

## حضن البقرة» أسلوب غريب لعلاج الاكتئاب»



إعداد: راندا جرجس

أثبت خبراء الصحة النفسية في الولايات المتحدة الأمريكية مؤخراً، فاعلية علاج من يعانون الاكتئاب بـ«حضن البقرة»، أو من يمرون بظروف نفسية أو أسرية، ومن يتأثرون بالأحداث المحيطة سلبياً. وأشاروا إلى أن هذا العلاج الغريب يعتمد على احتضان البقرة للحصول على الراحة النفسية، ويسهم في تقليل الشعور بالتوتر والقلق عند من يعاني الاكتئاب، ويعزز حالة الإحساس بالأمل والاتصال

وتصدرّ علاج الاكتئاب بـ«حضن البقر» قائمة الـ«تريند» عبر وسائل التواصل الاجتماعي في أمريكا خلال الأيام الماضية، وتعود القصة إلى عام 2017 عندما نُشرت ورقة بحثية في مجلة سلوك الحيوان وإدراكه، الأمريكية، وجاء فيها: «يجب النظر للأبقار بنظرة أخرى بعيدة عن أنها حيوانات رعي فقط، حيث أثبتت الدراسات أن هناك نوعاً من الأبقار الأسكتلندية يعرف باسم أنجوس تعيش في مرتفعات الشرق الأسكتلندي، وثبتت فاعليتها في علاج وتخفيف الشعور بالتوتر والقلق الناتج عن الإصابة بمرض الاكتئاب

وبدأت القصة عندما استوردت سوزان فولرس بقر أنجوس من أسكتلندا إلى حظيرتها، وأنهال عليها الأشخاص من جميع أنحاء الولايات المتحدة الأمريكية، طلباً للعلاج من الاكتئاب بواسطة «حضان البقرة». ويشير الخبراء البيطريون إلى أن الفوائد العلاجية للأبقار تتمثل في إمداد الإنسان بالأمل والتفاؤل، عن طريق وضع الذراعين حول البقرة، حيث إنها الطريقة الأفضل للحصول على النتيجة المرجوة.

ويوضح العلماء أن تفسير هذه الطريقة الغريبة لعلاج الاكتئاب، هو أن درجة حرارة أجسام الأبقار أعلى من الإنسان، بنسبة تصل إلى 101 فهرنهايت، ومعدل ضربات قلبها أبطأ من الإنسان، لذلك فإن هذين الصفتين تساعدان على الاسترخاء.

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.