



## **PASTORALE DELLA VITA UMANA**

**Webinar 18 aprile 2024**

# **Cyber Bullismo, Dipendenze, Suicidi: Strumenti Pastorali per Aiutare i Giovani**

**JOSEPH TEYU CHOU e CLARE JIAYANN YEH**

**Conferenza Episcopale Regionale Cinese - Taiwan**

## **Cyber Bullismo, Dipendenze, Suicidi: Strumenti Pastorali per Aiutare i Giovani**

### **Introduzione**

**Clare:** In qualità di direttrice e fondatrice del Centro di pastorale matrimoniale e familiare della Conferenza episcopale regionale cinese, sono sommersa da richieste di genitori sempre più preoccupati, che cercano consulenza urgente e aiuto per i loro giovani figli, i quali hanno enormi problemi di cyber bullismo, dipendenze (da videogiochi, social network e droghe) e che persino hanno tentato il suicidio. Io e i miei colleghi riscontriamo una carenza di personale, siamo privi di risorse e abbiamo un disperato bisogno di strumenti integrati per questa crisi pastorale.

**Joseph:** Non potrei essere più d'accordo con la testimonianza di Clare riguardo alle sfide che i nostri giovani affrontano nelle loro preziose vite. Nella mia lunga carriera universitaria e nel recente servizio nel settore imprenditoriale, assistendo ad alcuni tragici incidenti che hanno coinvolto i giovani, come la profonda depressione e i suicidi, sono stato costretto a riconoscere la realtà di un mondo complesso e in continua evoluzione, nel quale i giovani del mondo navigano. Stanno affrontando questioni come la crescente insicurezza economica, condizioni di lavoro eccessivamente competitive, la pressione dei social media e il cambiamento climatico, che le generazioni più anziane, come la maggior parte di noi che partecipiamo a questo webinar, potrebbero non aver affrontato nella stessa misura. La crescente secolarizzazione del mondo lascia molti giovani a doversi confrontare con domande esistenziali sul significato e lo scopo della vita. Si tratta di un problema serio, poiché il suicidio e l'autolesionismo sono tragicamente la prima o la seconda causa di morte per i giovani adolescenti. Una realtà ancora più allarmante è che questi tassi di mortalità stanno salendo vertiginosamente, con un ritmo di crescita a due cifre. Ciò richiede attenzione e azioni immediate per frenare questa tendenza.

Oggi esamineremo due fattori critici che privano i nostri giovani del significato e dello scopo della vita: il cyber bullismo e le dipendenze.

### **Quanto è diffuso il cyber bullismo e quanti danni provoca ai nostri giovani?**

Il cyber bullismo è un problema GLOBALE con impatti devastanti.

I comportamenti più comuni di chi pratica cyber bullismo includono critiche, insulti e derisione. L'impatto emotivo sulle vittime si manifesta attraverso ansia, depressione, solitudine, autolesionismo e persino tentativi di suicidio. Le vittime spesso si sentono isolate, impotenti e costantemente sotto attacco. Ciò che rende ancora più dannoso questo fenomeno è che può essere messo in pratica in modo anonimo e spesso è difficile sfuggire. Questo lo rende una forma di bullismo molto più pericolosa rispetto alle forme tradizionali.

Un rapido sguardo ai dati: il sondaggio sul cyber bullismo tra gli studenti di Taiwan del 2020 ha mostrato che quasi il 47% dei bambini e degli adolescenti sono stati coinvolti in episodi di cyber bullismo, in aumento tendenziale rispetto al 22,2% riportato nel 2016. Si tratta di un aumento del 111%! Nel complesso, abbiamo un quadro preoccupante circa l'impatto del cyber bullismo sui nostri giovani. Teniamo presente che questo non è limitato ai giovani e adolescenti di età compresa tra 10 e 24 anni. Anche coloro che sono entrati nella vita lavorativa, come i giovani professionisti, affrontano sfide simili. In Cina, i giovani sono spinti a due estremi opposti: competizione infinita tra coetanei, che conduce ad una “involuzione”, oppure “restare sdraiati”, cioè rinuncia totale.

**Allo stesso modo, anche la dipendenza dei giovani dai giochi e dai social network è diffusa e dannosa per la vita.**

È veramente una crisi GLOBALE. In tutta l'Asia, i governi di Cina, Corea, Singapore, Taiwan e molti altri paesi si stanno adoperando per limitare o regolamentare i giochi su Internet e i contenuti condivisi sui social network, soprattutto tra gli utenti giovani e adolescenti. Gli studi dimostrano che, rispetto a coloro che non hanno dipendenza da Internet, coloro che hanno tale dipendenza hanno tassi più elevati di malattie psichiatriche (65,0%), idee suicidarie nell'arco di una settimana (47,0%), tentativi di suicidio nel corso della vita (23,1%) e tentativi di suicidio in un anno (5,1%).

Questi effetti combinati, cyberbullismo e dipendenze, aumentano drasticamente il tasso di suicidio degli adolescenti di 2 o 3 volte!

**Un caso realmente accaduto:**

Chiameremo Lily una giovane liceale felice e vivace, con molto amore per l'arte, che poi è diventata un'ombra, sballottata tra scuole sconosciute. È bastata una foto, qualche commento sulla forma del suo corpo e un meme virale per distruggere la sua fiducia. L'abbandono della prima scuola ha

distrutto la sua famiglia: una famiglia abituata a concepire un progetto per la realizzazione di ogni suo membro. Ogni nuova scuola era un nuovo inizio, ma le speranze venivano deluse da sussurri e chiacchiere. Le foto dei diplomi sui social media ricordavano costantemente il suo futuro rubato. Lily si era ritirata nella sua stanza, trascorrendo ore online, persa in un'oscura rete di disperazione. I suoi tentativi di suicidio, non uno ma molti, avevano mandato in stato di shock i suoi genitori, facendo a pezzi il tessuto della loro casa felice. Suo padre, consumato dal dolore, era caduto in una grave depressione, incapace di lavorare. Disperata ma resiliente, la madre di Lily ha cercato aiuto nel nostro centro matrimoniale e familiare. Lì abbiamo iniziato a lavorare con Lily, guidandola pazientemente come un bambino smarrito, con l'assistenza professionale di un terapista certificato. In seguito, un gruppo giovanile della parrocchia l'ha invitata a partecipare e, nelle storie di vita condivise, nella preghiera e nell'adorazione, ha trovato lo specchio che rifletteva il suo vero sé, non l'immagine distorta che compariva online. Lentamente, Lily ha riscoperto la scintilla della gioia nell'aiutare gli altri, facendo volontariato in una residenza cattolica per anziani. Le fossette sui volti degli anziani erano più belle di qualsiasi "mi piace" sui social. Lily ha imparato che il vero scopo della vita fiorisce nel servizio, non nel cercare conferme da parte di estranei. Il percorso verso il diploma potrebbe essere più lungo, ma un futuro significativo sembra possibile. Si tratta di un cammino pastorale di quattro anni, che non si è ancora concluso.

A questo punto spero che tutti abbiano capito perché le famiglie sono così importanti!

### **Gli strumenti:**

Esistono strumenti pastorali olistici che offrono orientamento spirituale per aiutare i giovani a trovare significato e scopo nel quadro della fede, promuovendo l'autostima e una vita appagante?

La pastorale della vita umana è anche pastorale della famiglia, e viceversa. Si inizia da casa, alimentando la sensazione che ci sia uno scopo nella vita. A tal fine vi esortiamo a:

### **Camminare con le famiglie:**

- **Coinvolgimento dei genitori:** incoraggiare una comunicazione aperta tra genitori e figli riguardo alle attività online e alle eventuali sfide che i figli stessi potrebbero trovarsi ad affrontare.

- **Collaborazione con le famiglie:** lavorare insieme alle famiglie per creare una rete coerente di sostegno per i giovani.

#### **Costruire una comunità sicura e accogliente per i giovani:**

- **Creare un ambiente di gruppo giovanile:** promuovere uno spazio di sostegno, in cui i giovani si sentano a proprio agio nel condividere le loro lotte ed esperienze senza essere giudicati.
- **Mentori adulti:** formare e guidare adulti premurosamente all'interno della comunità ecclesiale, che possano essere riferimenti fidati per i giovani che affrontano sfide.

#### **Diventare capaci di affrontare l'idea suicidaria:**

- Offrire messaggi di speranza e di amore di Dio, sottolineando il valore e lo scopo di ogni persona.
- Formare gli operatori pastorali ad ascoltare, sostenere e riconoscere attivamente i segnali di rischio di suicidio.
- Fornire risorse accessibili per la salute mentale e assistenza telefonica per ulteriore supporto.

Questa iniziativa, volta ad accrescere l'impegno nella pastorale della vita umana per i giovani ha bisogno del contributo di tutti: vescovi, clero, religiosi, laici (giovani e adulti responsabili, genitori e nonni), terapisti, assistenti sociali, politici, avvocati, professionisti e molti altri.

Abbiamo davvero bisogno di te!