

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

Nom du Citoyen : Valentin Menissier-Pascal

Situation familiale • Marié/ en couple ○ Célibataire • Avec enfants si oui combien, 2 : une fille et un garçon	Niveau d'étude ○ Primaire • Secondaire et formation militaire ○ Universitaire
--	---

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

Je m'appelle Valentin Menissier-Pascal j'ai 27 ans et je suis un lieutenant de l'armée régulière d'Ukraine depuis 2024, lors de mon 25ème anniversaire je suis mobilisé sur le théâtre d'action du Dombask. Ainsi j'ai fini ma jeunesse sous la pression et l'appréhension de mon engagement dans l'armée mais aussi dans la peur que représentais pour la jeune personne que j'étais la perte de proches et d'amis. Mon service militaire a été dur et j'ai été proche du combat pendant la majeure partie de celui-ci entraînant chez moi de lourds traumatismes appelés TSPT (trouble psychique qui survient après un événement traumatisant et se manifeste par des souvenirs intrusifs, une anxiété persistante et une altération significative de la vie quotidienne), depuis je suis en permission et en thérapie psychologique par aventure (La thérapie par l'aventure est une approche thérapeutique qui utilise des activités de plein air et des expériences d'aventure pour favoriser le développement personnel, la résilience et le bien-être psychologique).

Etant Ukrainien, père de famille, mari et militaire anciennement envoyé au front je suis pleinement concerné par le sujet de cette conférence, en effet je partage la pensée que mon jeune fils commence à avoir sur la guerre et la peur qui l'envahit peu à peu. De plus je suis adulte depuis peu et je partage bon nombre de troubles psychologiques que les adolescents peuvent connaître ce à quoi s'ajoute mes responsabilités d'adulte et mes traumatismes de guerre. Dans un monde où la condition de vie tend vers l'amélioration au quotidien, on découvre de nouvelles facettes de la santé chez l'Homme ainsi la psychologie humaine devient très importante pour le bien-être et la dignité de l'être humain (priorité absolue de la convention internationale des droits de l'Homme).

À l'échelle mondiale d'après l'OMS, environ 14 à 15 % des jeunes âgés de 10 à 20 ans présentent un trouble mental, ce qui représente une part importante de la charge mondiale de morbidité dans cette tranche d'âge. Les troubles les plus fréquents sont la dépression, l'anxiété et les troubles du comportement. L'enjeu est donc maximal et n'a jamais été aussi grand, il incombe notre forum de trouver une solution pour le bien des jeunes et des enfants du monde.

Je ne peux ignorer l'importance de la santé mentale pour tout être humain, je suis moi-même en pleine thérapie psychologique par aventure, qui fait prévaloir le contact humain et la reconnexion avec la nature pour recouvrir l'état mental du patient, visant à soigner les traumatismes engendrés par la mort de mes camarades et la violence incroyable que j'ai connu durant la guerre depuis 2 ans de service. De ce fait il est crucial pour moi de m'engager auprès des jeunes afin de lutter avec eux pour assurer leur stabilité mentale et leur bien-être et ce à n'importe quel prix.

2. Que proposez-vous à votre échelle ?

Afin de prévenir le risque d'obtention de troubles psychologique dus à un milieu stressant qui composent, selon l'OMS, la majeure partie des raisons de dégradation de la santé mentale chez les jeunes j'exhorte les Nations Unies à développer leur initiative de traitement des problématiques liées au stress appelé CISMU (Critical Incident Stress Management Unit). La mise en place peut être progressive mais doit absolument débiter par les casques bleus, bien souvent les intervenants sur terrain sont relativement jeunes et nécessite un suivi psychologique. La CCQAB s'occupant du budget pourrait dédier plus de fond pour ces suivis psychologiques avancés. Dans cet élan proposer des services d'aide à la personne, dans les lycées voir même dans une vision structurelle dans les collèges, assuré par des infirmier(e) ou des psychologues mandatés par l'ONU ou bien volontaires serrait pertinent pour garantir le bien-être de la force vive de l'Humanité

Selon la Commission Européenne 46 % des Européens ont rencontré un problème émotionnel ou psychosocial, tel qu'un sentiment de dépression ou d'anxiété, au cours des douze derniers mois. De mon point de vue le problème peut être traité de manière économique et facile par l'intermédiaire de campagne de sensibilisation menées par les états membres. Ils s'engageraient par la souscription à cette initiative à faire circuler le plus possible par tous les médias disponibles (Télévision, Journaux, Radios) des messages créés par les professionnels de santé faisant parti du CISMU ou du SCO (staff councillor office) spécialisé dans ces travaux.

Le domaine des réseau sociaux est maitrisé et arpentié par énormément de jeunes tout autour du monde, il nous incombe de les préserver des contenus les plus sensibles. Le temps que les enfants âgés de 9 à 15 ans consacrent aux écrans et aux médias sociaux a plus que doublé dans l'ensemble de l'Union Européenne et on observe le même phénomène en Ukraine, en tant que père j'ai aussi pu le constater. Le problème est le contenu qui est proposé aux mineurs, il existe une banalisation de la violence et des images violentes impactant leur quotidien et dégradant leur moral. Il faudrait limiter ou bien interdire l'accès aux mineurs a ces contenus violent en appelant les nations membre à réguler ces réseaux d'informations. Les États doivent exiger des entreprises technologiques qu'elles intègrent la sécurité dès la conception de leurs plateformes, au lieu de faire porter le fardeau aux parents et aux enfants. L'instauration de sentences internationales par la Cour Internationale de Justice à n'importe quelle entreprise ne mettant pas en service un système de sécurité pour jeune sur leurs « réseaux sociaux » serait bénéfique et comblerai les externalités négatives que constitue le visionnage de contenu sensible.