

دچار تحول شود. این جامعه شناس با اشاره به حوزه مهم روانشناسی اجتماعی تأکید می‌کند: «همه‌گیری و فشارهای ناشی از آن سپهر روانی جامعه را نامطلوب می‌کند و تنفس در این فضا سخت می‌شود؛ تجلی اینها در انزوای اجتماعی و ناهنجاری‌های رفتاری بروز می‌کند.»

به علاوه در قدم بعدی روابط بین فردی و اجتماعی و روابط با دیگر کشورها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. به دلیل فاصله‌گذاری‌های فیزیکی گره‌ها یا فاصله‌هایی در ارتباطات اجتماعی رخ می‌دهد، از روابط فامیلی دوستانه و محله‌ای گرفته تا روابط تجاری و سیاسی بین کشورها.»

### طبیعی که از دست بشر نفس راحتی کشید

با این حساب آیا نمی‌توان به هیچ تأثیر مثبتی در زندگی بشر در دوران همه‌گیری امیدوار بود؟ اصغر مهاجری به افزایش سرمایه‌های اجتماعی عمودی و کاهش سرمایه‌های اجتماعی افقی به عنوان تأثیراتی که می‌توان آن را مثبت تلقی کرد، اشاره می‌کند و می‌گوید: «زمانی که سلامت و اقتصاد افراد بر اثر شیوع بیماری متاثر و سیستم حمایتی از درمان و بیمه گرفته تا حمایت‌های معیشتی دچار چالش می‌شود، دوستان و آشنایان و اهل محله هستند که به داد آنها می‌رسند. همان‌طور که الان شاهد هستیم حمایت‌های خیریه‌ها و سازمان‌های مردم‌نهاد به مردم متاثر از بیماری پرتنگ‌تر شده است. به علاوه نباید از تأثیرات مثبت زیست محیطی در این دوران گذشت؛ حیات وحش و زیست‌بوم‌های جانوری احساس آرامش کرده‌اند، چون از دست بشر راحت‌تر بوده‌اند؛ مسافرت‌ها کمتر شده که تأثیر مثبتی بر کاهش آلودگی محیط زیست داشته است.»

مهاجری با اشاره به اینکه تأثیرات و پیامدهای همه‌گیری گسترده و فراگیر است، می‌گوید: «تنها کاری که الان می‌توانیم انجام دهیم، فریاد زدن اهمیت رسیدگی به پیامدهای اجتماعی و فرهنگی این موضوع است و علاوه بر آن مطالبه جدی شهروندی و دانشگاهی از دولت برای اختصاص سرمایه زیاد در جهت مطالعه و ارزیابی این تأثیرات است تا براساس نتایج ارزیابی‌ها اقدام شود و دیگر شاهد تصمیم‌گیری‌های هیجانی و بدون فکر از نهادهای مرتبط نباشیم.»

در کره جنوبی تجربه‌ای وجود دارد؛ پس از همه‌گیری سارس براساس برخی نشانگرهای زیستی مانند سطح کنونی برخی مواد مثل کورتیزول در بزاق یا خون وجود استرس مزمن را نشان می‌دهد که می‌گوید استرس و اضطراب ناشی از همه‌گیری تا ۶ ماه پس از پایان دوران نیز در جمعیت عمومی بالاست. جلالی با این توضیحات می‌گوید: «به خصوص در کشور ما بعد از سال تلخ ۹۸ و وضع ناپایدار اقتصادی که هم ناشی از کووید و هم مشکلات سال‌های گذشته است که تنش فزاینده‌ای را به بدنه جامعه وارد کرده است، می‌توان حدس زد محدودیت‌ها و تنگناهای کووید بسیار بیشتر و شدیدتر در جامعه تا ماه‌ها بعد از همه‌گیری کرونا دیده خواهد شد.»



خبرگزاری آنا

## بررسی تبعات روانی فردی و اجتماعی شیوع کووید-۱۹ در گفت‌وگو با یک جامعه‌شناس و یک روانپزشک

# سرگردان در میانه همه‌گیری

حالت جامعه امروز ما و وضع مسئولان و تصمیم‌گیرندگان مثل بوکسوری است که چند مشت پی‌درپی محکم خورده و گیج و سرگردان است؛ در این شرایط طبیعتاً تصمیمات ناپخته گرفته می‌شود که از دقت، آینده‌نگری و امید کافی برخوردار نباشد

**راضیه زرگری** [زندگی بعد از کرونا چگونه خواهد بود؟ مردم ما با پشت سر گذاشتن یک اپیدمی بزرگ با تبعات بسیار زیاد فردی و اجتماعی، آیا دیگر آن آدم‌های سابق می‌شوند؟ با این حجم از استرس و فشار روانی در کنار به هم خوردگی روال عادی ارتباطات اجتماعی و تأثیرات منفی درآمدی و تبعات اقتصادی بسیار شدید، می‌توان امیدوار بود روزی بیاید که زندگی به روزهای قبل از کرونا برگردد؟ روزهایی که شاید مشکلات زندگی در هر حوزه‌ای کم‌نبرد، اما دلخوشی‌هایی بود که دیگر نیستند یا دست‌کم محدود شده‌اند هم با استرس‌های رعایت فاصله‌گذاری فیزیکی و زدن ماسک و... آ‌ها از نظر ارتباطات اجتماعی بعد از این اپیدمی چه تغییرات روانی در کردار و رفتارشان خواهند داشت؟ شاید خیلی‌ها به ندیدن دیگران عادت کنند و فردگراتر و منزوی شوند. عده‌ای شاید متحمل افسردگی ناشی از دوره طولانی فشار روانی بیماری یا از دست دادن عزیزان بر اثر ابتلا به ویروس شوند و عده‌ای دیگر از فشارهای اقتصادی کمرشکن دوره کرونا دچار اختلال‌های رفتاری شوند. اصلاً آیا درست است درحالی‌که اپیدمی تمام نشده است و معلوم نیست تا کی این وضع ادامه دارد، بخوابیم آینده را پیش‌بینی و تحلیل کنیم؟ و مهم‌ترین سوال این است که مگر همین الان در میانه راه زندگی در کرونا همه این تبعات منفی رفتار فردی و اجتماعی را نمی‌توان در جامعه دید؟

علمی برآورد شود؛ که اگر در کشور ما این اتفاق تا امروز نیفتاده است جای گلایه، هشدار و تأمل دارد. این جامعه‌شناس با اشاره به برآورد پیامدهای همه‌گیری و دسته‌بندی تأثیرات می‌گوید: «تأثیرات اولیه همین چیزهایی است که اتفاق افتاده؛ تأثیرات ثانویه نتیجه تأثیرات اولیه است و در جامعه‌شناسی نهایتاً تأثیرات انباشتی داریم که مجموع تأثیرات مرحله‌های قبل است. این تأثیرات انباشتی هنوز در کشور ما اتفاق نیفتاده و بسیار نگران‌کننده‌تر است.»

از مبحث جامعه‌شناسی، تأثیرات فیزیکی کرونا و تأثیرات بریه و تنفس افراد، پیامدهای قلمرو اول محسوب می‌شود؛ اگر فضای تأثیرات کمی بازتر شود، قلمرو بلافصل است و نهایتاً در سطح گسترده‌تر پیامدها در قلمرو فراگیر قرار می‌گیرند. مهاجری براساس این فرمول تأثیرات کرونا را ارزیابی می‌کند: «اولین جایی که ویروس تحت تأثیر قرار می‌دهد، حوزه سلامت جسم و روان است، چه افرادی که خود مبتلا شدند، چه کسانی که در خانواده و محله و اقوام یا محل کارشان کسی را داشته‌اند که مبتلا به بیماری شده باشد. تأثیرات ثانویه همین پیامد اولیه این است که تجهیزات پزشکی و بالینی تحت تأثیر قرار می‌گیرد. کشور ما در پیش از کرونا هم در موضوع تاب‌آوری در بحران‌ها با چالش‌هایی مواجه بود و به همین دلیل یک نوع به هم ریختگی در بدنه جامعه ایجاد شده است. وقتی از پیامدهای بلافصل سخن می‌گوییم، دقیقاً منظور همین تأثیرات پی‌درپی و دومینوار است که رفته‌رفته کل جامعه را متاثر می‌کند.»

دیگر پیامدی که مهاجری به عنوان یکی از مهم‌ترین علت‌های پیامدهای اجتماعی به آن اشاره می‌کند، اقتصاد است، کسب‌وکارها، درآمدها و مشاغل بسیاری تحت تأثیر شیوع همه‌گیری قرار می‌گیرند و کارخانه‌ها خط تولید را کنسل یا محدود می‌کنند؛ در مرحله انباشتی همه اینها به بحران اقتصادی منجر می‌شود. تأثیرات اقتصادی کرونا نظام تولید، توزیع و مصرف، بازارها و معادلات را برهم می‌زند که تأثیراتش در حوزه اجتماعی به شکل نامیدی و کم‌امیدی بروز می‌کند؛ این پیامدها در حالت انباشتی به افزایش آسیب‌های اجتماعی و بالارفتن نرخ خودکشی و انحرافات اخلاقی می‌انجامد، حتی ممکن است باورهای اعتقادی و کلیشه‌های جامعه نیز به واسطه پیامدهای روانی و اقتصادی کرونا

### تبعات تحمل تنش فزاینده و بی‌تفاوتی جامعه نسبت به مسائل بهداشتی

البته رسیدن به نتیجه صحیح در مورد تبعات روانی همه‌گیری به مطالعات جامع و گسترده‌ای نیاز دارد. جلالی به تماس‌هایی که با سامانه ۴۳۰ یا سامانه خدمات روانشناختی سازمان بهزیستی می‌شود، استناد می‌کند: «بررسی محتوای پیام‌ها و تماس‌ها نشان می‌دهد جامعه از مرحله‌ای از استرس و تنش به مرحله‌ای از افسردگی یا احساس افسردگی تغییر جهش داده است. البته من معتقد نیستم جامعه ما الان در مرحله افسردگی قرار دارد، بلکه ارگانیک‌انسانی در مقیاس اجتماعی بعد از تحمل یک تنش بسیار فزاینده قابلیت این را دارد که دچار حالتی از کرحتی و بی‌حسی هیجانی شود؛ این را نباید با افسردگی یعنی قبول یک واقعیت تلخ یا فقدان اشتیاق گرفت. جامعه ما دچار نوعی کرحتی هیجانی شده است که می‌تواند پیامدهای بسیار منفی داشته باشد. به عنوان مثال یکی از آثار منفی کرحتی هیجانی رعایت نکردن مسائل بهداشتی یا به نوعی رهاکردن محدودیت‌های نسبی در ارتباطات فیزیکی و اجتماعی است؛ مثل استفاده نکردن از ماسک و رعایت نکردن فاصله فیزیکی یا میهمانی و سفر نرفتن.»

### تصمیم‌گیری‌های ناپایدار به واسطه بروز بی‌حسی هیجانی مسئولان

این روانپزشک معتقد است در رفتار دولتمردان هم می‌توانیم این کرحتی هیجانی را ببینیم. این واقعیت قابل درک است که شرایط همه‌گیری بحرانی است و مدیریت بحران با مدیریت حالت عادی در کشور متفاوت است، بنابراین اینکه ناپایداری در تصمیم‌گیری‌ها وجود داشته باشد، عجیب نیست. با این حال، برخی تصمیم‌گیری‌ها و اظهارنظرها بیشتر از اینکه دال بر وجود شرایط بحرانی باشد، نشان‌دهنده همان بی‌حسی هیجانی و ناتوانی در تصمیم‌گیری‌هاست. حالت جامعه امروز ما و وضع مسئولان و تصمیم‌گیرندگان مثل بوکسوری است که چند مشت پی‌درپی محکم خورده و گیج و سرگردان است. در این شرایط طبیعتاً تصمیمات ناپخته گرفته می‌شود؛ تصمیماتی که از دقت، آینده‌نگری و امید کافی برخوردار نباشد.

متأسفانه در کشور ما نیازهای سلامت روان جامعه آن‌طور که باید در اولویت‌های بهداشتی قرار ندارد. شاید حرف‌های زیادی زده شود، اما باید برای پاسخگویی به نیازهای روانشناختی جامعه برنامه داشته باشیم و در راستای اقدامی ملی عمل کنیم؛ مرحله به مرحله تحقیقات میدانی و مطالعات و تأمین بودجه مورد نیاز و... جلالی می‌گوید: «ما زمانی که به تهیه واکسن و تأمین داروی کرونا یا تجهیزات کادر درمانی می‌اندیشیم، باید در این اولویت‌ها رسیدگی به سلامت روان جامعه را هم قرار دهیم. وقتی گفته می‌شود بعد از پاندمی کرونا بحران روانی در جهان خواهیم داشت، ما می‌توانیم به جرأت بگوییم در میانه همه‌گیری با نوعی اپیدمی مشکلات روانشناختی در جامعه مواجه هستیم. این عبارت الزاماً به معنای زیاد شدن بیماری‌های روانی نیست، بلکه ما با واکنش‌های ناپه‌نجان و دلالت‌هایی از رنج روانشناختی در جامعه مواجه هستیم که بیماری نیست، اما می‌تواند به میزان زیاد در کارکرد و کیفیت زندگی مردم اثر بگذارد.»



امیرحسین جلالی: ارگانیک‌انسانی در مقیاس اجتماعی بعد از تحمل یک تنش بسیار فزاینده قابلیت این را دارد که دچار حالتی از کرحتی و بی‌حسی هیجانی شود؛ این را نباید با افسردگی یعنی قبول یک واقعیت تلخ یا فقدان اشتیاق گرفت. جامعه ما دچار نوعی کرحتی هیجانی شده است که می‌تواند پیامدهای بسیار منفی داشته باشد. به عنوان مثال رعایت نکردن مسائل بهداشتی یا به نوعی رهاکردن محدودیت‌های نسبی در ارتباطات فیزیکی و اجتماعی است



اصغر مهاجری: تأثیرات اقتصادی کرونا نظام تولید، توزیع و مصرف، بازارها و معادلات را برهم می‌زند که تأثیراتش در حوزه اجتماعی به شکل نامیدی و کم‌امیدی مردم بروز می‌کند؛ این پیامدها در حالت انباشتی به افزایش آسیب‌های اجتماعی و بالارفتن نرخ خودکشی و انحرافات اخلاقی می‌انجامد. حتی ممکن است باورهای اعتقادی و باورهای کلیشه‌های جامعه نیز به واسطه پیامدهای روانی و اقتصادی کرونا دچار تحول شود

