



FAMILY INTERNATIONAL MONITOR

La Recesión de la felicidad: los jóvenes y las relaciones en los tiempos de las redes sociales

Un artículo publicado en The Atlantic reabre el debate iniciado por J. M. Twenge con su texto "iGen": el uso de los smartphones aumenta los niveles de ansiedad y depresión entre los jóvenes. Y resulta que la amistad no puede reemplazar la vida de pareja y la práctica religiosa.

Los estadounidenses se preguntan cuáles son las razones que hacen que los jóvenes de hoy en día sean menos felices que los Millennials. Según los datos recogidos por la General Social Survey, en 2018 el porcentaje de jóvenes de entre 18 y 34 años que declaran ser "muy felices" es del 25 %: los hombres están aún más insatisfechos que las mujeres (el 22 % de los hombres declaran ser "muy felices", frente al 28 % de las mujeres). Con un artículo publicado en The Atlantic, W. Bradford Wilcox y Lyman Stone, investigadores del Institute for Family Studies (<https://ifstudies.org/>) cuestionan la tesis un tanto simplista según la cual los jóvenes estadounidenses son más infelices porque tienen menos relaciones sexuales (otro dato incontrovertible).

Más bien, la causa parece ser la creciente dificultad de los jóvenes para comprometerse en una relación estable, para contraer matrimonio y la ya casi endémica ausencia de la práctica religiosa. La amistad, el compañerismo, gran tótem de esta generación, no parece poder satisfacer plenamente las expectativas de los jóvenes.

Son reflexiones que retoman el análisis llevado a cabo por J. M. Twenge, docente de Psicología de la San Diego University, en Por qué los niños superconectados de hoy están creciendo menos rebeldes, más tolerantes, menos felices y completamente desprevenidos para la edad adulta. El título original es iGen. Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy – And Completely Unprepared for Adulthood – And What That Means for the Rest of Us, Atria Books, 2017). Twenge centra su atención en los jóvenes de entre 13 y 18 años y, a partir de una cantidad considerable de datos e investigaciones, algunas de las cuales llevadas a cabo personalmente, nos cuenta cómo los jóvenes estadounidenses de hoy en día son más pragmáticos, atentos (de forma incluso excesiva) a respetar las diferencias, conscientes de las dificultades y de la precariedad que encontrarán en el mundo laboral. Su lado débil

es la capacidad de gestionar las relaciones e interacciones, absorbidos por su pantalla y por lo que encuentran en su interior y por una relación inédita con mamá y papá. Los adolescentes de hoy en día tienen menos relaciones sexuales, fuman menos, consumen menos drogas duras, pero duermen menos horas (los rayos ultravioletas de la pantalla inhiben el estímulo del sueño), leen menos (o casi nada) y estudian menos: ¿qué hacen? Pasan un promedio de 4 horas en Internet. Tienen menos oportunidades de socialización en grupo (la asistencia a fiestas, a lugares clásicos de socialización y a ceremonias religiosas está descendiendo estrepitosamente), obtienen el permiso de conducir más tarde (mamá y papá los pasean) y comparten con sus padres actividades anteriormente reservadas al tiempo libre con sus coetáneos (ir de compras, de vacaciones, al cine). Son psicológicamente más vulnerables, con un aumento de la tasa de suicidios y de patologías psicológicas vinculadas al estrés, la ansiedad y la depresión en un aumento vertiginoso.

Es una generación a la que, como nunca ha pasado con las anteriores, se le ha proporcionado protección y seguridad físicas, pero que se enfrenta a un gran reto en su capacidad de construir relaciones humanas, aprendiendo a apartar el teléfono y a mirar al otro a los ojos.