

Forum : Forum Citoyen sur la Santé mentale**Thématique : Les jeunes en première ligne face à la dégradation de la santé mentale ?**

Nom de la Citoyenne : Nasima Belkacem

Situation familiale • Marié/en couple ○ Célibataire ○ Avec enfants, si oui combien 2	Niveau d'étude ○ Primaire ○ Secondaire • Universitaire
--	--

1. De quelle manière êtes-vous concerné.e par le sujet ?

En tant qu'enseignante de kabyle à Boumerdès, je suis directement concernée par la santé mentale des jeunes que j'accompagne au quotidien. L'école est un lieu où peuvent se manifester différentes formes de pression, notamment liées aux études, aux attentes familiales, aux relations sociales et à l'incertitude concernant l'avenir. En tant qu'enseignante, je peux donc observer certaines difficultés rencontrées par les jeunes et jouer un rôle dans leur écoute et leur accompagnement.

Cette question est particulièrement importante en Algérie. Selon les estimations de l'UNICEF basées sur les données du Global Burden of Disease de 2019, environ 15,9 % des adolescents algériens âgés de 10 à 19 ans vivent avec un trouble mental, soit plus d'un million de jeunes. Les estimations sont similaires chez les filles (15,7 %) et les garçons (16,1 %). À l'échelle mondiale, environ un adolescent sur sept vit avec un trouble mental.

Mon travail d'enseignante me fait également réfléchir à l'importance du sentiment d'appartenance et de l'identité chez les jeunes. En Kabylie, la langue et la culture amazighes occupent une place importante dans l'identité de nombreuses personnes. Je pense qu'un environnement scolaire dans lequel les jeunes peuvent exprimer leur identité, leur culture et leurs difficultés sans crainte du jugement peut contribuer à leur bien-être. Cela ne signifie pas que les questions d'identité sont en elles-mêmes une cause de problèmes de santé mentale, mais qu'elles peuvent faire partie des facteurs qui influencent le vécu et le bien-être d'un jeune.

2. Que proposez-vous à votre échelle ?

À mon échelle, je souhaite contribuer à faire de l'école un espace où la santé mentale est prise au sérieux. Je propose d'abord de renforcer la sensibilisation des élèves à la santé mentale afin qu'ils puissent mieux reconnaître le stress, l'anxiété ou d'autres signes de mal-être chez eux-mêmes et chez leurs camarades. Je pense également qu'il serait utile de mieux former les enseignants afin qu'ils sachent comment réagir lorsqu'un élève semble rencontrer des difficultés et vers quels professionnels l'orienter.

Je souhaite aussi favoriser des moments de dialogue au sein des établissements scolaires. Les jeunes doivent pouvoir parler de leurs difficultés sans que celles-ci soient automatiquement considérées comme un manque de volonté ou de sérieux. Enfin, en tant qu'enseignante de kabyle, je souhaite encourager un environnement scolaire qui respecte les différentes identités linguistiques et culturelles des élèves. Pour moi, la prévention passe donc à la fois par l'information, l'écoute, la lutte contre la stigmatisation et une meilleure orientation vers des professionnels lorsque cela est nécessaire.