

## لماذا ارتفعت معدلات الاكتئاب بين المراهقين في أمريكا؟ دراسة تجيب



اثارت دراسة حديثة حول اتجاهات الشباب الأمريكيين تساؤلات حول علاقتهم مع آبائهم وتأثير ذلك على رضاهم العام عن الحياة، مشككة بأن العلاقات الوثيقة بين الوالدين والأطفال تلعب دورًا مباشرًا في سعادة المراهقين.

وبحسب الدراسة التي نشرتها صحيفة "لوموند" الفرنسية، فإن العلاقات بين الوالدين والأطفال شهدت تحسنًا في السنوات الأخيرة، ومع ذلك، فإن معدلات الرضا العام عن الحياة لدى المراهقين انخفضت بشكل ملحوظ بعد عام 2012.

ويُظهر تحليل البيانات، أن "زيادة السعادة في العلاقات الأسرية لم تنعكس بشكل إيجابي على مستويات الرضا العام، وفقا للصحيفة".

ويرى خبير علم النفس جان توينغ، أن "زيادة مشاكل الصحة العقلية بين المراهقين قد تكون مرتبطة بتحسن العلاقات الأسرية".

وعلى الرغم من تطور العلاقات بين الوالدين والأطفال، يشير توينغ إلى ارتفاع معدلات الاكتئاب بين المراهقين في الفترة من 2011 إلى 2021.

وأشار توينغ إلى أن "تراجع الصراعات بين المراهقين ووالديهم قد يشير إلى تنازلهم عن الاستقلال، متحدِّين بذلك الرأي التقليدي القائل بأن الصراعات ضرورية لتحقيق الاستقلال".

مؤن جهة أخرى، يعتبر بعض الخبراء أن تقليل الصراعات قد لا يكون دائماً "إيجابياً"، حيث يحتاج المراهقون إلى فرص لاكتشاف مهاراتهم خارج إطار المسؤوليات المنزلية، كما يُشير البعض إلى أن نقص الاستقلالية يمكن أن يؤثر سلباً على رضا المراهقين عن حياتهم.

#### انخفاض استقلالية المراهقين

وأكد توينغ أن "انخفاض استقلالية المراهقين بدأ في التسعينيات والعقد الأول من القرن الحادي والعشرين، مع انتشار الهواتف الذكية ووسائل التواصل الاجتماعي".

ويعزو الباحثون التحولات بعد عام 2012 إلى استخدام الهواتف الذكية ومنصات التواصل الاجتماعي، مشيرين إلى تأثير الشاشات وانخفاض التفاعلات الشخصية على تصورات المراهقين حول الحياة.

وختتمت الصحيفة قائلة، إنه: "رغم التفاوت في التفسيرات، تتفق الدراسة على أن العلاقة بين الوالدين والأطفال ليست العنصر الوحيد المؤثر في سعادة المراهقين؛ مما يجعل الآباء يواجهون تحديات في فهم دورهم في تحسين رفاهية أطفالهم".