



0

Στιούαρτ Σλάβιν, παιδίατρος και καθηγητής στην Ιατρική Σχολή του πανεπιστημίου του Σεντ Λούις, γνωρίζει τις συνέπειες του στρες. Αφού ανακάλυψε υψηλά ποσοστά άγχους και κατάθλιψης μεταξύ των φοιτητών του, μαζί με τους συνεργάτες του άλλαξε το ισχύον σύστημα: κατήργησε τους βαθμούς για τους πρωτοετείς φοιτητές, επέβαλε αργία μισής ημέρας κάθε δεύτερη εβδομάδα και δημιούργησε μικρές ομάδες μελέτης ώστε να ενισχυθούν οι δεσμοί μεταξύ των παιδιών. Μετά την πάροδο έξι ετών, τα ποσοστά των φοιτητών που έπασχαν από κατάθλιψη μειώθηκαν σημαντικά.

Ομως ακόμα και ο δρ Σλάβιν δεν ήταν προετοιμασμένος για τα αποτελέσματα μιας άλλης μελέτης που εκπονήθηκε στο Γυμνάσιο Ιρβινγκτον της Καλιφόρνιας, όπου διαπιστώθηκε ότι το 54% των μαθητών εμφάνιζε ήπια έως βαριά συμπτώματα κατάθλιψης, ενώ το 80% έπασχε από άγχος.

Στην πραγματικότητα, αυτό που κατέγραψαν οι επιστήμονες στο Ιρβινγκτον, ήταν ο μικρόκοσμος της επιδημίας μαθητικού άγχους που πιστεύαμε ότι πλήττει αποκλειστικά μία ελίτ των αστικών κέντρων και των ακριβών περιχώρων. Η αλήθεια, όμως, είναι ότι το άγχος ταλαιπωρεί τα παιδιά σε ολόκληρο το κοινωνικό και οικονομικό φάσμα.

Κι ενώ το στρες και η κατάθλιψη κάνουν θραύση, οι γιατροί εξετάζουν όλο και περισσότερα παιδιά των πρώτων τάξεων του δημοτικού που πάσχουν από ημικρανίες και έλκη, ενώ ταυτόχρονα διαπιστώνουν άρρηκτη σχέση μεταξύ αυτών των προβλημάτων και της πίεσης για υψηλή απόδοση. Το κυνήγι της επιτυχίας, φαίνεται ότι έχει ένα εξαιρετικά υψηλό τίμημα για τα παιδιά.

Έντυπη

VICKI ABELES / THE NEW YORK TIMES

**Πηγή:** [kathimerini.gr](http://kathimerini.gr)