



# **PASTORAL DA VIDA HUMANA**

**Webinar 18 de abril de 2024**

## **Cyberbullying, Vício, Suicídio: Ferramentas Pastorais para ajudar os Jovens**

**JOSEPH TEYU CHOU e CLARE JIAYANN YEH**

**Conferência Episcopal Regional da China - Taiwan**

## **Cyberbullying, vícios, suicídios: ferramentas pastorais para ajudar os jovens**

### **Introdução:**

**Clare:** Como diretora fundadora do Centro Pastoral para o Matrimônio e a Família na Conferência Episcopal Regional Chinesa, fico impressionada com a quantidade cada vez maior de pais preocupados que procuram consulta e ajuda urgentes quando seus filhos jovens enfrentam problemas enormes com cyberbullying, vícios (jogos online, redes sociais e abuso de drogas) e até tentativas de suicídio. Eu e os meus colegas sentimo-nos impotentes, com falta de recursos, e com necessidade extrema de um conjunto integrado de ferramentas para essa crise pastoral.

**Joseph:** Concordo plenamente com o testemunho da Clare sobre os desafios dos nossos jovens nas suas vidas tão preciosas. Na minha longa carreira na universidade e recente serviço no setor empresarial, fui obrigado – ao testemunhar alguns incidentes trágicos de jovens, como depressão profunda e suicídios – a reconhecer as realidades do mundo complexo e mutável em que os jovens navegam. Eles enfrentam questões como aumento da insegurança econômica, condições de trabalho demasiado competitivas, pressão das redes sociais e mudanças climáticas, que as gerações mais velhas, como a maioria de nós participantes deste webinar, talvez não tenham enfrentado na mesma medida. A crescente secularização do mundo deixa muitos jovens intrigados com questões existenciais sobre o significado e o propósito da vida.

Este é um problema sério, porque o suicídio e a automutilação são, tragicamente, as maiores ou segundas maiores causas de morte em adolescentes. Uma verdade ainda mais alarmante é que essas taxas de fatalidade estão disparando a uma taxa de dois dígitos. Isso requer uma atenção e uma ação imediatas para frear essa tendência.

Hoje, vamos analisar dois fatores críticos que roubam dos nossos jovens o significado e propósito da vida: o cyberbullying e os vícios.

**Quão prevalente é o cyberbullying e que dano causa aos nossos jovens?**  
O cyberbullying é um problema GLOBAL com impactos devastadores.

Comportamentos comuns de cyberbullying incluem críticas, insultos e gozação. O impacto emocional nas vítimas inclui ansiedade, depressão,

solidão, automutilação e até mesmo tentativas de suicídio. As vítimas muitas vezes se sentem isoladas, impotentes e constantemente sob ataque. O que torna ainda mais prejudicial é que se pode fazer cyberbullying de forma anônima, e geralmente é difícil de escapar dele. Isso faz dele uma forma de bullying muito mais ameaçadora do que as tradicionais.

Vejam um breve panorama: uma pesquisa sobre cyberbullying com estudantes de Taiwan em 2020 mostrou que quase 47% das crianças e adolescentes estiveram envolvidos em incidentes de cyberbullying, um aumento considerável comparado aos 22,2% relatados em 2016. É um aumento de 111%! Somando tudo, essas informações traçam uma imagem preocupante do impacto do cyberbullying nos nossos jovens. Lembre-se de que isso não se limita a jovens adolescentes de 10 a 24 anos. Aqueles que já ingressaram no mercado de trabalho como jovens profissionais também enfrentam desafios semelhantes. Na China, os jovens são empurrados para dois extremos: ou a competição interminável entre colegas, ou a desistência completa.

**Da mesma forma, os vícios dos jovens em jogos e redes sociais também são prevalentes e prejudiciais à vida.**

É realmente uma crise GLOBAL. Por toda a Ásia, governos na China, Coreia, Singapura, Taiwan e muitos outros estão lutando para restringir ou regular jogos online e conteúdos compartilhados em redes sociais, especialmente entre adolescentes. Porque estudos mostram que, em comparação com aqueles sem vício em internet, viciados tiveram taxas mais altas de doenças psiquiátricas (65,0%), ideação suicida em uma semana (47,0%), tentativas de suicídio ao longo da vida (23,1%) e tentativas de suicídio em um ano (5,1%).

Esses efeitos combinados, cyberbullying e vícios, aumentam drasticamente a taxa de suicídio de adolescentes de 2 a 3 vezes!

**Um estudo de caso:**

Para preservar o anonimato, vamos chamá-la Lily. Lily costumava ser uma adolescente feliz e cheia de vida, com uma grande paixão pela arte. Mas agora, passou a ser apenas uma sombra do que era, passando de escola em escola sem rumo. Bastava uma foto, alguns comentários sobre seu corpo e um meme viral para abalar sua confiança. Deixar sua primeira escola dividiu sua família – uma família acostumada a planejar o sucesso de todos. Cada nova escola deveria ser um novo começo, mas as esperanças eram esmagadas a cada cochicho e fofoca. As fotos de formatura nas redes sociais eram um lembrete constante de um futuro que lhe fora roubado. A Lily fechou-se no quarto, passando horas online, perdida na "dark web" do desespero. Suas tentativas de suicídio, que não foram apenas uma, mas várias, desestabilizaram os seus pais, rasgando o tecido da felicidade

familiar. O pai, consumido pela tristeza, caiu numa depressão profunda, incapaz de trabalhar. Desesperada, mas resiliente, a mãe da Lily procurou ajuda no nosso centro para o casamento e a família. Lá, começamos a trabalhar com Lily, guiando-a pacientemente como se fosse uma criança perdida, com a ajuda de um psicólogo certificado. Mais tarde, um grupo de jovens da paróquia convidou-a para juntar-se a eles, e, nas histórias partilhadas, nas orações e na adoração, ela encontrou um espelho que refletia o seu verdadeiro eu, não a imagem deformada online. Lentamente, Lily redescobriu a centelha da alegria de ajudar os outros, tornando-se voluntária numa instituição católica de cuidados paliativos. Os sorrisos nos rostos dos idosos eram mais valiosos do que qualquer “curtida” nas redes sociais. Lily aprendeu que o verdadeiro propósito floresce no serviço, não na busca pela validação de estranhos. O caminho até o diploma pode ser mais longo, mas um futuro cheio de sentido aparece como possível. Esta é uma jornada pastoral de quatro anos que ainda não chegou ao fim.

A este ponto, eu espero que todos tenham entendido por que as famílias são tão importantes!

### **As ferramentas:**

Existem ferramentas pastorais holísticas que oferecem orientação espiritual para auxiliar os jovens a encontrar sentido e propósito dentro do contexto da fé, promovendo autoestima e uma vida plena?

O cuidado pastoral da vida humana é também o cuidado pastoral da família, e vice-versa. Começa fornecendo a sensação de que há um propósito para a vida desde o lar. Para esse fim, estamos chamados a:

### **Acompanhamento das famílias**

- **Envolvimento dos pais:** Incentivar a comunicação aberta entre pais e filhos sobre atividades online e quaisquer desafios que possam enfrentar.
- **Colaboração com as famílias:** Trabalhar junto com as famílias para criar uma rede consistente de apoio para os jovens.

### **Construir uma comunidade segura e acolhedora para os jovens:**

- **Criar um ambiente de grupo jovem:** Promover um espaço de apoio onde os jovens se sintam confortáveis compartilhando as suas lutas e experiências sem julgamento.
- **Mentores adultos:** Treinar e orientar adultos dentro da comunidade da igreja para que possam ser confidentes dos jovens que enfrentam desafios.

**Capacitar-se para lidar com a ideação suicida:**

- Oferecer mensagens de esperança e amor de Deus, enfatizando o valor e o propósito de cada pessoa.
- Treinar os agentes pastorais para ouvir ativamente, apoiar e reconhecer os sinais de risco de suicídio.
- Fornecer recursos sobre saúde mental de fácil acesso, além de linhas de ajuda para um apoio complementar.

Esta iniciativa para aumentar o esforço no cuidado pastoral da vida humana para os jovens precisa da contribuição de todos – bispos, clérigos, religiosos, fiéis leigos (jovens adultos responsáveis, pais e avós), psicólogos, assistentes sociais, ativistas políticos, profissionais do direito e muitos outros.

Precisamos muito de vocês!