



PASTORAL DE LA VIDA HUMANA

Webinar 18 de abril de 2024

CIBERACOSO, ADICCIONES, SUICIDIOS: HERRAMIENTAS PASTORALES PARA AYUDAR A LOS JÓVENES

JOSEPH TEYU CHOU E CLARE JIAYANN YEH

Conferencia Episcopal Regional China - Taiwan

Ciberacoso, adicciones, suicidios: herramientas pastorales para ayudar a los jóvenes

Introducción:

Clare: Como directora fundadora del Centro de pastoral matrimonial y familiar de la Conferencia episcopal regional de China, me siento abrumada por el número cada vez mayor de padres preocupados que buscan consulta y ayuda urgentes cuando sus hijos pequeños tienen problemas tremendos de acoso cibernético, adicciones (juegos y redes sociales en Internet y abuso de drogas) e incluso intentos de suicidio. Yo y mis colegas nos encontramos cortos de personal, faltos de recursos y en extrema necesidad de un conjunto de herramientas integradas para esta crisis pastoral.

Joseph: No podría estar más de acuerdo con el testimonio de Clare sobre los desafíos que nuestros jóvenes encuentran en sus preciosas vidas. En mi larga carrera en la universidad y mi reciente servicio en el sector empresarial, me he visto obligado, al presenciar algunos de los trágicos incidentes de los jóvenes, como profundas depresiones y suicidios, a llegar a reconocer las realidades del complejo y siempre cambiante mundo en el que navegan los jóvenes. Se enfrentan a problemas como el aumento de la inseguridad económica, unas condiciones de trabajo excesivamente competitivas, la presión de los medios sociales y el cambio climático, problemas a los que las generaciones mayores, como la mayoría de los que asistimos a este seminario web, quizá no se hayan enfrentado en la misma medida. La creciente secularización del mundo hace que muchos jóvenes se planteen cuestiones existenciales sobre el sentido y el propósito de la vida.

Se trata de un problema grave, ya que, trágicamente, el suicidio y las autolesiones son la primera o segunda causa de muerte entre los jóvenes adolescentes. Una verdad aún más alarmante es que estas tasas de mortalidad se están disparando a un ritmo de dos dígitos. Esto exige una atención y una acción inmediatas para frenar esta tendencia.

Hoy analizaremos dos factores críticos que roban a nuestros jóvenes el sentido y el propósito de la vida: el ciberacoso y las adicciones.

¿Cuál es la incidencia del ciberacoso y cuánto daño inflige a nuestros jóvenes?

El ciberacoso es un problema GLOBAL con efectos devastadores.

Entre los comportamientos más comunes del ciberacoso se encuentran las críticas, los insultos y las burlas. El impacto emocional en las víctimas incluye ansiedad, depresión, soledad, autolesiones e incluso intentos de suicidio. Las víctimas suelen sentirse aisladas, impotentes y constantemente atacadas. Lo que lo convierte en más dañino es que puede hacerse de forma anónima y a menudo es difícil escapar de ello. Esto lo convierte en una forma de acoso mucho más amenazadora que las formas tradicionales.

Un vistazo rápido: La encuesta de ciberacoso estudiantil de Taiwán 2020 mostró que casi el 47% de los niños y adolescentes han estado involucrados en incidentes de ciberacoso, un aumento de tendencia desde el 22,2% reportado en 2016. ¡Esto supone un aumento del 111%! En conjunto, parece un panorama preocupante del impacto del ciberacoso en nuestra juventud. Recordemos que esto no se limita a los jóvenes adolescentes de entre 10 y 24 años. Los que han iniciado su vida laboral como jóvenes profesionales también experimentan retos similares. En China, los jóvenes se ven empujados a dos extremos: “involution” -competencia sin fin entre iguales- y “lying flat” -renunciar por completo.

Del mismo modo, las adicciones de los jóvenes a los juegos y a las redes sociales también son frecuentes y perjudiciales para la vida.

Es realmente una crisis GLOBAL. En toda Asia, los gobiernos de China, Corea, Singapur, Taiwán y muchos otros países se afanan por restringir o regular los juegos por Internet y los contenidos compartidos en las redes sociales, especialmente entre los usuarios jóvenes adolescentes. Porque los estudios muestran que, en comparación con quienes no tienen adicción a Internet, los adictos a la red presentan tasas más elevadas de

enfermedades psiquiátricas (65,0%), ideación suicida en una semana (47,0%), intentos de suicidio a lo largo de la vida (23,1%) e intentos de suicidio en un año (5,1%).

Estos efectos combinados, el ciberacoso y las adicciones, ¡aumentan de 2 a 3 veces la tasa de suicidio de los adolescentes!

Un caso aquí:

Permítanme llamarla Lily. Lily solía ser una joven estudiante de secundaria feliz y enérgica, con mucho amor por el arte. Ahora, era una sombra a la deriva entre escuelas desconocidas. Sólo necesitó una foto, unos cuantos comentarios sobre la forma de su cuerpo y un meme viral para perder la confianza en sí misma. Abandonar su primer colegio destrozó a su familia, una familia acostumbrada a tener un programa para el éxito de todos. Cada nuevo colegio era un nuevo comienzo, pero esas esperanzas se desvanecían con cada susurro y cada charla de esquina. Las fotos de graduación en las redes sociales eran un recordatorio constante de su futuro robado. Lily se retiraba a su habitación, pasaba horas en línea, perdida en una oscura red de desesperación. Sus intentos de suicidio, no uno sino varios, conmocionaron a sus padres y desgarraron el tejido de su feliz hogar. Su padre, consumido por el dolor, cayó en una fuerte depresión, incapaz de trabajar. Desesperada pero fuerte, la madre de Lily buscó ayuda en nuestro centro matrimonial y familiar. Allí empezamos a trabajar con Lily, guiándola pacientemente como a un niño pequeño perdido, con la ayuda profesional de un terapeuta titulado. Más tarde, un grupo de jóvenes de la parroquia la invitó a unirse y, en las historias de vida compartidas, la oración y el culto, encontró el espejo que reflejaba su verdadero yo, no la imagen distorsionada online. Poco a poco, Lily redescubrió la chispa de la alegría al ayudar a los demás, trabajando como voluntaria en una residencia de ancianos católica. Las líneas de la risa en los rostros de los ancianos eran más hermosas que cualquier “me gusta” en las redes sociales. Lily aprendió que el verdadero propósito florecía en el servicio, no buscando la aprobación de extraños. El camino hacia un diploma puede ser más largo, pero un futuro

significativo parece posible. Este es un itinerario pastoral de cuatro años que aún no ha terminado.

A estas alturas espero que todos sepamos por qué las familias son tan importantes.

Las herramientas:

¿Existen herramientas pastorales holísticas que proporcionen orientación espiritual para ayudar a los jóvenes a encontrar sentido y propósito en el marco de la fe, fomentando la autoestima y una vida plena?

La pastoral de la vida humana es también la pastoral de la familia, y viceversa. Comienza por reflejar el sentido de la vida desde el hogar. Con este fin, hacemos un llamamiento:

Caminar con las familias:

- **Participación de los padres:** Fomentar la comunicación abierta entre padres e hijos sobre las actividades online y los problemas a los que puedan enfrentarse.
- **Colaboración con las familias:** Colaborar con las familias para crear una red coherente y de apoyo a los jóvenes.

Construir una comunidad segura y acogedora para los jóvenes:

- **Crear un ambiente de grupo juvenil:** Fomentar un espacio de apoyo donde los jóvenes se sientan cómodos compartiendo sus luchas y experiencias sin ser juzgados.
- **Tutores adultos:** Formar y orientar a adultos solidarios de la comunidad eclesial que puedan ser de confianza para los jóvenes que se enfrentan a dificultades.

Ser capaz de abordar el mecanismo suicida:

- Ofrecer mensajes de esperanza y del amor de Dios, haciendo hincapié en el valor y el propósito de cada persona.
- Formar a los cuidadores pastorales para que escuchen activamente, apoyen y reconozcan los signos de riesgo de suicidio.

- Proporcionar recursos accesibles de salud mental y líneas telefónicas de ayuda para obtener más apoyo.

Esta iniciativa para aumentar el empeño en la pastoral de la vida humana de los jóvenes necesita la contribución de todos: obispos, clero, religiosos, feligreses laicos (que son jóvenes responsables, padres y abuelos), terapeutas, trabajadores sociales, activistas políticos, juristas y muchos más.

¡Realmente os necesitamos!