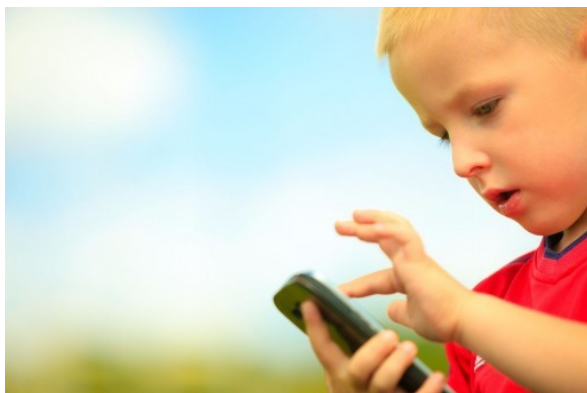


## La Generación Alpha esta predestinada a la Depresión y el Suicidio?



Dr. Alejandro Aguila  
Psicoterapeuta y Suicidólogo

A lo largo de mi experiencia profesional como Psicoterapeuta y Suicidólogo por casi 30 años he podido atender a varias generaciones, desde los Baby Bombers hasta la generación Z

El mundo ya giró y aunque los millennials son la generación más numerosa del planeta las siguientes generaciones comienzan a prepararse para recibir el terreno cuando sean los amplios dominadores de la tierra. Cada una ha tenido su particular forma de ver y vivir así como de decidir quitarse la vida, por ello la gran importancia de estudiar a las próximas generaciones para poder hacer prevención con conocimiento de cuáles serán sus características de personalidad, como verán y actuarán ante el mundo que les tocara vivir.



Análogos	Immigrantes Digitales	Nativos Digitales	
<b>Baby Boomers</b>	<b>Generación X</b>	<b>Generación Y</b>	<b>Generación Z</b>
<b>(1946-1964)</b> Hijos de la 2ª Guerra Mundial	<b>(1965-1979)</b> Juventud de los 80's	<b>(1980-2000)</b> Millennials	<b>(2001-2010)</b> Generación Internet
En 2013: 49 a 57 años	En 2013: 34 a 48 años	En 2013: 13 a 33 años	En 2013: 3 a 12 años

Continúa en la página 2

# Generación Alpha

Viene de la página 1

## Pero, ¿qué es la Generación Alfa?

Esta nueva generación comprende a los niños nacidos después del 2010 y abarcará hasta el 2025.

## ¿Por qué se llaman Alpha?

Para Mark McCrindle son una generación que nació entre el 2010 y 2025; y para continuar con la nomenclatura científica, había que empezar con la primera letra del abecedario griego, una vez que se acabó el latino con la z, según dijo para el diario The New York Times. Además, son la primera generación enteramente nacida dentro del siglo XXI así que se presenta la posibilidad de empezar con algo nuevo, dijo McCrindle.

La mayoría son los hijos de los millennial que en promedio tuvieron a sus hijos a la edad de 30.8 años para las mujeres y 33.0 para los hombres. Cada semana se calcula que nacen 2,500,000 millones de niños cada semana con una expectativa de vida de 80.1 años para los hombres y 84.3 años para las mujeres, según datos de Mark McCrindle

## Estas son algunas de las características:

- ♦ Los niños alfa nacieron con un celular, una Tablet o una computadora en la mano, que además de todo tiene internet; por lo que están acostumbrados al bombardeo de información y contenidos. Son “adultos en chiquito”, su juguete es la tecnología.
- ♦ Los “alfa” aprendieron lo que es bueno y malo de internet pero bajo su propia experiencia son niños y jóvenes que publicaron

una foto y se volvieron virales a pesar de que no es lo que deseaban.

- ♦ Se estima que para la generación de los Alpha una de cada 3 mujeres no tendrá hijos.
- ♦ Los tendrán más jóvenes que las generaciones anteriores
- ♦ Mayor competencia en el mercado laboral debido a que compartirán los empleos con otras generaciones y por lo tanto podrían enfrentarse a empleos más inestables
- ♦ Las novedades tecnológicas harán que produzcan más.
- ♦ Serán la generación más educada formalmente en la historia.
- ♦ Vivirán siendo más materialistas y centrados en la tecnología
- ♦ **Tendrán menos contacto humano** (Carencia de Vínculos reales)

2

David Berkowitz, especialista de Advertising Age, odiarán la economía compartida, apostarán por la movilidad, no les importará la privacidad, no seguirán las reglas, romperán fronteras, los carbohidratos serán su gran debilidad, **evitarán la religión**,

Vivirán el momento y estarán en constante cambio y es más probable que sean hijos únicos, los miembros de la Generación Alfa tienen más probabilidades de crecer siendo egoístas y esperando satisfacción instantánea.

No solo la Generación Alfa es más posible que **crezca sobreprotegida**, sino que también será la generación con más bienes materiales y que entiende la tecnología que exista hasta ahora.

Son influenciadores sociales (por ejemplo, la ‘fashionista’ de 3 años Laerta e incluso también han convertido a los miembros de la

Continúa en la página 3

*La Generación Alpha está predestinada a la depresión y el suicidio?*

# Generación Alpha...

Viene de la página 2

Generación Z en influenciadores.

A sus pocos años, la Generación Alfa está inundada de anuncios digitales. Un 81% de los padres con hijos de 5 años dicen que ven videos o juegan en un dispositivo electrónico diariamente.

Por esta razón, para las marcas es tan importante entender esta generación que está cambiando la cultura y los paradigmas de la sociedad con su adicción a la novedad y la instantaneidad.



De todo lo anterior expuesto destaco tres puntos que a mi consideración son básicos para que las personas decidan vivir a pesar de las adversidades que se enfrenten y de no estar presentes o ser deficientes provocan; Depresión, ansiedad y desesperanza.

1. Falta de vínculos afectivos o vínculos deficientes ya que si hubiera que elegir algún factor determinante para la salud mental y la vida emocional futura de un ser humano, sin duda, entre los más importantes, estaría el tipo de apego afectivo que ha desarrollado en los primeros años de su infancia. Este vínculo, que se genera en los primeros años de vida, tiene unas características especiales: es asimétrico, el adulto da y ofrece protección,

mientras el niño lo busca (los vínculos entre adultos son más simétricos, ambas partes dan y ofrecen cuidados con reciprocidad); tiene un componente conductual, se busca claramente la proximidad física con la finalidad de obtener seguridad, un componente cognitivo o evaluación constante de la situación, incluida la figura de apego y un componente afectivo, ya que está lleno de emociones y al estar deficiente se reproduce en la etapa adulta con una gran dificultad para tener relaciones afectivas duraderas, sanas y reciprocas.

2. Evitarán la Religión y esto independiente mente de la denominación o eclesiástica o doctrina filosófica la ausencia de espiritualidad será una característica en la Generación Alpha que les impedirá tener Fe y esperanza ante la vida. Ya que los beneficios de meditar, respetar, perdonar, creer y, en suma, ser más espiritual, van más allá de lo religioso, las personas que cultivan más su espiritualidad están mejor equipadas para enfrentar sus crisis emocionales coinciden líderes religiosos, psicoterapeutas y académicos. El respeto y amor a uno mismo y a los otros y, en su caso, a mandamientos religiosos, frena actitudes violentas, la falta de desarrollo de la espiritualidad, dice, ha provocado una sociedad sin principios y sin valores. Una persona puede identificar que está cultivando su espiritualidad cuando tiene buenas relaciones con los demás, goza de paz interna.
3. Generación que crece Sobreprotegida.- Esta situación actualmente estudiada por psicólogos y Psicoterapeutas especialistas en la conducta

3

Continúa en la página 4

*La Generación Alpha esta predestinada a la depresión y el suicidio?*

# Generación Alpha...

Viene de la página 3

Humana refieren que la sobreprotección es una forma de Agresión y que limita e imposibilita al individuo a ser autónomo, independiente y resolutivo, ya que está acostumbrado y acondicionado a que se le resuelvan sus problemas y situaciones de vida. Si en lugar de apoyar al niño, sugerirle y guiarle para que aprenda por sí mismo, le imponemos, vigilamos y le damos todo solucionado, lejos de ayudarlo a crecer, el niño tendrá un escaso desarrollo de sus habilidades (vestirse, comer...) y adoptará una postura de pasividad y comodidad, ya que interiorizará que sus padres, de los que tendrá una gran dependencia, siempre están dispuestos a ayudarlo. Su autoestima será baja y tendrá poca seguridad en sí mismo, creyéndose incapaz de resolver sus dificultades. Le costará mucho tolerar frustraciones, posponer las gratificaciones y no sabrá valorar lo que tiene. Rehuirá los problemas en vez de tratar de enfrentarse a ellos y no sabrá cargar con las consecuencias de sus propios actos... En resumen, será una persona inmadura y débil que podrá dejarse llevar con más facilidad por las malas amistades o por el ambiente que le rodea.

En conclusión estos aspectos mencionados anteriormente son solo un pronóstico de los riesgos que puede enfrentar la generación Alpha si estas condiciones permanecen o se incrementan, pero sabemos que la información y prevención pueden generar grandes cambios en los individuos y hacer prevención del suicidio y todas las conductas autodestructivas para logra formar individuos más

sanos y felices.

## Referencias Bibliográficas

- Águila Tejeda Alejandro "Suicidio la última decisión" Ed. Trillas México 2011
- <https://salud.uncomo.com> > ... > Las emociones > Las emociones negativas
- <https://www.economista.com.mx/mercados/Ingresos-de-CFE-disminuyen-5-hasta-los-93115-mdd-en-1T-20180427-0085.html>
- [www.revolucionmama.com/la-generacion-alpha-comportamiento-de-padres/](http://www.revolucionmama.com/la-generacion-alpha-comportamiento-de-padres/)
- <https://marketing4ecommerce.mx/por-que-es-importante-la-generacion-alfa/>
- Bowlby J. El vínculo afectivo. Barcelona: Paidós; 1993.
- Fonagy P. Teoría del apego y psicoanálisis. Barcelona: Editorial Spaxs; 2004.
- [www.avpap.org/documentos/bilbao2012/DesarrolloAfectivoAVPap.pdf](http://www.avpap.org/documentos/bilbao2012/DesarrolloAfectivoAVPap.pdf)
- [www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/medicina/tesis04.pdf](http://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/medicina/tesis04.pdf)
- [www.sandiegouniontribune.com/..../sdut-destacan-ventajas-espiritualidad-2014apr14-s...](http://www.sandiegouniontribune.com/..../sdut-destacan-ventajas-espiritualidad-2014apr14-s...)
- <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0379389316000302>
- <https://www.conmishijos.com/educacion/.../consecuencias-de-sobreproteger-a-los-nino>.

**ESTE ARTICULO PUEDE COPIARSE Y REPRODUCIRSE MENCIONANDO AL AUTOR Y LA FUENTE DE INFORMACIÓN**

