

Forum : Forum citoyen sur la santé mentale

2026

Thématique : Les jeunes en première ligne face à la dégradation de la santé mentale ?

Nom du Citoyen : Clara Laemont

Situation familiale • Marié/encouple ○ Célibataire • Avec enfants, si oui combien : 1	Niveau d'étude ○ Primaire ○ Secondaire • Universitaire
--	---

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

Je m'appelle Clara Laemont et je suis policier à Séoul, capitale de la Corée du Sud et depuis maintenant 15 ans je fais partie de la brigade anti-suicide sur les ponts de la ville. Mon travail est donc de sauver les personnes après qu'elles ont sautées où parler quand elles ont besoin d'aide, avant de commettre l'irréparable.

Grâce à mon expérience professionnelle, je suis bien placé pour constater le problème que ce pays a envers nombreux jeunes vulnérables et avec des difficultés mentales. Au fur et à mesure que le temps passe j'ai été forcé de constater une augmentation majeure du pourcentage d'étudiants souhaitant mettre fin à leurs jours en sautant des ponts de Séoul. En effet, en 2024, c'est la première cause de mortalité chez les personnes de 10 à 49 ans et, en 2023, ce sont 214 étudiants coréens qui se sont suicidés, le nombre le plus élevé jamais enregistré par le pays. Grâce à ma longue expérience, j'ai eu l'occasion d'écouter et comprendre leurs histoires avec toutes les difficultés auxquelles ils font face telle que la pression scolaire, le harcèlement, les attentes familiales ou bien l'isolement.

Ma vie personnelle est aussi affectée par mon travail car, ayant un adolescent à la maison, j'angoisse toujours à l'idée que la personne que je secoure peut-être lui. Je parle à des jeunes gens qui peuvent être plus jeunes que lui mais je suis quand même obligé de les persuader que la mort ne vaut pas le coup et que la vie s'améliore. Mais peu importe les efforts de mon équipe et moi, les personnes ayant essayées de se donner la mort sont 22% plus susceptibles de faire une nouvelle tentative, et peut être qu'on ne sera pas là la fois d'après.

Après chaque personne sauvée, je ne cesse de découvrir toutes les failles que ce pays ne veut pas remplir afin de sauver la jeunesse avant qu'elle se retrouve à se sentir obligé de sauter d'un de nos ponts. Nous intervenons seulement quand la situation est déjà grave alors que si on aide les jeunes au début de leur angoisses, il n'y aurait personne à sauver.

2. Que proposez-vous à votre échelle ?

A moi seul, je ne suis pas en position de faire quelque chose à part essayer, au mieux de mes capacités de décourager et sauver les personnes qui veulent commettre l'irréparable. Il faut s'attaquer à la fondation même du système mis en place par la société, un jeune peut subir du harcèlement dans n'importe quel environnement que ce soit à l'école, à la maison ou bien même en ligne, sans support il peut être complètement seul sans aucun endroit pour se reposer ou sans personne pour se confier.

C'est pourquoi, pour commencer résoudre le problème, il faut mettre en place un soutien stable et fiable pour les étudiants. Il consisterait de non seulement les écouter mais aussi prendre action afin de les protéger d'éventuelles personnes leur faisant du mal. Il faudrait mettre en place une liaison entre psychologues, écoles, familles et les forces de l'ordre afin de prendre en charge un jeune dès qu'il commence à présenter des signes de détresse. La brigade pourrait par exemple travailler directement avec les établissements scolaires pour sensibiliser ainsi que guider les jeunes dans le besoin. Pour sensibiliser, nous pourrions faire des sortes de conférences en parlant de notre expérience face à la détresse des jeunes, ce qui aiderait non seulement les personnes en difficulté mais aussi leurs camarades et professeurs afin que les signes de détresse soit connus.

De plus, avec l'arrivée des réseaux sociaux, le cyberharcèlement a pris une grande ampleur et signifie que la personne visée va même continuer à subir tout seul chez elle à travers son téléphone. Ce qui va lui donner encore plus la sensation d'être seule et de ne pouvoir jamais y échapper. C'est pourquoi il est primordial d'établir un endroit sécurisé pour qu'elle puisse parler librement sans avoir peur d'être jugé ou réprimander.

Enfin après qu'une personne a été sauvée après une tentative, il faut absolument la prendre en charge et ne pas la laisser retourner à sa vie quotidienne. Selon moi, un suivi psychologique gratuit doit être obligatoirement donné à la personne pour être présent lors d'une nouvelle crise éventuelle.

À mon échelle, je peux donc aider à renforcer les liens entre les brigades de police, les établissements scolaires, les psychologues et les familles. Aussi, je peux activement aider à la sensibilisation des jeunes dans les écoles ainsi que faire remonter aux institutions quelconque problème du nouveau système mis en place.

Après avoir consacré 15 ans de ma vie à aider les personnes et surtout les jeunes dans le besoin, une chose est sûre, avec la société comme elle est, les jeunes sont laissés de côté et pris en charge seulement quand c'est trop tard. C'est pourquoi nous devons faire en sorte que ce ne soit jamais trop tard et s'occuper du problème tôt.