

Shirley Gabriela Abarca-Obregón; Mishell Katherine Lata-Sánchez; Marco Israel Claudio-Chacón; Edison Joselito Naranjo-Luzuriaga

<https://doi.org/10.35381/s.v.v8i2.4137>

La juventud de cristal en la psicología actual: Una revisión bibliográfica

The crystal youth in psychology today: a bibliographical review

Shirley Gabriela Abarca-Obregón

shirleyao26@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0001-6281-5262>

Mishell Katherine Lata-Sánchez

mishell80@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-9295-3815>

Marco Israel Claudio-Chacón

marcocc79@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0003-3889-1793>

Edison Joselito Naranjo-Luzuriaga

ua.edisonnaranjo@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-8938-5036>

Recibido: 15 de diciembre 2023

Revisado: 20 de enero 2024

Aprobado: 15 de marzo 2024

Publicado: 01 de abril 2024

Shirley Gabriela Abarca-Obregón; Mishell Katherine Lata-Sánchez; Marco Israel Claudio-Chacón; Edison Joselito Naranjo-Luzuriaga

RESUMEN

Objetivo: Analizar la juventud de cristal en la psicología actual desde una revisión bibliográfica. **Método:** Descriptivo documental. **Conclusión:** La fragilidad emocional en los jóvenes puede ser causada por diversos factores, como la presión académica, el uso excesivo de las redes sociales, la falta de habilidades de afrontamiento y los cambios en la dinámica familiar. Estos factores pueden tener un impacto significativo en la salud mental y emocional de los jóvenes, y es importante abordarlos de manera adecuada.

Descriptor: Vulnerabilidad psicológica; estrés psicológico; trastornos emocionales. (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: To analyze the crystal youth in current psychology from a bibliographic review. **Method:** Descriptive documentary. **Conclusion:** Emotional fragility in young people can be caused by several factors, such as academic pressure, excessive use of social networks, lack of coping skills and changes in family dynamics. These factors can have a significant impact on the mental and emotional health of young people, and it is important to address them appropriately.

Descriptors: Psychological vulnerability; psychological stress; emotional disorders. (Source: DeCS).

Shirley Gabriela Abarca-Obregón; Mishell Katherine Lata-Sánchez; Marco Israel Claudio-Chacón; Edison Joselito Naranjo-Luzuriaga

INTRODUCCIÓN

La "juventud de cristal" se refiere a un concepto que describe la fragilidad emocional y psicológica que se observa en muchos jóvenes en la actualidad. Estos jóvenes son más propensos a experimentar dificultades para hacer frente a los desafíos emocionales ya lidiar con el estrés, lo que puede manifestarse en problemas de salud mental, como la ansiedad, la depresión y el aumento de suicidios en esta población.^{1 2 3 4 5}

El surgimiento del concepto de "juventud de cristal" se ha dado en un contexto histórico y social marcado por una serie de cambios y desafíos. En las últimas décadas, ha ocurrido una transformación tecnológica y digital acelerada, así como cambios en los sistemas educativos y en las dinámicas familiares. Estos cambios han llevado a una mayor presión y demandas en la vida de los jóvenes, quienes a menudo se enfrentan a altas expectativas académicas, competencia intensa, aislamiento social, inseguridad económica y un acceso ilimitado a las redes sociales.^{6 7 8 9 10}

Se tiene por objetivo analizar la juventud de cristal en la psicología actual desde una revisión bibliográfica.

MÉTODO

Descriptivo documental.

Se analizaron 15 artículos científicos publicados en PubMed.

Se aplicó la técnica de análisis documental.

RESULTADOS

Se presentan los resultados:

Shirley Gabriela Abarca-Obregón; Mishell Katherine Lata-Sánchez; Marco Israel Claudio-Chacón; Edison Joselito Naranjo-Luzuriaga

Tabla 1.
Juventud de cristal.

Problemas de los jóvenes	juventud de cristal	Trastornos Psicológicos
Presión académica	Fragilidad emocional y psicológica debido a la alta competencia académica y la sensación de fracaso si no se alcanzan los resultados esperados.	Ansiedad, depresión, trastorno de estrés postraumático (TEPT)
Influencia de las redes sociales	Vulnerabilidad emocional debido a la comparación social constante, el ciberacoso y la falta de intimidad. Sensación de estar siempre conectado y presión para mantener una imagen perfecta en línea.	Baja autoestima, trastornos de la imagen corporal, adicción a las redes sociales
falta de habilidades de afrontamiento	Dificultad para hacer frente de manera efectiva a los desafíos y dificultades emocionales.	Estrés crónico, problemas de adaptación, trastornos de conducta
Cambios en la dinámica familiar	Impacto negativo en la salud emocional debido a la falta de apoyo emocional, disfunción familiar, divorcio o violencia doméstica.	depresión, trastornos de ansiedad, trastornos de la conducta alimentaria
aislamiento social	Sentimiento de soledad y desconexión debido a la falta de interacción social significativa.	Depresión, trastornos de ansiedad social, trastorno del espectro autista

Elaboración: Los autores.

La tabla 1, presenta algunos problemas comunes que enfrentan los jóvenes en la sociedad actual, específicamente relacionados con la denominada "juventud de cristal". Uno de los problemas destacados es la presión académica, que puede llevar a la fragilidad emocional y psicológica debido a la competencia académica intensa y la sensación de fracaso si no se alcanzan los resultados esperados. Esto puede manifestarse en trastornos como la ansiedad, la depresión y el trastorno de estrés postraumático (TEPT).

La influencia de las redes sociales también tiene un impacto significativo en la salud mental de los jóvenes. La constante comparación social, el ciberacoso y la falta de intimidad pueden hacer que los jóvenes se sientan emocionalmente vulnerables.

Shirley Gabriela Abarca-Obregón; Mishell Katherine Lata-Sánchez; Marco Israel Claudio-Chacón; Edison Joselito Naranjo-Luzuriaga

Además, la presión para mantener una imagen perfecta en línea y la adicción a las redes sociales pueden contribuir a problemas como la baja autoestima, los trastornos de la imagen corporal y la adicción a las redes sociales. La falta de habilidades de afrontamiento efectivo también se destaca como un desafío para los jóvenes. La dificultad para hacer frente a los desafíos emocionales puede resultar en estrés crónico, problemas de adaptación y trastornos de conducta.¹¹

Los cambios en la dinámica familiar también pueden tener un impacto negativo en la salud emocional de los jóvenes. La falta de apoyo emocional, la disfunción familiar, el divorcio o la violencia doméstica pueden contribuir a problemas como la depresión, los trastornos de ansiedad y los trastornos de la conducta alimentaria. El aislamiento social es otro factor importante que afecta a los jóvenes. La falta de interacción social significativa puede llevar a sentimientos de soledad y desconexión, lo que a su vez puede contribuir a problemas como la depresión, los trastornos de ansiedad social y el trastorno del espectro autista.¹²

La presión académica es una preocupación importante, ya que los jóvenes a menudo se enfrentan a una competencia intensa y altas expectativas en términos de rendimiento académico. Esta presión puede generar un gran estrés y ansiedad, especialmente si los jóvenes sienten que no están cumpliendo con los estándares establecidos. Además, la sensación de fracaso en el ámbito académico puede tener un impacto significativo en la autoestima y la salud mental de los jóvenes.¹³

Las redes sociales también desempeñan un papel crucial en la vida de los jóvenes en la actualidad. Aunque pueden brindarle una mayor conexión social y acceso a información, también pueden tener efectos negativos en su salud mental. La constante comparación con otras en las redes sociales puede generar sentimientos de insuficiencia y baja autoestima. Además, el ciberacoso y la falta de intimidad en línea pueden hacer que los jóvenes se sientan emocionalmente vulnerables y expuestos.¹⁴

Shirley Gabriela Abarca-Obregón; Mishell Katherine Lata-Sánchez; Marco Israel Claudio-Chacón; Edison Joselito Naranjo-Luzuriaga

La falta de habilidades de afrontamiento efectivo es otro factor destacado en el artículo. Los jóvenes pueden enfrentar desafíos emocionales y situaciones estresantes en sus vidas diarias, y si no poseen las herramientas adecuadas para hacerles frente, pueden experimentar estrés crónico y dificultades para adaptarse. Estas dificultades pueden manifestarse en trastornos de conducta y afectar su capacidad para funcionar de manera saludable y autónoma.¹⁵

CONCLUSIONES

La fragilidad emocional en los jóvenes puede ser causada por diversos factores, como la presión académica, el uso excesivo de las redes sociales, la falta de habilidades de afrontamiento y los cambios en la dinámica familiar. Estos factores pueden tener un impacto significativo en la salud mental y emocional de los jóvenes, y es importante abordarlos de manera adecuada. Para contrarrestar los efectos negativos de la fragilidad emocional, es necesario fortalecer los factores de protección. El apoyo familiar y social, así como las habilidades de afrontamiento y resolución de problemas, pueden ayudar a los jóvenes a enfrentar los desafíos y superar las dificultades.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran que no tienen conflicto de interés en la publicación de este artículo.

FINANCIAMIENTO

Autofinanciado.

AGRADECIMIENTO

A todos los agentes sociales involucrados en el proceso investigativo.

Shirley Gabriela Abarca-Obregón; Mishell Katherine Lata-Sánchez; Marco Israel Claudio-Chacón; Edison Joselito Naranjo-Luzuriaga

REFERENCIAS

1. Tamir M, Vishkin A, Gutentag T. Emotion regulation is motivated. *Emotion*. 2020;20(1):115-119. <http://dx.doi.org/10.1037/emo0000635>
2. Ford BQ, Green DJ, Gross JJ. White fragility: An emotion regulation perspective. *Am Psychol*. 2022;77(4):510-524. <http://dx.doi.org/10.1037/amp0000968>
3. Tugnoli S, Agnoli C, Silvestri A, Giari S, Bettoli V, Caracciolo S. Anger, Emotional Fragility, Self-esteem, and Psychiatric Comorbidity in Patients with Hidradenitis Suppurativa/Acne Inversa. *J Clin Psychol Med Settings*. 2020;27(3):527-540. <http://dx.doi.org/10.1007/s10880-019-09640-4>
4. Girard-Bock C, Luu TM, Bourque CJ, Nuyt AM, Barrington KJ, Janvier A. Gratitude, fragility and strength: Perspectives of adults born preterm about prematurity. *Acta Paediatr*. 2023;112(7):1461-1470. <http://dx.doi.org/10.1111/apa.16779>
5. Perrone S, Laschi E, Negro S, Tei M, Urilli D, Buonocore G. Personality, emotional and cognitive functions in young adults born preterm. *Brain Dev*. 2020;42(10):713-719. <http://dx.doi.org/10.1016/j.braindev.2020.06.014>
6. Gross JT, Cassidy J. Expressive suppression of negative emotions in children and adolescents: Theory, data, and a guide for future research. *Dev Psychol*. 2019;55(9):1938-1950. <http://dx.doi.org/10.1037/dev0000722>
7. Hughes DJ, Kratsiotis IK, Niven K, Holman D. Personality traits and emotion regulation: A targeted review and recommendations. *Emotion*. 2020;20(1):63-67. <http://dx.doi.org/10.1037/emo0000644>
8. Lazerus T, Ingbreetsen ZA, Stolier RM, Freeman JB, Cikara M. Positivity bias in judging ingroup members' emotional expressions. *Emotion*. 2016;16(8):1117-1125. <http://dx.doi.org/10.1037/emo0000227>
9. Netzer L, Halperin E, Tamir M. Be Afraid, Be Very Afraid! Motivated Intergroup Emotion Regulation. *Pers Soc Psychol Bull*. 2020;46(11):1596-1613. <http://dx.doi.org/10.1177/0146167220910833>
10. Porat R, Tamir M, Halperin E. Group-based emotion regulation: A motivated approach. *Emotion*. 2020;20(1):16-20. <http://dx.doi.org/10.1037/emo0000639>

Shirley Gabriela Abarca-Obregón; Mishell Katherine Lata-Sánchez; Marco Israel Claudio-Chacón; Edison Joselito Naranjo-Luzuriaga

11. Parsafar P, Fontanilla FL, Davis EL. Emotion regulation strategy flexibility in childhood: When do children switch between different strategies?. J Exp Child Psychol. 2019;183:1-18. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jecp.2019.01.004>
12. Coulombe BR, Rudd KL, Yates TM. Children's physiological reactivity in emotion contexts and prosocial behavior. Brain Behav. 2019;9(10):e01380. <http://dx.doi.org/10.1002/brb3.1380>
13. Davis EL, Quiñones-Camacho LE, Buss KA. The effects of distraction and reappraisal on children's parasympathetic regulation of sadness and fear. J Exp Child Psychol. 2016;142:344-358. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jecp.2015.09.020>
14. Gross JT, Cassidy J. Hidden feelings: Expressive suppression in middle childhood and links with physiology and negative emotion. Emotion. 2024;24(1):255-268. <http://dx.doi.org/10.1037/emo0001266>
15. Parsafar P, Davis EL. Divergent effects of instructed and reported emotion regulation strategies on children's memory for emotional information. Cogn Emot. 2019;33(8):1726-1735. <http://dx.doi.org/10.1080/02699931.2019.1598937>