



## **Pastorale de la Vie Humaine**

**Webinar 18 avril 2024**

# **Cyber Boulisme, Addictions et Suicides : Instruments Pastorales pour Aider les Jeunes**

**JOSEPH TEYU CHOU e CLARE JIAYANN YEH**

**Conférence Épiscopale Régionale Chinoise - Taiwan**

## **Cyber Boulisme, Addictions, Suicides : Instruments pastoraux pour aider les jeunes**

### **Introduction:**

**Clare:** En tant que directeur fondateur du Centre de pastorale du mariage et de la famille de la Conférence épiscopale régionale chinoise, je suis submergée par un nombre croissant de parents inquiets qui cherchent une consultation et une aide urgentes lorsque leurs jeunes enfants rencontrent d'énormes problèmes de cyberintimidation, d'addiction (jeux en ligne, réseaux sociaux et abus de drogues) et même de tentatives de suicide. Mes collègues et moi-même sommes à court de personnel, manquons de ressources et avons un besoin urgent d'une boîte à outils intégrée pour cette crise pastorale.

**Joseph:** Je suis tout à fait d'accord avec le témoignage de Clare sur les défis que doivent relever nos jeunes dans leur précieuse vie. Au cours de ma longue carrière dans l'université et de mon récent service dans le secteur des entreprises, j'ai été contraint, en étant témoin de certains incidents tragiques survenus chez les jeunes, tels que des dépressions profondes et des suicides, de reconnaître les réalités du monde complexe et en constante évolution dans lequel les jeunes évoluent. Ils sont confrontés à des problèmes tels que l'insécurité économique croissante, des conditions de travail excessivement compétitives, la pression des médias sociaux et le changement climatique, que les générations plus âgées, comme la plupart d'entre nous qui assistons à ce webinaire, n'ont peut-être pas rencontrés dans la même mesure. La sécularisation croissante du monde laisse de nombreux jeunes aux prises avec des questions existentielles sur le sens et le but de la vie.

Il s'agit d'un problème grave, car le suicide et l'automutilation sont tragiquement les premières ou deuxièmes causes de décès chez les jeunes adolescents. Une vérité encore plus alarmante est que ces taux de mortalité montent en flèche à un rythme à deux chiffres. Il est donc nécessaire d'accorder une attention immédiate à cette tendance et de prendre des mesures pour l'enrayer.

Aujourd'hui, nous allons nous pencher sur deux facteurs critiques qui privent nos jeunes du sens et du but de la vie : la cyberintimidation et les addictions.

### **Quelle est la prévalence de la cyberintimidation et quels sont les dommages qu'elle inflige à nos jeunes ?**

La cyberintimidation est un problème mondial aux effets dévastateurs.

Les comportements de cyberintimidation les plus courants sont les critiques, les insultes et les moqueries. L'impact émotionnel sur les victimes comprend l'anxiété, la dépression, la solitude, l'automutilation et même les tentatives de suicide. Les victimes se sentent souvent isolées, impuissantes et constamment attaquées. Ce qui rend le phénomène encore plus préjudiciable, c'est qu'il peut se dérouler dans l'anonymat et qu'il est souvent difficile d'y échapper. Il s'agit donc d'une forme d'intimidation bien plus menaçante que les formes traditionnelles.

Un coup d'œil rapide : L'enquête 2020 sur la cyberintimidation des élèves taïwanais a montré que près de 47 % des enfants et des adolescents ont été impliqués dans des incidents de cyberintimidation, une tendance à la hausse par rapport aux 22,2 % signalés en 2016. Il s'agit d'une augmentation de 111 % ! Dans l'ensemble, cela donne une image inquiétante de l'impact de la cyberintimidation sur nos jeunes. N'oublions pas que ce phénomène ne se limite pas aux jeunes adolescents âgés de 10 à 24 ans. Ceux qui sont entrés dans la vie active en tant que jeunes professionnels sont également confrontés à des défis similaires. En Chine, les jeunes sont poussés vers deux extrêmes : l'« involution » - la compétition sans fin entre personnes du même âge - et l'« aplatissement » - l'abandon total.

**De même, la dépendance des jeunes à l'égard des jeux et des réseaux sociaux est également répandue et préjudiciable à la vie.**

Il s'agit véritablement d'une crise mondiale. Dans toute l'Asie, les gouvernements de Chine, de Corée, de Singapour, de Taïwan et de bien d'autres pays s'efforcent de restreindre ou de réglementer les jeux sur internet et les contenus partagés sur les réseaux sociaux, en particulier chez les jeunes adolescents. Parce que les études montrent que, par rapport à ceux qui n'ont pas d'addiction à Internet, les accros à Internet ont des taux plus élevés de maladies psychiatriques (65,0 %), d'idées de suicide en une semaine (47,0 %), de tentatives de suicide au cours de la vie (23,1 %) et de tentatives de suicide en un an (5,1 %).

Ces effets combinés, la cyberintimidation et les addictions, augmentent fortement le taux de suicide des adolescents de 2 à 3 fois !

### **Un cas concret :**

Je l'appellerai Lily. Lily était une jeune lycéenne heureuse et pleine de vie, qui aimait beaucoup l'art. Aujourd'hui, elle n'est plus qu'une ombre à la dérive entre deux écoles inconnues. Il a suffi d'une photo, de quelques commentaires sur sa silhouette et d'un mème viral pour briser sa confiance en elle. Le départ de sa première école a déchiré sa famille, une famille qui avait l'habitude d'envisager un plan pour la réussite de chacun. Chaque nouvelle école était un nouveau départ, mais ces espoirs étaient anéantis par chaque murmure et chaque bavardage. Les photos de remise des diplômes sur les réseaux sociaux sont un rappel constant de son avenir volé. Lily s'est retirée dans sa chambre, passant des heures en ligne, perdue dans une sombre toile de désespoir. Ses tentatives de suicide, pas une seule fois mais plusieurs, ont envoyé des ondes de choc à ses parents, déchirant le tissu de leur foyer heureux. Son père, rongé par le chagrin, a sombré dans une grave dépression, incapable de travailler. Désespérée mais résiliente, la mère de Lily a cherché de l'aide auprès de notre centre conjugal et familial. C'est là que nous avons commencé à travailler avec Lily, la guidant patiemment comme un enfant perdu, avec l'aide professionnelle d'un thérapeute certifié. Plus tard, un groupe de jeunes de la paroisse l'a invitée à s'y joindre et, dans les récits de vie partagés, la prière et l'adoration, elle a trouvé le miroir qui reflétait son vrai moi, et non l'image déformée en ligne. Peu à peu, Lily a redécouvert la joie d'aider les autres,

en faisant du bénévolat dans un hospice catholique. Les rides de rire sur les visages des personnes âgées sont plus belles que n'importe quel "like" sur les médias sociaux.

Lily a appris que la véritable raison d'être s'épanouit dans le service, et non dans la recherche d'une validation de la part d'étrangers. Le chemin vers le diplôme peut être plus long, mais un avenir significatif semble possible. Il s'agit d'un parcours pastoral de quatre ans qui n'est pas encore achevé.

J'espère que nous comprenons tous maintenant pourquoi les familles sont si importantes !

#### **Les outils :**

Existe-t-il des outils pastoraux holistiques qui fournissent un accompagnement spirituel pour aider les jeunes à trouver un sens et un but dans le cadre de la foi, en favorisant l'estime de soi et une vie épanouie ?

La pastorale de la vie humaine est aussi la pastorale de la famille, et vice versa. Elle commence par donner le sentiment que la vie a un sens à partir de la maison. À cette fin, nous lançons un appel :

#### **Marcher avec les familles :**

- **Implication des parents :** Encouragez une communication ouverte entre les parents et les enfants sur les activités en ligne et les difficultés qu'ils peuvent rencontrer.
- **Collaboration avec les familles:** Collaborer avec les familles pour créer un réseau cohérent et solidaire pour les jeunes.

#### **Créer une communauté sûre et accueillante pour les jeunes :**

- **Créer un environnement de groupe de jeunes :** Favoriser un espace de soutien où les jeunes se sentent à l'aise pour partager leurs luttes et leurs expériences sans jugement.

- **Mentors adultes** : Former et encadrer des adultes bienveillants au sein de la communauté ecclésiale qui peuvent être des « confidentes » de confiance pour les jeunes confrontés à des défis.

**Devenir capable de faire face aux idées suicidaires :**

- Offrir des messages d'espoir et d'amour de Dieu, en soulignant la valeur et la raison d'être de chaque personne.
- Former les opérateurs de la pastorale à l'écoute active, au soutien et à la reconnaissance des signes de risque suicidaire.
- Fournir des ressources accessibles en matière de santé mentale et des lignes d'assistance téléphonique pour un soutien supplémentaire.

Cette initiative visant à accroître les efforts dans le domaine de la pastorale de la vie humaine pour les jeunes nécessite la contribution de tous : évêques, clergé, religieux, paroissiens laïcs (qui sont des jeunes adultes responsables, des parents et des grands-parents), thérapeutes, travailleurs sociaux, activistes politiques, juristes, et bien d'autres encore.

Nous avons vraiment besoin de vous !