



تأثیرات کرونا بر رفتار آدم‌ها

تأثیرات عجیب و غریب عالم‌گیری کرونا روی رفتارمان را بشناسیم. در دوران همه‌گیری کوید-۱۹، محدودیت‌های اجتماعی

...

تأثیرات عجیب و غریب عالم‌گیری کرونا روی رفتارمان را بشناسیم. در دوران همه‌گیری کوید-۱۹، محدودیت‌های اجتماعی و ترس‌های ناشی از ابتلا به بیماری کرونا، مردم را منزوی و دور از یکدیگر کرد تا جایی که این فاصله اجتماعی موجب تغییراتی در رفتار و نوع ارتباط مان با یکدیگر شده است.

به گزارش ایسنا و به نقل از خبرآنلاین، کووید-۱۹ با تمام سویه‌ها و جهش‌هایش بدون شک روی مردم سراسر دنیا اثر منفی گذاشته است. خود بیماری یا استرس ابتلا به آن و عدم اطمینانی که ایجاد کرده است، مردم را به نوعی تحت تأثیر قرار داده است.

بنا بر بررسی‌ها، کووید-۱۹ تمام جنبه‌های زندگی روزمره مردم، از خرید، کار و مدرسه گرفته تا سفر و تفریح را تغییر داده است. علاوه بر این تغییرات از نظر اقتصادی و فرهنگی، مردم گرفتار شک و تردید نسبت به وضعیت خود هستند.

اما آیا این تغییرات رفتاری و ارتباطی مردم با یکدیگر، دایمی یا موقتی است؟

چگونگی تأثیر عالم‌گیری روی رفتار مردم

در بررسی‌ها مشخص شد که بیشتر واکنش‌های عمومی به عالم‌گیری «مرگ سیاه» در قرن ۱۱۴م - که بیماری طاعون، دنیا را به خود گرفتار کرده بود و مرگ و میر بسیاری داشت - تاکنون بدون تغییر باقی مانده است. علاوه بر آن، عالم‌گیری‌های قبل از کرونا هم تغییرات چشمگیر و گسترده‌ای روی ساختارهای اجتماعی و اقتصادی - اجتماعی جوامع گذاشته است و این تغییرات همچنان باقی مانده اند.

بنا به گفته رئیس انجمن بین‌المللی روانشناسی دانشگاه آدلر در شیکاگو «نمی‌توان برای چگونگی و چرایی واکنش‌های مردم به موقعیت‌های استرس‌زا، یک استاندارد خاص در نظر گرفت و پیش‌بینی کرد که تمام مردم در هر زمان و موقعیت به یک شرایط بحرانی واکنش یکسان از خود نشان می‌دهند. ما در دو سال عالم‌گیری کرونا، در دل توفان بحران‌های عالم‌گیری، اجتماعی، اقتصادی و سیاسی قرار داشتیم و مردم به طور طبیعی دست به رفتارهای انطباقی زدند تا بتوانند از پس این شرایط برآیند و باید گفت این رفتارهای انطباقی معمولاً موجب تغییراتی پایدار در نحوه ارتباط و رفتار مردم شده است.»

انواع تغییرات رفتاری

رفتار مردم همچون واکنش‌های احتمالی آنها به بحران‌ها، فردی و چندوجهی است و نمی‌توان گفت تمام آنها واکنش و رفتارهای یکسانی دارند. در واقع در ذات هر رفتاری، جنبه‌های مختلف انگیزشی، رفتاری و عاطفی نهفته است و بر اساس این جنبه‌ها، رفتار خاصی بروز پیدا می‌کند.

به طور مثال از شروع این عالم‌گیری، هر کس اولویت‌های خود را دارد. برخی به سلامت و تناسب اندام‌شان بیشتر اهمیت می‌دهند، در حالی که دیگران خوردن بیشتر و کم ورزش کردن برایشان اهمیتی ندارد. از نظر ارتباطات هم، برخی از مردم از طریق تماس‌های ویدئویی، ارتباط خود با عزیزان‌شان را حفظ می‌کنند اما برخی دیگر انزوا را ترجیح می‌دهند.

از طرفی از زمان شروع عالم‌گیری، مقامات رسمی برای پیشگیری از گسترش کووید-۱۹ از مردم می‌خواستند که محدودیت‌ها را رعایت کنند. اما برخی دیگر این محدودیت‌ها را مورد تردید قرار دادند و بدین ترتیب مردم دو دسته شدند. برخی محدودیت‌ها را کاملاً رعایت کردند و برخی دیگر به آن اهمیتی ندادند.

تمام موارد فوق منجر به تغییراتی در جنبه‌های مختلف زندگی مان شد که می‌توانند دائمی باشند. از برخی از این تغییرات می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

دورکاری: افرادی که در دوران شدت عالم‌گیری کرونا مجبور به دورکاری شدند، به ویژه آنهایی که اولین بار این روش کار را امتحان کردند، اثر مثبتی در روند کاری خود یافتند. در واقع در بررسی‌ها مشخص شد، ۶۰ درصد افرادی که به دلیل کرونا مجبور به دورکاری شدند، گفتند که می‌خواهند تا پایان کامل عالم‌گیری همین روند را ادامه دهند.

بنا به گفته محققان، در دورکاری، افراد می‌توانند با استفاده از نرم‌افزارهای کامپیوتری و جلسات مجازی با هم در ارتباط باشند اما در این روش، هر قدر هم خوشایند آنها باشد، باز هم حس کامل بودن را نخواهند داشت. حسی که معمولاً با به کارگیری تمام حواس و در ارتباط با دیگران به دست می‌آید. این حس در افرادی که دورکار هستند از بین می‌رود یا دچار تغییر شگرفی می‌شود.

تغییر عادات خرج کردن: در تحقیقی که دانشمندان ایتالیایی روی ۳۸۳۳ داوطلب ۱۸ تا ۶۴ ساله انجام دادند مشخص شد، محدودیت های اجتماعی و قرنطینه روی عادات خرج کردن مردم تاثیر گذاشته است. محققان متوجه شدند، مردم از نظر روحی و روانی به خرید انواع کالاها، چه ضروری و چه غیر ضروری، احساس نیاز می کردند و همین موضوع موجب افزایش خرید شده بود. در واقع اضطراب و ترس در خصوص کووید-۱۹، مردم را وادار به خرید کالاهای ضروری کرده بود و از طرف دیگر شیوع افسردگی میان آنها، باعث هزینه کردن روی کالاهای غیر ضروری شده بود. همچنین این روزها مردم عادت به خرید اینترنتی کرده اند و بیشتر آنها کالاهای خود را اینترنتی سفارش می دهند. این تغییرات چیزی است که کووید-۱۹ موجب آنها شده است.

بیماری های ذهنی: متأسفانه ترس و نگرانی از کرونا و صدماتی که این ویروس کشنده به جوامع سراسر دنیا زده است، بیماری های ذهنی متعددی همچون سندرم اضطراب کووید-۱۹ و اختلال خوردن ناشی از عالم گیری ایجاد کرده است که افراد بسیاری از دنیا به این بیماری های ذهنی مبتلا شده اند. بنابر بررسی ها، شیوع افسردگی و اضطراب در دنیا ۲۵ درصد افزایش داشته است. همچنین اختلال خوردن یا استفاده از مواد مخدر در نوجوانان دنیا ۲۵ درصد بیشتر شده است.

البته اثر مثبتی که این عالم گیری داشته این است که مردم درباره بیماری های روحی آگاهی های بیشتری کسب کرده اند و دیگر به افراد مبتلا به این بیماری ها برچسب های تحقیرآمیز نمی زنند.

تغییرات گفتاری و زبانی: در دوران عالم گیری یکسری تغییرات زبانی هم رخ داد و اصطلاح های جدید مربوط به عالم گیری وارد زبان های مردم دنیا شد. مثل، واژه Rona (رونا) که مخفف کروناویروس است.

متأسفانه ترس و نگرانی از کرونا و صدماتی که این ویروس کشنده به جوامع سراسر دنیا زده است، بیماری های ذهنی متعددی همچون سندرم اضطراب کووید-۱۹ و اختلال خوردن ناشی از عالم گیری ایجاد کرده است که افراد بسیاری از دنیا به این بیماری های ذهنی مبتلا شده اند.

افزایش بی ادبی: عالم گیری روی رفتارهای مردم اثر منفی گذاشته و آنها را پرخاشگر و البته برخی از افراد را بی ادب کرده است. بنابه گفته روانشناسان این پدیده می تواند ناشی از اضطراب و استرس طولانی مدت مربوط به کرونا باشد. همچنین متخصصان مراقبت های بهداشتی شاهد چنین رفتارهای نامناسبی بوده اند و در بررسی ها ۴۵٫۷ درصد از پرستارها اعلام کردند که بی ادبی و بی تمدنی میان مراجعه کنندگان بسیار بیشتر از دوران قبل از عالم گیری بوده است.

دلیل دیگر این رفتارهای نامناسب می تواند این باشد که برنامه های آموزش های مهارت اجتماعی در این دوران به شدت کاهش یافته و در نتیجه اثر منفی خود را روی رفتار مردم جامعه نشان می دهد.

نگاهی به آینده

هنوز نمی توان با قطعیت نظر داد که این تغییرات پابرجا باقی می مانند یا خیر و آینده آن را مشخص می کند. اما وقتی عالم گیری کاملاً به پایان برسد و با بهبود و تعدیل جامعه، برخی از تغییرات ممکن است به صورت هنجارهای جدید اجتماعی باقی بمانند؛ در حالی که تغییرات دیگر فراموش و محو شوند. البته باید گفت هیچ چیز کاملاً مانند گذشته نخواهد شد و ما با فرصت دادن به خود می توانیم با شرایط جدید سازگار شویم و باید یادمان باشد که انسان در مسیر تکامل است و همیشه رو به جلو حرکت می کند و بازگشت به عقب معنایی ندارد.»