

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

Nom du Citoyen : WINKEL Melody

Situation familiale • Marié/en couple ○ 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 suis concerné par ce sujet car en tant qu'ancien membre du gang salvadorien Barrio-18, et en tant qu'ancien prisonnier d'une prison au Salvador, j'ai fait la connaissance de nombreux jeunes dont la santé mentale s'était beaucoup dégradée au fil du temps. J'ai pu constater, à partir de ma propre expérience, que les raisons qui font qu'un jeune entre dans un gang sont la plupart du temps d'ordre socioéconomique. Moi-même je venais d'un milieu pauvre. Mais il ne faut pas sous-estimer les questions de santé mentale, même si celles-ci sont souvent peu considérées dans les milieux fragiles d'un point de vue économique. Pourtant, entrer dans un gang peut aussi être lié à des questions de santé mentale. Ma mauvaise santé mentale est un facteur qui m'a poussé à entrer dans un gang, bien que je n'en étais pas conscient. Les autres facteurs qui poussent les jeunes à s'associer à un gang, tels que la volonté d'obtenir une protection et un sentiment de sécurité, la volonté d'augmenter leur estime de soi et celle d'affirmer leur masculinité, sont directement liés à la santé mentale. Moi-même je souffrais d'un grand manque de confiance en moi dans le milieu dans lequel je vivais et j'ai souvent cherché de la protection là où je le pouvais, dans un monde où l'Etat était absent.

Bien que les troubles mentaux présents à l'entrée d'un jeune dans un gang est un sujet important il faut aussi s'intéresser davantage aux répercussions que la vie en gang peut avoir sur la santé mentale. Une recherche réalisée en 2015 par le Centre de jeunesse de Montréal, démontre que de nombreux jeunes vivent des situations graves et dangereuses pouvant conduire à des troubles de la santé mentale. Ils souffrent probablement d'un trouble du comportement, de psychose, d'idées suicidaires, d'un trouble de déficit de l'attention ou d'un trouble dépressif majeur, en comparaison avec les adolescents de la population générale. D'après une autre étude menée par l'Institut universitaire du Centre jeunesse de Montréal en 2012, environ 44% des contrevenants qui disent être membre d'un gang de rue seraient atteints d'anxiété ou d'autres troubles mentaux, un chiffre qui s'élève à "seulement" 26,8% chez les jeunes qui ne sont pas associés à un gang. Je peux moi-même comprendre ces jeunes, car j'ai fait partie d'un gang à un très jeune âge, et ma santé mentale était elle aussi très fragile. Il faut aussi souligner l'impact que l'emprisonnement a eu sur ma santé mentale.

Être enfermé pour des années, à plusieurs par cellule, dans des conditions très difficiles, voire de torture, a clairement un impact sur la santé mentale. Selon une étude réalisée en 2004, 8 hommes et 7 femmes sur 10 en détention seraient atteints de dépression. Avoir moi-même connu cette situation me rend très sensible et "compétent" par rapport au sujet de la santé mentale. De plus, ce sujet ne concerne pas seulement les prisonniers et prisonnières mais aussi leurs proches. En effet la famille des détenus, notamment les enfants, seraient plus propices à présenter de l'anxiété, suite à l'incarcération d'un de leurs proches.

2. Que proposez-vous à votre échelle ?

Je me propose d'aborder les questions de santé mentale à l'école, dès la primaire, à l'aide de programmes. En effet, le sujet de la santé mentale dans la communauté hispanique reste un sujet honteux dont on ne parle pas, ce qui ne devrait pas être le cas, car le fait de parler de santé mentale aux enfants leur permet de mieux comprendre leurs émotions. Je pourrais également travailler avec des relais de quartiers (maisons de jeunes, associations, ONG) dans les zones difficiles afin de toucher les jeunes les plus défavorisés serait une autre solution pertinente. Je propose aussi de mettre en avant ces questions dans les médias, en témoignant, pour toucher le plus de monde possible. Je pense aussi que parler de santé mentale sur les réseaux sociaux pourrait être intéressant, car à notre époque, la majorité des jeunes passe une grande partie de son temps sur ceux-ci, et cela pourrait être un moyen de les informer, peut-être plus facilement, sur ce qu'est la santé mentale et sur les dangers qu'une mauvaise santé mentale peut présenter. En plus d'informer les jeunes, en parler sur les réseaux sociaux pourrait les encourager à en parler à leurs parents ou à quelqu'un de confiance.