфера применения и цели	11
Сфера применения	11
Цели	11
3. Концепция ВОЗ: профилактика; защита и поощрение; поддержка	12
4. Мероприятия по обеспечению психического благополучия	15
Обзор функций и сфер ответственности государств-членов, СПВПК и Секретариата Организации Объединенных Наций	15
Функции руководства СПВПК	17
Функции медицинских специалистов	18
Негражданский персонал — функции отдельных индивидов	19
5. Реализация стратегии	20
6. Цифровая платформа	21
7. Приложения	21
8. Список литературы	22

Предисловие

В реализации своей миссии по продвижению мира и безопасности на всей планете Организация Объединенных наций полагается на непоколебимую преданность своего негражданского персонала. Проходя службу в разнообразных и зачастую непростых условиях, эти мужчины и женщины ставят под угрозу свое физическое и психическое благополучие. Глубоко ценя их самоотдачу и четко понимая стоящие перед ними уникальные вызовы, мы представляем данную Стратегию в области психического здоровья негражданского персонала Организации Объединенных Наций.

В соответствии с глобальной приверженностью достижению Целей устойчивого развития на период до 2030 года, включающих обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте, принятие целостного подхода к здоровью имеет решающее значение. Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье — это «состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». Это всеобъемлющее определение подчеркивает взаимосвязь между физическим, психическим и социальным аспектами в обеспечении благополучия человека.

В 2018 году Организация Объединенных Наций предприняла важный шаг, представив документ «Забота о здоровье сотрудников на благо мира: Стратегия обеспечения психического здоровья и благополучия в системе Организации Объединенных Наций» для гражданского персонала. Однако при более глубоком изучении выяснилось, что негражданский персонал Организации Объединенных Наций сталкивается с особым набором проблем и стрессовых факторов на рабочем месте.

Настоящая Стратегия в области психического здоровья подчеркивает чрезвычайную важность оптимизации грамотности нашего негражданского персонала в области психического здоровья, что позволит снизить барьеры на пути обращения за помощью в связи с проблемами психического здоровья. Обширные и весьма информативные приложения к стратегии определяют всесторонние роли и обязанности в области профилактики, защиты, поощрения и поддержки негражданского персонала, их семей и руководства при достижении целей стратегии. Мы приложили все усилия для того, чтобы обеспечить не только учет гендерных аспектов, но и культурную инклюзивность настоящего материала.

Мы выражаем глубочайшую признательность негражданским экспертам в области психического здоровья из различных государств-членов и стран, предоставляющих воинские и полицейские контингенты (СПВПК), Всемирной организации здравоохранения и неправительственным организациям, занимающимся вопросами психического здоровья, а также их профильным экспертам за их неоценимый вклад в разработку данной стратегии.

Следует отметить, что по мере реализации настоящей Стратегии в области психического здоровья и приложений к ней государствами-членами и СПВПК в них могут вноситься изменения и дополнения. Ваши отзывы сыграют важную роль в совершенствовании и адаптации этих ресурсов и внесут значительный вклад в благополучие и жизнестойкость негражданского персонала Организации Объединенных наций и их семей.

Эта стратегия — свидетельство нашего стремления сделать психическое благополучие тех, кто неустанно трудится на благо безопасного мира, одним из наших главных приоритетов.

Атул Кхар
Заместитель Генерального секретаря
по оперативной поддержке

Глоссарий

Травма, полученная в результате серьезного инцидента (ТСИ): событие, которое нельзя отнести к повседневным; внезапное и неожиданное, заставляющее человека терять контроль над собой, вызывающее ощущение опасности для жизни; может включать элементы физической или эмоциональной потери. ТСИ может быть получена в совершенно различных ситуациях, включая несчастные случаи, стихийные бедствия, насильственные преступления, а также события, с которыми индивид оказывается не в состоянии справиться и которые заставляют его чувствовать себя беспомощным. Степень серьезности травмы зависит от личного опыта и устойчивости индивида.

Психическое здоровье: состояние психического благополучия, которое позволяет людям справляться со стрессовыми ситуациями в жизни, реализовывать свой потенциал, успешно учиться и работать, а также вносить вклад в жизнь общества. Психическое здоровье — это неотъемлемый компонент здоровья и благополучия и представляет собой нечто большее, чем просто отсутствие психических расстройств.

Модель континуума психического здоровья: шкала благополучия, на разных концах которой находятся психическое здоровье и психическое заболевание. В зависимости от личных обстоятельств индивида в определенный момент времени, он может находиться в одной точке континуума и перемещаться в другие по мере улучшения или ухудшения ситуации.

Грамотность в области психического здоровья: относится к знанию и пониманию индивидом психических расстройств, а также способов обеспечения и сохранения психического благополучия. Это понятие охватывает способность распознавать проблемы психического здоровья, понимать факторы, влияющие на психического здоровье, а также понимать, как и где искать помощи или поддерживать себя или других.

Психическое расстройство: согласно Международной классификации болезней 11-го пересмотра (МКБ-11), психические расстройства — это синдромы, характеризующиеся клинически значимыми нарушениями в когнитивной сфере, эмоциональной регуляции или поведении человека, которые отражаются на психологических, биологических и связанных с развитием процессах, определяющих психическое и поведенческое функционирование. Эти отклонения обычно связаны с дистрессом или нарушениями в личной, семейной, социальной, учебной, профессиональной или других важных сферах функционирования. В настоящей стратегии термин «психическое расстройство» используется при обсуждении симптомов, которые относятся к определенным категориям психических расстройств.

Потенциально морально травмирующие события (ПМТС): переживания, относящиеся к событиям или ситуациям, которые могут нарушить моральный кодекс человека и привести к психологическому дистрессу или травме. Они могут быть субъективными и отличаться у разных людей, но часто связаны с такими переживаниями как предательство, воспринимаемая несправедливость, моральные прегрешения, наблюдение за причинением вреда или самоличное причинение вреда кому-либо.

Потенциально травмирующие события (ПТС): неожиданные события, способные вызвать экстремальные эмоциональные реакции и потенциально нарушить способность человека функционировать должным образом. Как правило, при этом персонал переживает, становится свидетелем или сталкивается с одним длительным

серьезным событием или рядом событий, происходящих в течение определенного периода времени и связанных с фактом или угрозой смерти, серьезных увечий или угрозой физической неприкосновенности для себя или других.

Психологическая устойчивость: относится к способности индивида эффективно адаптироваться и справляться с трудностями, проблемами, травмами или значительными источниками стресса, включая способность восстанавливаться после неблагоприятных ситуаций, поддерживать психологическое благополучие и продолжать позитивное и здоровое функционирование, несмотря на неудачи или сложные обстоятельства.

Психологическая забота о себе: относится к сознательным и проактивным действиям, которые индивиды предпринимают в целях заботы о своем психическом и эмоциональном благополучии. Она включает в себя целенаправленные действия по поддержанию, укреплению и защите своего психологического здоровья путем управления стрессом, преодоления трудностей и формирования позитивного самоощущения.

Стресс: стресс можно определить как состояние беспокойства или психического напряжения, вызванное тяжелой ситуацией. Стресс — это естественная человеческая реакция, побуждающая нас справляться с проблемами и угрозами, возникающими в нашей жизни. Каждый из нас в той или иной мере испытывает стресс. Но от того, как мы реагируем на него, во многом зависит наше общее благополучие.

Духовная подготовка: убеждения и практики, укрепляющие связь человека с источниками надежды, смысла и цели. Духовная подготовка может способствовать улучшению общего благополучия.

Стигма: относится к отрицательным установкам, убеждениям и стереотипам отдельных людей, групп или институтов по отношению к негражданскому персоналу, который сталкивается с нарушениями психического здоровья или обращается за помощью в связи с ними. Отрицательные установки и убеждения о психическом здоровье могут влиять на поведение и действия людей по отношению к другим. Эта стигма может создавать препятствия для признания и решения проблем с психическим здоровьем среди негражданского персонала. Стигматизирующие установки могут вызывать стыд, нежелание обращаться за помощью, а также убеждение, что обращение за помощью по поводу психического здоровья может негативно сказаться на карьере или репутации.

Реакция на травму: этим термином обозначается ряд психологических, эмоциональных и физиологических реакций, которые индивид может испытывать как следствие травмирующего события или ситуации. Эта реакция может охватывать различные эмоции, поведенческие проявления и физиологические изменения, вызванные воспоминаниями или напоминаниями о травмирующем опыте. К распространенным реакциям на травму можно отнести повышенную тревожность, непроизвольные рецидивирующие воспоминания, сверхнастороженность, избегание триггеров, эмоциональное оцепенение, перемены настроения, трудности с концентрацией, а также физические симптомы, такие как учащенное сердцебиение или потоотделение. Реакция на травму может сильно различаться у разных людей и может быть обусловлена такими факторами как характер травмы, прошлый опыт индивида и защитные механизмы.

Негражданский персонал – это военный/полицейский/судебный и пенитенциарный персонал, откомандированный из соответствующего государства-члена и участвующий в операциях по поддержанию мира в составе воинского контингента/полицейского подразделения или в качестве офицеров штаба, военных наблюдателей или полицейских, набираемых на индивидуальной основе.

Выражение признательности

Работа над данными материалами осуществлялась под руководством Атула Кхара, заместителя Генерального секретаря по оперативной поддержке (ЗГС ДОП), Лизы Буттенхайм, помощника Генерального секретаря по оперативной поддержке (ПГС ДОП) и д-ра Бернхарда Леннартца, директора Отдела управления здравоохранением, охраны труда и здоровья Департамента оперативной поддержки (ОУЗОТЗ/ДОП).

Менеджер проекта: Д-р Адарш Тиватиа, заместитель директора ОУЗОТЗ/ДОП.

Разработка и координация: Д-р Шашикумар Рамадугу, специалист по вопросам психического здоровья, ОУЗОТЗ/ДОП; д-р Эрик Верметтен, консультант-психиатр, ОУЗОТЗ/ДОП; д-р Ракеш Джетли, консультант-психиатр.

Группа поддержки ОУЗОТЗ/ДОП: Д-р Харапрудвешвара Кока Рао, консультант; д-р София Отенг, старший медицинский специалист; Брэнди Л. Брайант, специалист по качеству медицинской помощи и безопасности пациентов; д-р Саурабха Урми, аналитик данных.

Группа поддержки Департамента операций в пользу мира: Эндрю В. Морритт, помощник руководителя программ.

Консультативный совет по психическому здоровью из следующих государств-членов:

Австралия: полковник Неанн Беннет; **Босния и Герцеговина:** Камарич Санела;

Бразилия: капитан Каролина Сильвейра, капитан-лейтенант Лусиана Марзо Джапиассу; **Буркина-Фасо:** капитан Аиша Траоре; **Канада:** капитан (ВМС) Иэн Бек, подполковник Андреа Тукареа; **Китай:** подполковник Лунбяо Цуй, полковник Янь Гао;

Чехия: подполковник Павел Краль; **Восточный Тимор:** капитан Мануэль Перейра, капрал Сальвадор Сантос; **Эквадор:** майор Мария Куэста; **Германия:** полковник Петер Циммерманн, Аня Корте, Томас Айбль; **Гана:** подполковник Эммануэль Йобанья; д-р Эрика Данфрекуа Диксон; **Греция:** капитан Христос Пезиркианидис, капитан София Теодору; **Индия:** бригадир Винай Чаухан, полковник Рагху Мани; **Ирландия:** майор Дорота О'Брайен, д-р Фьоннбар Лениган; **Израиль:** майор Михал Лифшиц; **Мексика:** подполковник Хосе Мануэль Ромеро Торрес; **Марокко:** подполковник Яссин Оteman; **Непал:** бригадный генерал (д-р) Намрата Равал, д-р Прадип Манандхар, доцент; **Нидерланды:** военный врач Питер Эланд, майор

Мартина Хейтинг; **Филиппины:** майор Кристин Де Хесус, Корасон Арсе; **Португалия:** Фернандо Пассос, Хорхе Силва; **Румыния:** Лорина Аритон, Кэтэлин Кэлин; **Сербия:** подполковник д-р Данило Йокович; **Словакия:** Ладислав Мюллер, Эмилия Кинска; **Того:** Салиу Салифу.

Консультативный совет по психическому здоровью из системы ООН и НПО

СПСССИ/ДОБ: М. Сохейл Али, **ОУЗОТЗ/ККП:** Доун Стрейтон, Сильвия Кампо Санчес;

МИНУСКА: Кадидиату Гуро; **МИНУСМА:** Колин Брейди; **МООНСДРК:** Аннабель Борг;

NATAL (Израиль): Эфрат Шапрут, Идита Михаэль, Офир Пелег; **УВВ (координатор):** подполковник Юлия Батиста; **Отдел полиции, УВПОБ:** Ахмед Эль-Харрех; **UCSD:** Майкл М. Китви; **Группа по гендерному паритету ЦУ ООН:** Анника Ковар, Тануджа Йогараджа; **ВОЗ:** Вернер Обермейер; д-р Девора Кестель.

Резюме

Операции в пользу мира Организации Объединенных Наций развертываются в сложных, неблагоприятных условиях. В дополнение к традиционным операциям по поддержанию мира, в ходе которых негражданский персонал Организации Объединенных Наций осуществляет наблюдение за прекращением огня и выполнением мирных соглашений в мирных условиях, Совет Безопасности активно стремится открывать для миссий ООН новые рубежи. Помимо работы в сложных условиях, большинство миссий по поддержанию мира отвечают за защиту гражданского населения от насилия и имеют дело с крупномасштабными тяжкими преступлениями, серьезными нарушениями законов и обычаев ведения войны, а также действиями, классифицируемыми как преступления против человечности.

Система Организации Объединенных Наций не в силах ни изменить конкретную оперативную обстановку, которая может вызывать стресс и эмоциональное напряжение, ни предотвратить тяжелые последствия инцидентов для персонала. Организация Объединенных Наций признает, что настало время уделить приоритетное внимание улучшению понимания и учета потребностей негражданского персонала в области психического здоровья.

Организация Объединенных Наций также признает важность поддержания устойчивости и психологической подготовки негражданского персонала в целях обеспечения его операционной готовности и, следовательно, успеха миссий. Сложный характер текущих мандатов требует всеобъемлющего подхода к удовлетворению потребностей негражданского персонала в области психического здоровья.

Реализация Стратегии в области психического здоровья будет способствовать созданию более позитивной и благоприятной рабочей среды и позволит повысить осведомленность о трудностях, с которыми сталкивается негражданский персонал Организации Объединенных Наций. Стратегия направлена на профилактику, защиту, поощрение и поддержку; в качестве основы в ней используется хорошо зарекомендовавшая себя модель континуума психического здоровья, принятая во всех государствах-членах.

Инструменты, описанные в настоящей стратегии, будут доступны негражданскому персоналу на рабочем месте. Предполагается, на протяжении всего цикла развертывания персонал будет получать поддержку через цифровую платформу или приложение. Государствам-членам рекомендуется поддержать настоящую стратегию и интегрировать ее в собственные инициативы в области здоровья.

1. Введение и справочная информация

Психическое здоровье — это состояние психического благополучия, которое позволяет людям справляться со стрессовыми ситуациями в жизни, реализовывать свой потенциал, успешно учиться и работать, а также вносить вклад в жизнь общества. Это неотъемлемый компонент здоровья и благополучия, который лежит в основе наших индивидуальных и коллективных способностей принимать решения, строить отношения и формировать мир, в котором мы живем. (Всемирная организация здравоохранения, 2023)

Прошлые и текущие миссии Организации Объединенных Наций

В ходе прошлых и текущих миссий Организации Объединенных Наций негражданский персонал сталкивался с многочисленными стрессовыми факторами, зачастую не осознавая их психологического воздействия, и имел в своем распоряжении ограниченное количество средств для их преодоления. В Резолюции 2668 (2022) Совета Безопасности было рекомендовано «странам, предоставляющим воинские и полицейские контингенты, а также, сообразно обстоятельствам, государствам-членам и Секретариату ООН оказывать услуги по охране психического здоровья во время подготовки персонала перед развертыванием, чтобы помочь персоналу эффективно распознавать признаки и симптомы психических расстройств». В ней также было рекомендовано «на этапе после развертывания продолжать оказывать персоналу операций в пользу мира адекватные услуги по охране психического здоровья и психосоциальной поддержке с учетом потребностей и опыта тех, кому они оказываются, применяя, сообразно обстоятельствам, учитывающий гендерные аспекты подход»¹. Генеральная Ассамблея и Специальный комитет по операциям по поддержанию мира (С34) также подчеркивали необходимость профилактики и лечения психических расстройств и связанных с ними факторов риска², а в некоторых знаковых докладах Секретариата ООН рекомендуется стандартизировать медицинскую поддержку, включая поддержку психического здоровья негражданского персонала³.

Негражданский персонал операций в пользу мира Организации Объединенных Наций работает в уникальных условиях, зачастую расходящихся с теми, в которых ими была пройдена национальная военная или полицейская подготовка, в связи с чем удовлетворение их потребностей в области психического здоровья приобретает особую важность.

Всесторонняя оценка потребностей, проведенная ОУЗОТЗ в ходе четырех миссий с

1 S/RES/2668 (2022), принятая Советом Безопасности на его 9229-и заседании 21 декабря 2022 г.

2 См. резолюции Генеральной Ассамблеи A/RES/77/303, принятую 30 июня 2023 г. и A/RES/76/274 о сквозных вопросах, принятую 29 июня 2022 г., а также дополнение 17, гл. 3, приложение С, добавление 5 доклада Рабочей группы по принадлежащему контингентам имуществу Пятому комитету Генеральной Ассамблеи (A/77/736) об уровнях медицинской поддержки: требования и стандарты 2-го уровня (базовый полевой госпиталь); см. также *Официальные отчеты Семьдесят седьмой сессии Генеральной Ассамблеи, дополнение № 19 (A/77/19)*.

3 См. *Доклад Независимой группы высокого уровня по операциям по поддержанию мира «Объединяя силы ради мира: политика, партнерства и люди (A/70/95-S/2015/446)*; см. также Carlos Alberto dos Santos Cruz, William R. Phillips and Salvator Cusimano, *Improving Security of United Nations Peacekeepers: We Need to Change the Way We Are Doing Business* (публикация Организации Объединенных Наций, 2017).

высоким уровнем риска, еще больше укрепила уверенность в том, что стратегия в области психического здоровья просто необходима. В рамках данной оценки были выявлены наиболее значимые стрессовые факторы, их психологическое воздействие, препятствия для обращения за помощью и потенциальные решения.

Настоящая Стратегия в области психического здоровья негражданского персонала Организации Объединенных Наций призвана обеспечить комплексную основу для удовлетворения потребностей в области психического здоровья в соответствии с рекомендациями Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) по охране психического здоровья на рабочем месте. Стратегия направлена на профилактику, защиту, поощрение и поддержку. Мероприятия по каждому из этих аспектов должны реализовываться на каждом этапе цикла развертывания, от подготовки к развертыванию до возвращения домой, и должны быть направлены на повышение осведомленности о потребностях в области психического здоровья, сохранение устойчивости, борьбу со стигмой, а также обеспечение оперативной эффективности.

1 S/RES/2668 (2022), принятая Советом Безопасности на его 9229-и заседании 21 декабря 2022 г.

2 См. резолюции Генеральной Ассамблеи A/RES/77/303, принятую 30 июня 2023 г. и A/RES/76/274 о сквозных вопросах, принятую 29 июня 2022 г, а также дополнение 17, гл. 3, приложение С, добавление 5 доклада Рабочей группы по принадлежащему контингентам имуществу Пятому комитету Генеральной Ассамблеи (A/77/736) об уровнях медицинской поддержки: требования и стандарты 2-го уровня (базовый полевой госпиталь); см. также *Официальные отчеты Семьдесят седьмой сессии Генеральной Ассамблеи, дополнение № 19* (A/77/19).

3 См. *Доклад Независимой группы высокого уровня по операциям по поддержанию мира «Объединяя силы ради мира: политика, партнерства и люди»* (A/70/95-S/2015/446); см. также Carlos Alberto dos Santos Cruz, William R. Phillips and Salvator Cusimano, *Improving Security of United Nations Peacekeepers: We Need to Change the Way We Are Doing Business* (публикация Организации Объединенных Наций, 2017).

Призыв к повышению осведомленности о психическом здоровье

Данная стратегия направлена на повышение информированности о проблемах психического здоровья и их понимания среди негражданского персонала. Она направлена на развитие стрессоустойчивости, повышение доступности ресурсов по грамотности в области психического здоровья и создание позитивной и благоприятной рабочей среды.

Разработка настоящей стратегии обусловлена растущей осведомленностью о психическом здоровье и его воздействии на оперативную готовность негражданского персонала.

Она будет реализовываться при помощи различных инициатив и мероприятий, в которых приоритет отдается потребностям в области психического здоровья на протяжении всего цикла развертывания. Одна из целей стратегии — предоставить инструменты и информацию для поддержки психического здоровья и благополучия негражданского персонала (Приложение II).

К ключевым элементам стратегии относятся: работа со стрессовыми факторами, характерными для деятельности по поддержанию мира, содействие взаимопомощи и сплоченности подразделений, вовлечение лидеров в борьбу со стигмой, осуществление мероприятий по охране психического здоровья на различных этапах развертывания и поощрение обращения за помощью. Для преодоления психологических трудностей и положительного влияния на успех миссии в стратегию будут включены положения о быстром разрешении проблем.

Гендерная проблематика и психическое здоровье в условиях деятельности Организации Объединенных Наций по поддержанию мира тесно взаимосвязаны, поскольку гендерные факторы в значительной мере влияют на благополучие негражданского персонала. Традиционные гендерные нормы влияют на их роли, обязанности и взаимодействие в рамках миссий. Женщины, как правило, чаще взаимодействуют с местными сообществами и участвуют в решении гендерно обусловленных вопросов, однако подобные нормы могут способствовать закреплению ограничивающих стереотипов. Соответственно, представители обоих полов сталкиваются с проблемами различного характера, включая подверженность сексуальному и гендерному насилию, что сказывается на их психическом здоровье. Этот вопрос стоит особенно остро в случае с негражданским персоналом, в составе которого преобладают мужчины, не желающие обращаться за помощью или открыто обсуждать свое психическое здоровье из-за стигмы и гендерных стереотипов. Учитывая вышесказанное, гендерный подход к распределению ролей и обязанностей просто необходим.

Настоящая Стратегия в области психического здоровья негражданского персонала Организации Объединенных Наций основывается на развивающемся понимании психического здоровья в оперативной обстановке и имеющихся знаниях и полевых исследованиях, проведенных в ходе различных миссий. Она предусматривает создание культуры, в которой весь негражданский персонал может получить доступ к эффективной и своевременной помощи в области психического здоровья, что в конечном итоге будет способствовать успеху миссии.

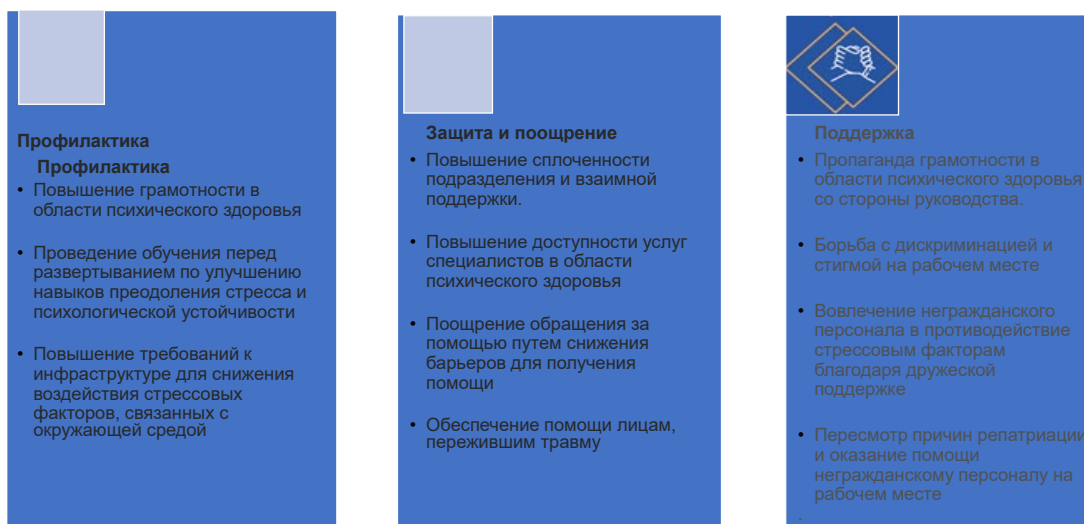
2. Сфера применения и цели

Сфера применения

Стратегия в области психического здоровья негражданского персонала Организации Объединенных Наций предусматривает всеобъемлющий и инклюзивный подход, согласующийся с рекомендациями ВОЗ по охране психического здоровья на рабочем месте. Ее сфера применения охватывает весь негражданский персонал Организации Объединенных Наций. Она направлена на:

- профилактику путем повышения осведомленности и понимания проблем психического здоровья с помощью образовательных и учебных инициатив.
- защиту и поощрение путем организации обучения по вопросам психического здоровья для негражданского персонала и членов их семей до, во время и после развертывания, расширения доступа к материалам о психическом здоровье, борьбы со стигмой и содействия обращению за помощью по поводу психических расстройств.
- поддержку путем создания позитивной и благоприятной рабочей среды, способствующей психическому здоровью и благополучию.

Рисунок 1. **Подход, согласованный с рекомендациями Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) по охране психического здоровья на рабочем месте, распространяющийся на весь негражданский персонал Организации Объединенных Наций**



Цели

Целями реализации стратегии являются следующие:

- разработать рекомендации по оказанию услуг в области психического здоровья в ходе миссий по поддержанию мира (Приложения I/II/III);
- предоставить психологическую поддержку и вмешательство с учетом культурных особенностей, разнообразного жизненного опыта и стрессовых факторов, с которыми сталкивается негражданский персонал;

- уделить внимание образованию, обучению и поддержке как основным элементам стратегии, каждый из которых предусматривает конкретные мероприятия и задачи;
- предоставить руководству информационные ресурсы для повышения осведомленности о психическом здоровье и снижения барьеров на пути обращения за услугами в области психического здоровья;
- создать платформу для поощрения обращения за помощью при психических расстройствах, преодоления барьеров и поддержки;
- интегрировать соображения психического здоровья во все аспекты планирования и развертывания миссии;
- предложить государствам-членам рекомендации по оказанию поддержки семьям развернутого персонала в рамках всего цикла развертывания;
- содействовать сотрудничеству и обмену знаниями между экспертами и заинтересованными сторонами государств-членов для улучшения поддержки в области психического здоровья;
- содействовать получению негражданским персоналом положительного опыта.

3. Концепция ВОЗ: профилактика; защита и поощрение; поддержка

«Психическое здоровье остается одним из наиболее недооцененных аспектов здравоохранения. Пришло время избавиться от стигмы, связанной с обращением за помощью, и обеспечить, чтобы каждый человек, где бы он ни находился, имел возможность получить необходимую ему поддержку».

(Антониу Гутерриш, Генеральный секретарь Организации Объединенных Наций, 2023)

Стратегия в области психического здоровья основывается на концепции ВОЗ по профилактике психических заболеваний, поощрению и защите психического здоровья и предоставлению помощи лицам, страдающим от психических расстройств. Основополагающее значение для этого имеют повышение грамотности в области психического здоровья и организация обучения, поддержание и укрепление психического здоровья и борьба со стигмой, связанной с проблемами психического здоровья.

Краеугольным камнем программ повышения грамотности и обучения в области психического здоровья является модель континуума психического здоровья, используемая в среде военнослужащих и персонала оперативного реагирования государств-членов. Философия этой модели заключается в том, что психическое здоровье — это не дихотомия психического благополучия и психической болезни, и оно включает в себя повышение грамотности всех заинтересованных лиц в области психического здоровья. Как и в случае с физическим здоровьем, психическое здоровье и благополучие человека могут претерпевать изменения, двигаясь в любом направлении по континууму от хорошего самочувствия к плохому или наоборот. Это отражено в таблице ниже (см. Таблицу 1). Эта модель признает, что симптомы психического здоровья могут проявляться по-разному и с разной степенью интенсивности, и оценивать их необходимо с использованием цельного и интегративного подхода, предусматривающего применение разнообразных методов,

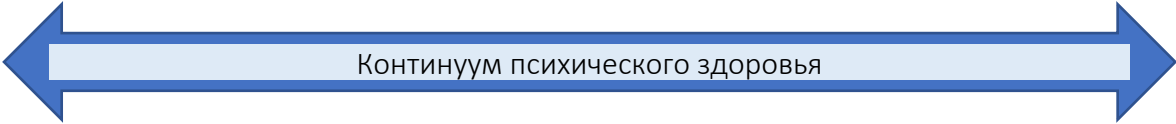
включая личные клинические интервью, анкетирование и наблюдение со стороны коллег или товарищей.

Просвещение по вопросам континуума психического здоровья имеет решающее значение для эффективности настоящей стратегии. Данная модель предлагает способы устранения последствий стресса и травмы для психического здоровья и методы улучшения психического благополучия. Ключевыми элементами стратегии являются профилактика, защита, поощрение и поддержка. Они включают следующее:

- **Обучение по вопросам психического здоровья:** Организация Объединенных Наций предоставит материалы по вопросам психического здоровья для старшего руководства, а также платформу для доступа к материалам для обучения негражданского персонала.
- **Психологическая забота о себе:** продвижение стратегий заботы о себе, таких как ведение здорового образа жизни, регулярная физическая активность, соблюдение гигиены сна, а также изучение методов релаксации, включая самоосознанность и медитацию; обмен базовыми знаниями и навыками, позволяющими распознавать расстройства психического здоровья и принимать соответствующие действия.
- **Взаимопомощь:** создание сообществ взаимопомощи и безопасных пространств, где негражданский персонал может поделиться своими переживаниями, обратиться за помощью и получить понимание со стороны тех, кому знакомы похожие трудности.
- **Управление стрессом:** обучение индивидов методам управления стрессом, включая навыки решения проблем, стратегии тайм-менеджмента и упражнения для расслабления, для эффективного противостояния стрессовым факторам.
- **Устойчивость:** обучение для повышения устойчивости посредством укрепления позитивного мышления, совершенствования навыков общения, развития стрессоустойчивости и содействия построению сообществ социальной поддержки.
- **Реакция на травму:** разработка планов по работе с травмами и поддержке тех, кто столкнулся с потенциально травмирующими событиями (ПТС) и потенциально морально травмирующими событиями (ПМТС); при этом особое внимание следует уделить конфиденциальности и неприкосновенности частной жизни при оказании психиатрической помощи.

Таблица 1

Описание изменений в психическом здоровье в виде континуума



	ЗДОРОВЬЕ	РЕАКЦИЯ	ТРАВМА	ЗАБОЛЕВАНИЕ
НАСТРОЕНИЕ	Нормальные колебания настроения, невозмутимый, спокойно воспринимает происходящие события	Раздражительный, нетерпеливый, нервный, грустный, подавленный	Гнев, тревога, всепроникающая грусть/безнадежность	Вспышки гнева/агрессия, чрезмерная тревога/панические атаки/депрессивные или суицидальные мысли
МИРОВОЗЗРЕНИЕ И РАБОТОСПОСОБНОСТЬ	Хорошее чувство юмора, отличная работоспособность, душевный контроль	Проявляет сарказм, медлительность, забывчивость	Негативное мировоззрение, плохая работоспособность/трудоголик/сложности с концентрацией или принятием решений	Открытое неподчинение, неспособность выполнять обязанности/контролировать поведение/концентрироваться
СОН	Регулярный режим сна, незначительные трудности с засыпанием	Проблемы со сном, навязчивые мысли, кошмары	Беспокойный, нарушенный сон, повторяющиеся образы/кошмары	Невозможно заснуть или продолжать спать, спит слишком много или слишком мало
ФИЗИЧЕСКИЕ СИМПТОМЫ	Хорошее самочувствие и высокий уровень энергии	Напряжение в мышцах, головные боли, низкий уровень энергии	Сильные боли, повышенная утомляемость	Физическое недомогание, постоянная усталость
СОЦИАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ	Физически и социально активен	Сниженная социальная активность	Избегание или отказ от физической и социальной активности	Не выходит из дома или не отвечает на телефонные звонки
АЛКОГОЛЬ И АЗАРТНЫЕ ИГРЫ	Ограниченное употребление алкоголя/участие в азартных играх или отказ от них	Регулярное, но контролируемое употребление алкоголя/участие в азартных играх как средство преодоления	Более частое, чем обычно, употребление алкоголя/участие в азартных играх, сложности с контролем отрицательных последствий	Частое употребление алкоголя или участие в азартных играх, неспособность контролировать тяжкие последствия
ДУХОВНАЯ ПОДГОТОВКА	Увлечен смыслом и целью жизни, полон надежд на жизнь и будущее	Сохраняет смысл и цель жизни, сохраняет надежду на жизнь и будущее	Теряет смысл жизни и чувство цели, имеет мало надежд на жизнь и будущее	Считает, что жизнь не имеет смысла или цели, безнадежность в отношении жизни и будущего

Инициативы по укреплению психического здоровья будут учитывать культурную принадлежность негражданского персонала и будут направлены на решение уникальных проблем и преодоление стрессовых факторов, с которыми они могут столкнуться в различных условиях и ситуациях. Пропаганда психического здоровья со стороны старшего руководства при ежедневном взаимодействии с негражданским персоналом позволит уменьшить стигму/нерешительность и будет способствовать раннему обращению за помощью. Модули по образованию, обучению и поддержке могут быть интегрированы в цикл развертывания.

Ключевые области поддержки психического здоровья негражданского персонала:

- **Доступность услуг по охране психического здоровья:** Повышение доступности и квалификации специалистов в области психического

здоровья в составе миссии; интеграция услуг по охране психического здоровья с общими услугами здравоохранения для уменьшения дифференциации и увеличения доступности.

- **Осведомленность о поддержке психического здоровья и ее использование:** Повышение осведомленности об имеющихся в миссии ресурсах по охране психического здоровья и содействие их использованию.
- **Пропаганда психического здоровья:** Поощрение руководителей негражданского персонала к пропаганде психического здоровья в общении с негражданским персоналом, борьбе со стигмой и содействию обращению за помощью.
- **Борьба со стигмой, связанной с психическим здоровьем:** Опасаясь возможной репатриации, человек иногда скрывает ранние признаки и симптомы до тех пор, пока они не начнут наносить ему более серьезный вред и негативно сказываться на оперативной готовности негражданского персонала и миссии в целом. Негражданский персонал часто не решается обратиться за помощью в связи с симптомами психических расстройств из-за боязни дискриминации или осуждения со стороны коллег или начальства. Эта нерешительность может быть особенно явно выражена в миссиях по поддержанию мира, где обращение за помощью иногда рассматривается как признак слабости или уязвимости. Важной задачей будет являться привлечение внимания негражданского персонала и его руководства к вопросам психического здоровья и важности раннего вмешательства и возвращения к службе.

Предусматривая конкретные действия по борьбе со стигмой и созданию атмосферы поддержки, Стратегия в области психического здоровья может повысить вероятность раннего вмешательства, что приведет к успешному скорейшему возвращению персонала в строй, позволит избежать репатриации и в конечном итоге положительно скажется на оперативной готовности как отдельных индивидов, так и миссии в целом.

4. Мероприятия по обеспечению психического благополучия

Обзор функций и сфер ответственности государств-членов, СПВПК и Секретариата Организации Объединенных Наций

Секретариат Организации Объединенных Наций будет выполнять функции управления и мониторинга реализации инициатив в области психического здоровья, рекомендованных в данном документе. В соответствии с рекомендациями доклада Специального комитета по операциям по поддержанию мира, представленного на основной сессии 2023 года (A/77/19), Секретариат предоставит СПВПК и государствам-членам доступ к информационным материалам и руководствам по повышению осведомленности и грамотности в области психического здоровья. Организацией Объединенных Наций будут разработаны механизмы мониторинга и оценки для определения эффективности поддержки психического здоровья, оказанной в период развертывания негражданского персонала. Государства-члены могут оказывать помощь в наращивании потенциала и возможностей СПВПК, проводя отбор и психологическую подготовку персонала для развертывания в миссиях Организации Объединенных Наций в рамках двусторонних партнерств.⁴

СПВПК могут работать над повышением грамотности в области психического здоровья, осуществлять скрининг и различные программы обучения негражданского персонала, используя ресурсы, представленные в приложениях к данной стратегии. В частности, указанные мероприятия могут включать оценку и контроль психического здоровья персонала до развертывания, обеспечение надлежащей поддержки и доступа к услугам специалистов по психическому здоровью во время развертывания, а также выявление и устранение проблем с психическим здоровьем после развертывания.

Таблица 2

Краткий обзор функций и сфер ответственности Секретариата Организации Объединенных Наций и СПВПК в области поддержки психического здоровья

Функции и сферы ответственности	Секретариат Организации Объединенных Наций	Страны, предоставляющие воинские и полицейские контингенты (СПВПК)
Руководство	Пропаганда психического здоровья как приоритета в миссиях	Обеспечение приоритетности психического здоровья негражданского персонала во время развертывания
Грамотность в области психического здоровья	Предоставление рекомендаций, материалов по обучению и грамотности	Обеспечение доступа к ресурсам по грамотности в области психического здоровья, программам поддержки и услугам специалистов
Услуги по поддержке	Обеспечение развертывания экспертов по психическому здоровью в соответствии со списком принадлежащего контингентам имущества	Обеспечение доступа к имеющимся услугам по поддержке психического здоровья
Направление к специалистам	Разработка схемы направления персонала к специалистам	Содействие направлению к специалистам персонала, нуждающегося в специализированной психологической помощи
Борьба со стигмой	Содействие информационно-просветительской работе для борьбы со стигмой в отношении психического здоровья	Борьба со стигмой среди своего персонала и содействие открытому общению
Мониторинг	Мониторинг тенденций и потребностей в области психического здоровья	Контроль состояния психического здоровья, выявление потребностей и внесение необходимых коррективов
Оценка	Оценка эффективности программ по охране психического здоровья	Оценить результатов реализации инициатив по поддержке психического здоровья среди своего персонала

Следует отметить, что эти функции и сферы ответственности могут варьироваться в зависимости от конкретных условий миссии, соглашений и ресурсов, имеющихся в распоряжении Организации Объединенных Наций и СПВПК

Функции руководства СПВПК

Для обеспечения благополучия негражданского персонала Организации Объединенных Наций в ходе миссий на этапе развертывания ему должна оказываться психологическая поддержка в соответствии с научно обоснованными принципами.

- **Создание культуры поддержки:** руководство должно уделять приоритетное внимание психическому здоровью как важнейшему аспекту общего благополучия. Ему следует выявлять и решать проблемы психического здоровья на ранних стадиях, поощрять обращение за помощью и обеспечивать доступ к соответствующей поддержке и лечению. Руководители могут смягчить действие стрессовых факторов, соблюдая стандарты инфраструктуры и увеличивая количество культурно-бытовых мероприятий для негражданского персонала в ходе миссий.
- **Предоставление материальных ресурсов:** необходимо обеспечить негражданскому персоналу доступ к ряду материалов, посвященных психическому здоровью, включая программы взаимопомощи и психологической поддержки. Необходимо устранить барьеры, препятствующие получению медицинской помощи, такие как стигма, для содействия обращению за помощью.
- **Содействие образованию и обучению:** руководство следует обеспечить информационными ресурсами, необходимыми для образования и обучения по вопросам психического здоровья, выявления потребностей в охране психического здоровья, содействия процессу направления к специалистам и создания благоприятной рабочей обстановки. Группы по охране психического здоровья должны пройти специальную подготовку по работе с конкретными расстройствами психического здоровья.
- **Работа с организационными стрессовыми факторами:** организационные факторы, влияющие на психическое здоровье, такие как требования к питанию, переменная рабочая нагрузка, социальная поддержка, условия для отдыха и средства коммуникации, следует выявлять и улучшать для создания благоприятной рабочей обстановки. Также важно обеспечить высокий уровень сплоченности подразделения.
- **Мониторинг и оценка:** необходимо внедрить процедуры отслеживания состояния психического здоровья негражданского персонала и оценки эффективности программ по охране психического здоровья. По результатам регулярного мониторинга и оценки должны вноситься необходимые изменения для улучшения поддержки психического здоровья.

Функции медицинских специалистов

Психиатрическая помощь должна быть интегрирована в общие медицинские услуги. Медицинские специалисты миссии и СПВПК выполняют важные функции в оказании поддержки психического здоровья:

Таблица 3

Состав групп по психическому здоровью миссии и СПВПК

<i>Группа по охране психического здоровья миссии</i>	<i>Группа по охране психического здоровья СПВПК</i>
Старший офицер медицинской службы (СПВПК) Начальник медицинской службы Специалист медицинской службы Сил Эксперт(-ы) миссии по психическому здоровью* Командующий сектором	Старший офицер медицинской службы Религиозный/духовный наставник Общий/клинический психолог**/психотерапевт Командир роты Командир подразделения

**Эксперт миссии по психическому здоровью — это психиатр, медсестра психиатрии и общий/клинический психолог в медицинской организации II/III уровня.*

***Общий/клинический психолог (при наличии).*

- **Обеспечение образования и обучения:** медицинские специалисты будут координировать свои действия со специалистами миссии в области психического здоровья и проводить обучение и подготовку по вопросам психического здоровья для руководителей негражданского персонала и других медицинских работников. Обучение будет включать такие темы как модель континуума психического здоровья, распознавание признаков психических расстройств, оказание поддержки лицам, сообщаящим о трудностях, и получение необходимой помощи.
- **Пропаганда психического здоровья:** медицинские специалисты должны отстаивать потребности негражданского персонала в охране психического здоровья как в рамках своих организаций, так и на стратегическом уровне. Они должны работать над тем, чтобы обеспечить наличие надлежащей психиатрической помощи, а также над тем, чтобы психическое здоровье было приоритетным в рамках миссии.
- **Координация:** медицинские специалисты должны координировать действия руководства миссии и медицинских учреждений, в особенности после серьезных инцидентов. Эффективная координация имеет решающее значение для оказания своевременной и надлежащей поддержки негражданскому персоналу.
- **Проведение психологических вмешательств:** медицинские специалисты должны обеспечивать применение научно обоснованных методов лечения психических расстройств, включая консультирование, медикаментозное лечение и другие виды вмешательства. Следует разрабатывать и реализовывать индивидуальные планы лечения, учитывающие конкретные потребности негражданского персонала.
- **Решение проблем психического здоровья:** раннее выявление и снижение психологической заболеваемости способствуют общему благополучию негражданского персонала. Медицинские специалисты должны своевременно

проводить оценку и лечение расстройств сна, тревожности, реакций на травму, депрессии, расстройств, связанных с употреблением психоактивных веществ, самоповреждения/суицидального поведения, симптомов расстройств телесного дистресса и любых других проблем психического здоровья. Если адекватной реакции не наблюдается, пациент может быть направлен к специалисту по психическому здоровью в составе миссии.

- **Отслеживание и отчетность:** медицинские специалисты СПВПК должны отслеживать тенденции развития стрессовых факторов и последствия критических событий. Отслеживание показателей психического здоровья и подготовка отчетности по ним способствуют эффективному планированию и распределению ресурсов.

Медицинские специалисты всех уровней играют важнейшую роль в сохранении психического здоровья негражданского персонала. Их работа незаменима для поддержания общей готовности и эффективности негражданского персонала. Хотя свой вклад в охрану психического здоровья вносят все заинтересованные стороны, включая медицинских работников, такие специалисты как психиатры и общие/клинические психологи обладают дополнительным опытом, который расширяет возможности групп реагирования. Их специальные знания и навыки в значительной мере способствуют комплексному решению проблем психического здоровья и обеспечению всесторонней поддержки негражданского персонала, в связи с чем именно они выполняют роль координаторов в решении проблем психического здоровья в миссии.

Негражданский персонал — функции отдельных индивидов

Признавая важность поддержания правильного настроения, социального поведения, режима сна, стрессоустойчивости и духовного благополучия (надежды, смысла и цели жизни, личных ценностей), каждый представитель негражданского персонала должен принять на себя ответственность за собственное физическое и психологическое здоровье. Организация Объединенных Наций призывает весь негражданский персонал нести ответственность за принятие необходимых мер по обеспечению приоритетности своей психологической подготовки как фундаментального аспекта оперативной готовности. Этот подход подразумевает, что поддержание психологического благополучия — это личное обязательство, которое невозможно контролировать только извне.

Стратегия в области психического здоровья признает, что проблемы психического здоровья в разных государствах-членах имеют различный характер и что каждый человек должен осознавать свою роль в сохранении собственного благополучия и психологического здоровья.

- **Участие в модулях образования и обучения:** негражданский персонал должен участвовать в модулях образования и обучения для повышения своей осведомленности о распространенных проблемах психического здоровья. Это будет способствовать преодолению барьеров к обращению за помощью.
- **Приоритет заботы о себе:** такие виды деятельности как регулярные физические упражнения, здоровое питание, правильная гигиена сна и регулярное общение с семьей и коллегами способствуют общему благополучию и психологическому здоровью.
- **Повышение психологической устойчивости:** негражданскому персоналу следует повышать свою психологическую устойчивость, практикуя

самоосознанность, позитивное мышление и навыки решения проблем, чтобы эффективно справляться со стрессом и трудностями.

- **Взаимопомощь:** поддержка коллег в деле обеспечения психологического благополучия создает культуру взаимопомощи и способствует формированию чувства общности среди негражданского персонала.
- **Борьба со стигмой:** принятие культуры, способствующей борьбе со стигмой в отношении проблем психического здоровья и поощряющей обращение за помощью, имеет существенное значение. Негражданскому персоналу следует активно участвовать в сокращении препятствий к обращению за психологической помощью.
- **Обращение за помощью:** очень важно не стесняться обращаться к коллегам, друзьям, родственникам или специалистам по психическому здоровью при возникновении психологических проблем. Раннее обращение за помощью может предотвратить эскалацию проблем с психическим здоровьем и способствовать своевременному вмешательству и поддержке.

5. Реализация стратегии

Успешная реализация Стратегии в области психического здоровья негражданского персонала требует хорошо спланированных и скоординированных усилий с участием всех заинтересованных сторон, выполняемых систематически.

Большое значение имеет четкая коммуникация и отслеживание текущего прогресса, позволяющее вносить необходимые коррективы.

Будет принят мультимодальный подход, включающий популяционные показатели, фокус-группы, а также формальные и неформальные механизмы обратной связи. Среди возможных инструментов измерения можно отметить отслеживание числа лиц, прошедших обучение по образовательным модулям и участия в тренингах, оценки психического здоровья, доступа к инфраструктуре психического здоровья и легкости доступа к услугам в области психического здоровья. Это поможет оценить приемлемость и эффективность данной стратегии, а также оценить состояние психического здоровья негражданского персонала и выявить любые пробелы в системе.

Укрепление психического здоровья — это коллективная ответственность, которую разделяют все заинтересованные стороны. Конкретные функции, вмешательства и сроки могут отличаться, но в общем деле участвуют все без исключения группы заинтересованных лиц. Специалисты в области психического здоровья должны быть подготовлены к работе с клиническими проявлениями, характерными для конкретной миссии. В то же время Секретариат Организации Объединенных Наций и государства-члены обеспечивают смягчение повседневных стрессов, обеспечивая надлежащую инфраструктуру и средства связи. Эффективная вертикальная и горизонтальная коммуникация имеет решающее значение для оказания оптимальной психологической поддержки. Функции и сферы ответственности различных лиц в составе негражданского персонала подробно описаны в Приложении I.

Учитывая то, что стратегия включает в себя многочисленные компоненты, необходимо руководство по ее реализации. В этом руководстве пользователям будут предложены образовательные материалы, инструменты для скрининга, учебные пособия и руководства по лечению психических расстройств (более подробно см. в Приложении I).

6. Цифровая платформа

Цифровая платформа (веб-сайт и цифровое приложение), посвященная психическому здоровью, станет мощным инструментом для распространения информации о важнейших элементах стратегии. Эта платформа будет предлагать негражданскому персоналу доступную и полезную информацию о психическом здоровье. Благодаря использованию технологий можно добиться беспрецедентного охвата и воздействия. Платформа будет включать модули, содержащие ресурсы самопомощи, инструменты для скрининга, учебные материалы и видео.

Преимущества:

- **Доступность:** платформа позволит получать круглосуточную поддержку, которая может быть мгновенно усилена во время серьезных инцидентов за счет дополнительных ресурсов.
- **Экономичность:** платформа может способствовать улучшению доступа к поддержке и обучению в области психического здоровья.
- **Анонимность:** сохранение анонимности в рамках платформы может помочь в борьбе со стигмой и другими препятствиями.
- **Персонализация:** приложения и модули платформы могут предлагать персонализированную информацию о психическом здоровье с учетом индивидуальных потребностей.
- **Удобство:** платформу можно использовать в офлайн-режиме, что исключает необходимость постоянного присутствия в сети.

Хотя цифровые платформы могут повысить доступность психологической помощи и содействовать в получении персонализированных услуг, они не могут полностью заменить обращение к специалисту. Возможность использования в офлайн-режиме имеет большое значение, и платформа будет разработана таким образом, чтобы минимизировать риски при максимальном увеличении ее потенциала. Цифровая платформа будет размещена на надежных серверах Организации Объединенных Наций. Участие государств-членов в ее разработке повысит масштабируемость, доступность и эффективность, способствуя глобальному сотрудничеству в удовлетворении потребностей негражданского персонала в охране психического здоровья. Доступ к информационным ресурсам даже после завершения развертывания операций Организации Объединенных Наций будет решающим фактором в достижении долгосрочной цели смягчения последствий воздействия стрессовых факторов.

7. Приложения

- Приложение I: Руководство Организации Объединенных Наций по охране психического здоровья.
- Приложение II: Рекомендуемые инструменты скрининга.
- Приложение III: Каталог ресурсов для обучения и повышения грамотности в области психического здоровья
- Приложение IV: Информация для помощи негражданскому персоналу Организации Объединенных Наций, членам их семей и СПВПК в понимании и разрешении связанных с развертыванием вопросов
- Приложение V: Учитывающий гендерные аспекты подход к психическому здоровью негражданского персонала.

8. Список литературы

- Bailey, Suzanne M., and others (2011). *Comparative Analysis of NATO Resilience Training Programs*. Army Medical Research Unit-Europe APO AE O9042.
- Goodwin, John, and Umar Zaman (2023). Editorial: Mental health stigma and UN Sustainable Development Goals. *Frontiers in Psychiatry*, vol. 14 (April), p. 597.
- Shigemura, Jun, and others (2016). Peacekeepers deserve more mental health research and care. *BJPsych Open*, vol. 2, No. 2 (March), pp. e3–e4.
- Shigemura, Jun, and Soichiro Nomura (2002). Mental health issues of peacekeeping workers. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, vol. 56, No. 5 (August), pp. 483–491.
- NATO Research and Technology Organization (2006). *Stress and Psychological Support in Modern Military Operations*.
- NATO Research and Technology Organization (2012). *Psychological Aspects of Deployment and Health Behaviours*.
- Vermetten, Eric, and others (2014). Deployment-related mental health support: a comparative analysis of NATO and allied ISAF partners. *European Journal of Psychotraumatology*, vol. 5, No. 1.
- Vermetten, Eric, and others (2020). Leveraging technology to improve military mental health: Novel uses of smartphone apps. *Journal of Military, Veteran and Family Health*, Vol. 6, suppl. 1, pp. 36–43.
- World Health Organization (2022). *WHO Guidelines on Mental Health at Work*. Geneva.
- World Health Organization (2023). Q&A: Stress: <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress>, 21 February.