

Θεράπευσε την κατάθλιψη. Τρέξε στον παιδικό σταθμό!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Ειδικοί δήλωσαν ότι η έρευνα παρέχει ισχυρές ενδείξεις για την αξία του παιδικού σταθμού όταν μια μητέρα μάχεται την κατάθλιψη.

Ο Alan Kazdin, του Yale University, δήλωσε ότι το κύριο μήνυμα είναι ότι ο παιδικός σταθμός μοιάζει να οδηγεί σε τεράστια διαφορά μακροπρόθεσμα. Δεν είναι τετριμμένος και δεν χρειάζεται μόνο για φύλαξη μωρών.

Η Susan Campbell, του University of Pittsburgh, δήλωσε ότι αν και είναι δύσκολο να κατανοήσουμε πλήρως πώς επηρεάζονται τα παιδιά από την κατάθλιψη της μητέρας, τέτοιες μητέρες πιθανόν είναι πιο απόμακρες, αρνητικές και δεν ανταποκρίνονται, καθώς και λιγότερο θερμές και υποστηρικτικές.

Στην έρευνα, οι επιστήμονες παρακολούθησαν 1.759 παιδιά μεταξύ 5 μηνών και 5 ετών. Οι ερευνητές παρακολούθησαν τα συναισθηματικά προβλήματα των παιδιών μετά την ηλικία των 17 μηνών.

Οι ερευνητές παρακολούθησαν επίσης τις μητέρες τους, ερευνώντας για σημάδια κατάθλιψης. Παρακολούθησαν αν τα παιδιά φροντίζονται τακτικά από συγγενείς,

νταντάδες ή παιδικούς σταθμούς.

Οι ερευνητές ανακάλυψαν ότι ποσοστό 12% των παιδιών, γυναικών που δεν είχαν κατάθλιψη, έδειξαν σημάδια συναισθηματικών προβλημάτων, δήλωσε η ερευνήτρια Catherine Herba, του University of Quebec στο Montreal. Ωστόσο ο αριθμός αυξήθηκε στο 32% στα παιδιά γυναικών με κατάθλιψη που δεν λάμβαναν τακτικά φροντίδα από κάποιον εκτός από τη μητέρα τους.

Ωστόσο, ο αριθμός μειώθηκε στο 7% στα παιδιά των οποίων οι μητέρες είχαν κατάθλιψη και πήγαιναν στον παιδικό σταθμό. Μειώθηκε στο 15-18% για όσες μαμάδες είχαν κατάθλιψη και φροντίζονταν από συγγενή ή νταντά, δήλωσε η Herba.

Η Campbell δήλωσε, ότι η ομαδική παιδική φροντίδα μπορεί να παράσχει δομή, παιχνίδια και δραστηριότητες, καθώς και ευκαιρίες για κοινωνικοποίηση με άλλα παιδιά, δίνοντας ανάπαυλα στις στρεσαρισμένες μητέρες.

Πηγή: govastileto.gr