

اكتئاب الضواحي أكثر من المدن



إعداد: محمد عزالدين

يتذمر كثير من الناس من حياة المدن المكتظة والطرق المزدحمة، ويخيل لهم أن الحل المثالي هو بالانتقال إلى الضواحي للتمتع بحياة صحية، وأكثر هدوءاً، والسكن في منزل أكبر، ولكن الحقيقة الصادمة التي ستتجلى لهم بمجرد وصولهم إلى هناك، هو عدم حصولهم على ما يبحثون عنه من راحة بال وهدوء، بحسب ما كشفتها الدراسة التي أجراها فريق من الباحثين بجامعة ييل الأمريكية وجامعة آرهوس الدنماركية، بأن سكان الضواحي أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب من سكان المدن لوجود عدد أقل من الأشخاص حولهم مما يقلل فرص الاختلاط الاجتماعي والإحساس بشعور المجتمع الذي يعزز الرفاهية.

وقالت كارين تشين من الجامعة: «يميل الناس في الأرياف إلى قضاء وقتهم في قيادة السيارات والذهاب إلى أماكن ليس بالضرورة أن تكون متاجر ومطاعم ومقاهي محلية، كما يفعلون في المدن».

وأستخدم الباحثون في دراستهم صوراً مأخوذة بالأقمار الاصطناعية مدعومة بالذكاء الاصطناعي لرسم خريطة لجميع المناطق المبنية في الدولة الاسكندنافية على مدى 30 عاماً. وحلّوا موقع 75 ألف شخص سبق تشخيصهم بالإصابة بالاكْتئاب في تلك الفترة، إضافة إلى 750 ألف شخص من نفس العمر لا يعانون الاكْتئاب

وخلصت الدراسة إلى أن سكان الضواحي المشخصين بالاكْتئاب آنذاك كانوا أكثر بنسبة 10 - 15% من سكان المدينة. كما وجدت الدراسة أيضاً أن مجموعات المباني الشاهقة والمساكن منخفضة الكثافة مرتبطة بأقل نسبة للإصابة بالاكْتئاب بالنسبة لسكان المدن

وأضافت تشين: «الذين يعيشون في الطبقات العليا من المباني أقل عرضة للإصابة بالاكْتئاب مقارنة بأولئك الذين يعيشون في الطبقات السفلية من المباني ذاتها، ويعزى ذلك إلى حجم التفاعلات الاجتماعية التي تتعرض لها المجموعات السكانية».

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2023