

Τέσσερις στους δέκα μεταπτυχιακούς και διδακτορικούς φοιτητές βιώνουν άγχος και κατάθλιψη

Λυξάνονται ραγδαία τα ποσοστά των ψυχικών προβλημάτων

Τα ποσοστά του άγχους και της κατάθλιψης μεταξύ των μεταπτυχιακών (master's) και των διδακτορικών φοιτητών (PhD) διεθνώς είναι τουλάχιστον έξι φορές μεγαλύτερα από ό,τι στο γενικό πληθυσμό. Τέσσερις στους δέκα αισθάνονται μικρότερη ή μεγαλύτερη ψυχική πίεση, σύμφωνα με μια νέα διεθνή έρευνα.

Οι δειγματοληπτικές απαντήσεις 2.279 φοιτητών 234 πανεπιστημιακών και ερευνητικών ιδρυμάτων σε 26 χώρες (90% υποψήφιοι για PhD και 10% για master's) αποκαλύπτουν ότι το 41% αισθάνονται μέτριο έως σοβαρό άγχος, ενώ το 39% έχουν συμπτώματα μέτριας έως σοβαρής κατάθλιψης, έναντι ποσοστού περίπου 6% στο γενικό πληθυσμό.

Τα ποσοστά άγχους και κατάθλιψης είναι μεγαλύτερα στις νέες από ό,τι στους νέους: 43% και 41% αντίστοιχα έναντι 34% και 35%.

Οι ερευνητές, με επικεφαλής τη νευροεπιστήμονα Τερέζα Έβανς του Κέντρου Επιστημών Υγείας του Πανεπιστημίου του Τέξας στο Σαν Αντόνιο, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο περιοδικό βιοτεχνολογίας «Nature Biotechnology», σύμφωνα με το «Nature», έκαναν λόγο για ανησυχητικά ευρήματα που αναδεικνύουν τη σοβαρότητα του προβλήματος και την παγκόσμια διάστασή του.



Όπως είπε η Έβανς, τα πανεπιστήμια σε όλο τον κόσμο πρέπει να πάρουν πιο σοβαρά το ζήτημα και να παρέχουν στους μεταπτυχιακούς και διδακτορικούς φοιτητές εκπαίδευση και υποστήριξη που θα τους βοηθήσει να διαχειρισθούν το στρες τους, το οποίο σε ένα βαθμό οφείλεται στη δυσκολία τους να ανταποκριθούν στις απαιτήσεις των σπουδών τους, λόγω περιορισμένου διαθέσιμου χρόνου.

Οι περισσότεροι μεταπτυχιακοί φοιτητές (το 55%) δήλωσαν ότι δεν μπορούν να πετύχουν μια καλή ισορροπία ανάμεσα στην εργασία τους (σπουδές) και στην προσωπική ζωή τους.

Μια παλαιότερη μελέτη του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνια-Μπέρκλεϊ το 2014 είχε επίσης βρει ότι το 43% έως 46% των μεταπτυχιακών φοιτητών ειδικότερα στις βιοεπιστήμες νιώθουν κατάθλιψη.