

¿Que podemos esperar de nuestro jóvenes en la temporada de navidad?

Recientemente, Mylife.com publicó un estudio interesante del Dr. Andy Przybylski, en el que investigaba a más de 2.000 adultos de Estados Unidos sobre su capacidad de desconectar de sus Smartphone. El estudio concluyó que el Síndrome FOMO tiene una mayor intensidad entre la gente joven y entre los hombres jóvenes en particular, y los niveles altos de este síndrome, correlacionan positivamente con circunstancias sociales como el bajo nivel de satisfacción social, lo que causa sentimientos de inferioridad.

La investigación sugiere que FOMO puede llegar a provocar problemas en la salud mental de las personas, ya que puede producir depresión o ansiedad. Otros estudios anteriores, concluyen que los individuos que dan más valor a las redes sociales como parte de su desarrollo social, tienden a experimentar más FOMO.

Pero ¿Qué es este síndrome?

Es la sensación de perderse algo o Síndrome FOMO (fear of missing out) ha sido reconocido por los psicólogos como un trastorno producido por el avance de la tecnología y la cantidad de opciones que se nos presentan a las personas hoy en día. La causa de este fenómeno es estar continuamente conectados a la red.

Sabemos que la etapa de la juventud no es nada fácil, y mas en estos tiempos modernos de redes sociales y mas, y se aumenta mas las frustraciones, ansiedad y depresión en los tiempos de fin de año por el afán de los regalos o el tener algo que como jóvenes piensan que no tienen.

¿Qué esperar de nuestros jóvenes? Mas frustración, ansiedad y depresión; pero ¿Qué podemos hacer como padres, lideres juveniles, pastores o si eres un joven que esta leyendo esto?

- 1.- Hagamos espacios para compartir esos sentimientos y poderlos guiar en oración a descansar y confiar en Dios, y poder ver toda la hermosura y bendiciones que ya tienen.
- 2.- Desconectarlos intencionalmente de sus teléfonos, teniendo reuniones con juegos de mesa, salidas en grupo, idas al parque o jugar algún deporte (no necesariamente tiene que ser en un equipo).
- 3.- Ir a compartir el amor de Dios con otros más necesitados, un asilo de ancianos, un orfanato, etc.
- 4.- Y por sobre todo orar, orar y orar por nuestros jóvenes, que sigan madurando en todo en sus vidas.

“Exhorta asimismo a los jóvenes a que sean prudentes;”

Tito 2:6 RVR1960

EN SUS TENIS SHOES
cj2911.com

