

TRAUMA PANDEMII KORONAWIRUSA WŚRÓD KRAKOWIAN



STRESZCZENIE:

W raporcie prezentuje się wyniki badań nad traumą społeczno-kulturową wywołaną przez pandemię koronawirusa. Badania zostały zrealizowane w dniach 14.04 -10.05. na próbie 650 mieszkańców Krakowa powyżej 18 r.ż. Do badania wykorzystano sondaż CAWI (Computer- Assisted Web Interview). Wyniki badania pokazują, że mieszkańcy Krakowa pozytywnie oceniają stan swojego zdrowia oraz umiarkowanie obawiają się zarażenia koronawirusem.

Pandemia i zjawiska jej towarzyszące wywołały spadek poziomu życia. Dotyczy on wszystkich aspektów życiowego funkcjonowania. Deprywacja potrzeb jest powszechna: począwszy od możliwości zaspokajania potrzeb kulturalnych, a skończywszy na możliwości wykonywania pracy. Pogorszenie się warunków życia stało się dotkliwe wśród mieszkańców Krakowa na tyle, iż stracili oni nadzieję, że po zakończeniu pandemii wrócą do wcześniej zajmowanego statusu. Pojawienie się koronawirusa i jego szybkie rozprzestrzenianie się sprawiły, że ludzie utracili bezpieczeństwo egzystencjalne. Ich dotychczasowy świat uległ zachwianiu, co wywołało wśród jednostek lęk i niepokój. Wśród dominujących emocji pojawił się niepokój, smutek, złość, wyczerpanie, znudzenie, samotność. Występowanie negatywnych emocji wskazuje, że pandemia mocno wpłynęła na życie psychiczne i emocjonalne respondentów. Pojawiające się symptomy świadczą też o występowaniu stresu psychospołecznego. W odpowiedzi na pojawiającą się traumę społeczność Krakowa najczęściej ujawniała aktywne strategie radzenia sobie. Na to postępowanie składają się respektowanie zasad bezpieczeństwa i stawianie czoła pojawiającym się wyzwaniom. Nieco rzadziej preferowane są działania mające na celu zmianę emocji badanych. Z takim zamierzeniem ludzie starają się odwracać uwagę od zagrożenia oraz pocieszać się, że mogło być jeszcze gorzej. W ten sposób zmniejszają napięcie emocjonalne i koją negatywne emocje. Warto dodać, że proces traumatyczny został dopiero uruchomiony i wraz z kolejnymi negatywnymi skutkami ujawniającymi się w postpandemicznej rzeczywistości będzie się on kumulował i destrukcyjnie działał na społeczeństwo.



Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

Wstęp

Obserwując fenomen pandemii, a szczególnie jej wpływ na społeczeństwo można z dużym prawdopodobieństwem stwierdzić, że wybuch epidemii koronawirusa wywołał wśród społeczeństwa traumę społeczną. Innymi słowy, pojawienie się globalnego zagrożenia wywołało szok, którego skutki będą odczuwalne w życiu społecznym przez następne miesiące, a może nawet lata.

Sytuację, z jaką obecnie mamy do czynienia, dobrze ujmuje koncepcja traumy kulturowej przedstawionej przez Piotra Sztompkę. Autor ten uważa, że trauma może wpłynąć na trzy sfery życia człowieka¹. Pierwsza to sfera biologiczna lub demograficzna. Może się ona ujawnić w formie biologicznej degradacji ludności, wzrostu zachorowań, zaburzeń psychicznych, spadku rozrodczości, wzrostu umieralności i głodu. Po drugie, trauma może uderzyć w strukturę społeczną. Może zniszczyć istniejące relacje, rozerwać istniejące układy, wywrócić istniejącą hierarchię. Po trzecie trauma może uderzyć w kulturę. Może ona naruszyć kulturową tkankę społeczeństwa.

Zjawisko pandemii koronawirusa wpływa na wszystkie poziomy traumy. Ludzie obawiają się o swoje zdrowie i życie. Rośnie liczba zarażonych i śmiertelnych ofiar pandemii. Kręgi zarażonych powiększają się i uderzają w biologiczną tkankę społeczeństwa. Koronawirus i zagrożenie nim spowodowało zamknięcie szkół, uczelni, placówek usługowych, kin, restauracji, linii lotniczych, przewoźników. Ludzie tracą pracę, zmniejszają się ich dochody, doznają degradacji statusowej, nie mają pieniędzy na spłatę kredytów, na czynsz. Pojawia się lęk natury ekonomicznej. Mieszkańcy Polski i innych państw żyją w niepewności przed utratą pracy, dochodów. Występuje także lęk przed przyszłością. Ludzie nie wiedzą, jaka będzie sytuacja gospodarcza w kraju i ich poziom życia w najbliższym czasie. Pojawia się też zagrożenie bezpieczeństwa egzystencjalnego i zakwestionowanie przekonania, że oto żyjemy w świecie bezpiecznym i najlepszym z możliwych. Okazuje się nagle, że nic nie jest pewne, że cała nasza egzystencja ma chwiejne podstawy. Potrzeba bezpieczeństwa w warunkach rosnącego zagrożenia koronawirusem eskalowanego przez media wzrasta. Widać, że nie ma żadnego antidotum na pandemię. Nauka i medycyna są bezbronne.

¹ P. Sztompka, *Trauma wielkiej zmiany. Społeczne koszty transformacji*. Warszawa: ISP PAN, 2000, s. 28.



Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

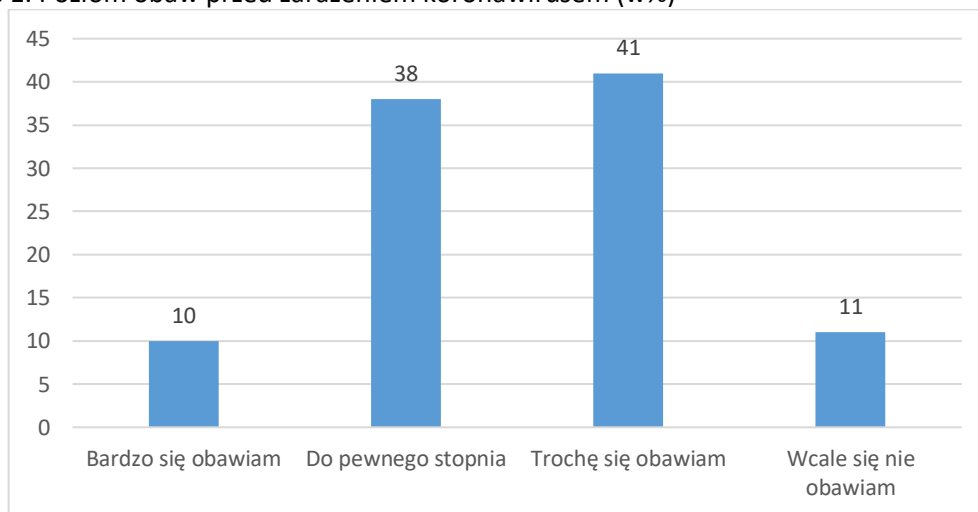
Pandemia koronawirusa i jej konsekwencje społeczne nie są do tej pory rozpoznane. Intuicyjnie wiemy, że tak poważna zmiana spowodowana w życiu mieszkańców Krakowa musi negatywnie oddziaływać na ich życie. Prowadzone badania mają na celu pokazanie zmian, jakie zaszły w świadomości krakowian: na ile pandemia koronawirusa naruszyła ich społeczne fundamenty; czy pojawienie się koronawirusa, a w konsekwencji wprowadzenie przymusowej izolacji wywołały silny stres i traumę.

1

Lęk przed zachorowaniem na Covid-19

Respondenci czują się zagrożeni zachorowaniem na koronawirusa w umiarkowanym stopniu. Większy lęk przed zarażeniem widoczny był częściej u kobiet, wśród starszych i biedniejszych respondentów, którzy gorzej oceniali swoje zdrowie.

Wykres 1. Poziom obaw przed zarażeniem koronawirusem (w%)





Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

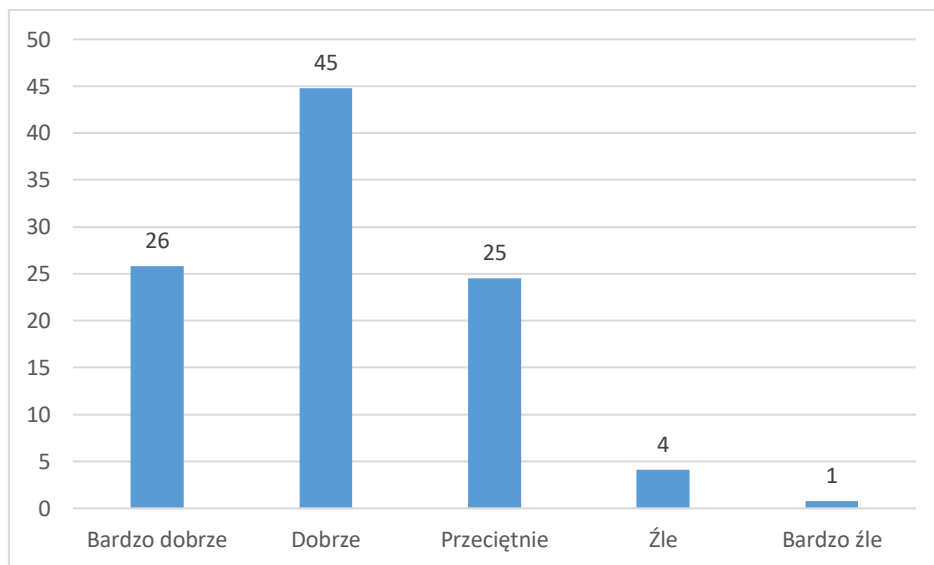
<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

1

Ocena stanu zdrowia

Wyniki badań pokazują, że $\frac{3}{4}$ badanych respondentów dobrze i bardzo dobrze ocenia swoje zdrowie. Kondycja psychofizyczna badanych krakowian jest zatem dobra.

Wykres 2. Ocena stanu zdrowia (w%)



Analizy ujawniają, że im wyższe wykształcenie, tym respondenci lepiej oceniają swoje zdrowie. Częściej pozytywne oceny swojemu zdrowiu wystawiali mężczyźni niż kobiety. Wśród biedniejszych respondentów ocena zdrowia była mniej korzystna niż wśród bogatszych. Najlepiej swoje zdrowie ocenili najmłodszy respondenci, a najgorzej najstarsi krakowianie.

3



Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

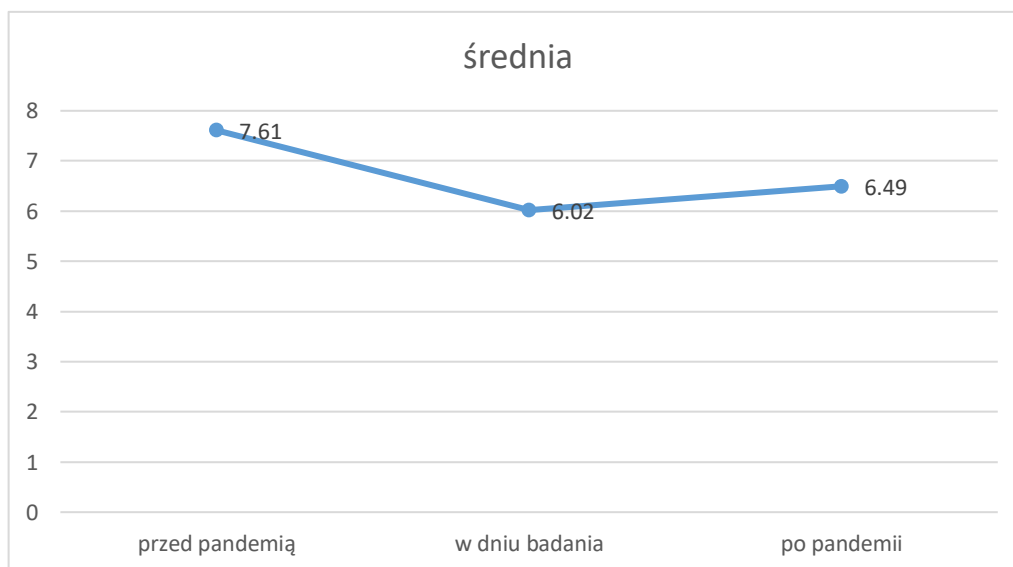
<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

Ocena poziomu życia przed kwarantanną, w dniu badania oraz po kwarantannie

W celu identyfikacji traumy pandemii zbadano, czy koronawirus naruszył strukturę społeczną. Zadano pytanie o to, jak respondenci oceniają swoje życie w dniu badania, przed pandemią oraz po pandemii w skali od 1 do 10, gdzie 1 oznacza życie najgorsze z możliwych, a 10 najlepsze z możliwych.

Dane zaprezentowane na wykresie pokazują, że lepiej żyło się badanym przed pandemią. W czasie kwarantanny oceny poziomu życia się pogorszyły. I co najważniejsze, badani krakowianie nie przewidują poprawy swojej sytuacji po skończeniu kwarantanny. Jak widać na poniższym wykresie pandemia koronawirusa wywołała tąpnięcie, niebezpieczny spadek statusu. Powrót do *status quo ante* jest zdaniem badanych niemożliwy, co świadczy o tym, że pandemia z impetem uderzyła w strukturę społeczną, powodując degradację statusową krakowian.

Wykres 3. Ocena poziomu życia w skali od 1 do 10 (średnie oceny)



Prowadzone analizy pokazały, że na poczucie degradacji w obliczu pandemii definiowanej jako różnica między miejscem na skali poziomu życia przed pandemią i w trakcie pandemii wpływają dwa czynniki: ocena własnego zdrowia i poziom obaw przed zarażeniem.



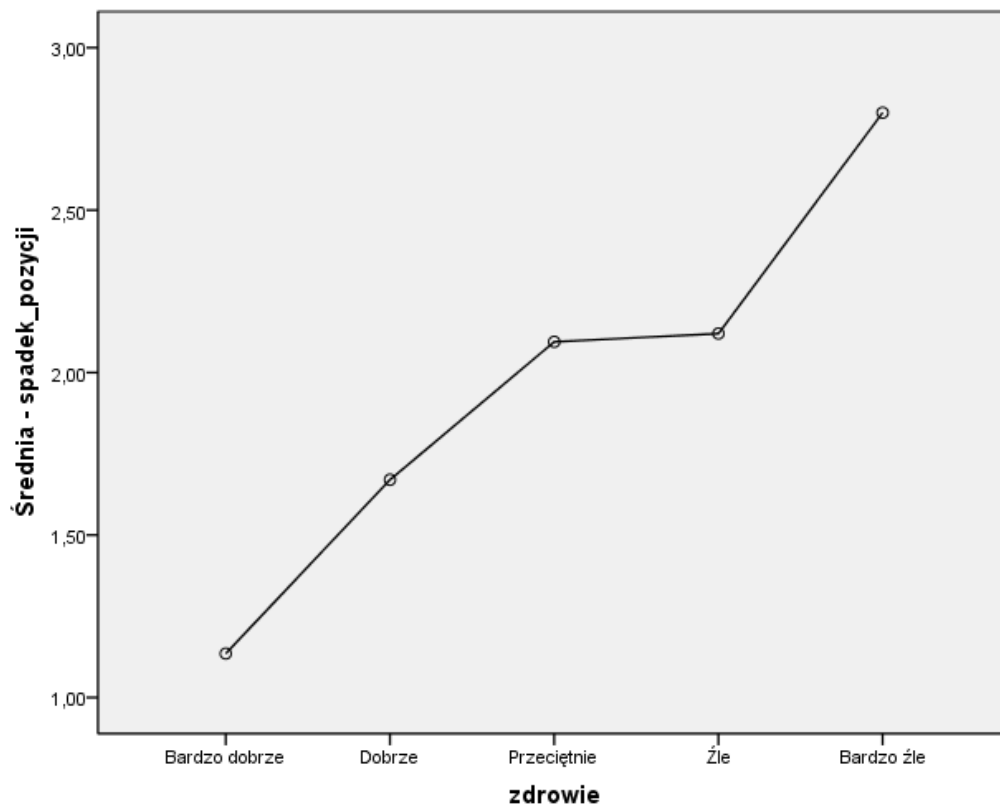
Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

Największy spadek na skali odnotowali respondenci z najniższą oceną zdrowia. Może to oznaczać, że wraz z nastaniem pandemii i zamknięciem placówek zdrowia osoby cierpiące na różne dolegliwości i potrzebujące opieki medycznej zostały praktycznie odcięte od wsparcia medycznego. W związku z tym – przez pryzmat możliwości związanych z leczeniem, postrzegają swoją sytuację życiową.

Wykres 4. Wpływ oceny zdrowia na poziom spadku pozycji życiowej



Kolejny wykres pokazuje, że drugim istotnym czynnikiem wpływającym na poczucie degradacji statusowej jest poziom lęku przed zarażeniem. Najwyższy spadek poziomu życia dotknął osoby najbardziej obawiające się zarażenia. Osoby z minimalnym poziomem tego lęku przed zarażeniem w niewielkim stopniu odczuły zmianę pozycji życiowej. Ten kij ma jednak dwa końce. Największy lęk może być udziałem tych osób, których życie najsilniej przez pandemię się zmieniło. Obawiają się wirusa, ograniczają kontakty, mogą mieć problemy z



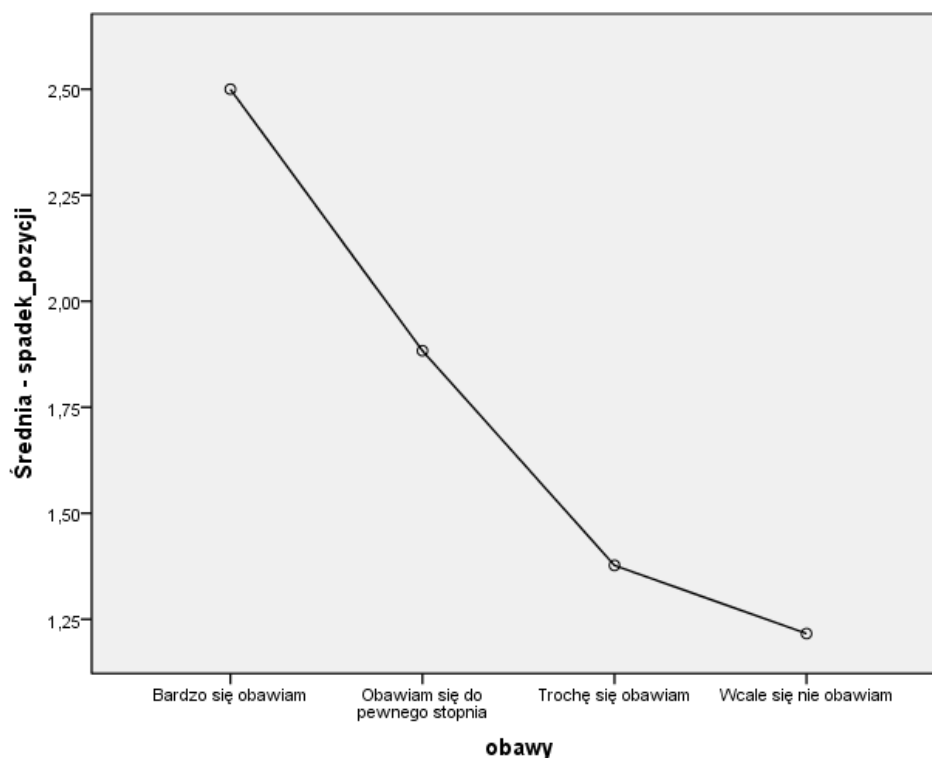
Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

codziennym funkcjonowaniem i zaspokajaniem potrzeb. W związku z tym odczuwają mocniej negatywny wpływ epidemii na swoje życie.

Wykres 5. Wpływ poziomu lęku przed zarażeniem na zmianę pozycji życiowej



Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

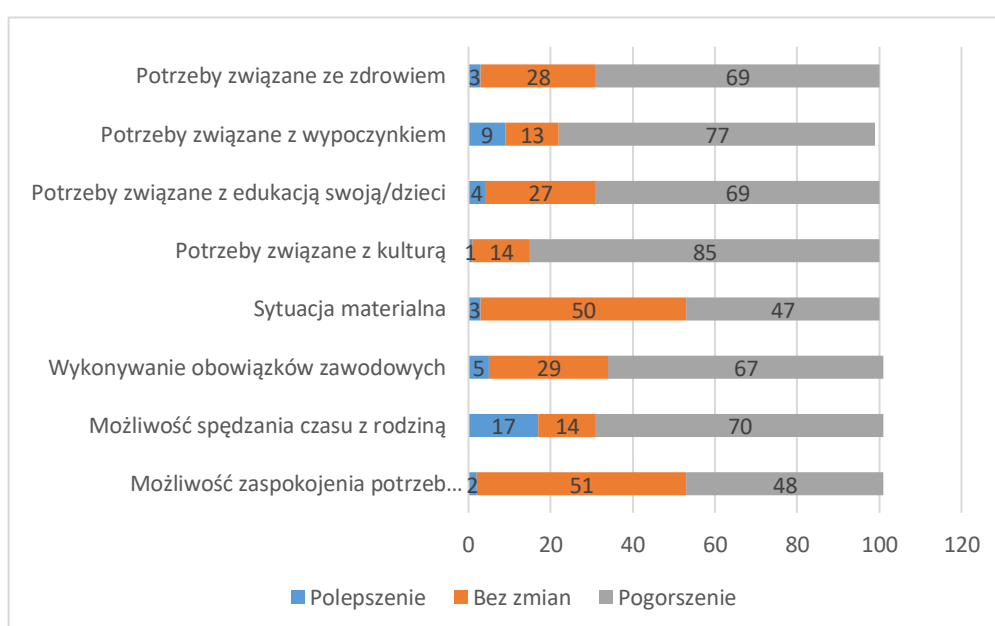
<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

4 Obszary życia, w których doszło do pogorszenia funkcjonowania

Wyniki analiz odpowiedzi na skali poziomu życia wskazują zdecydowanie, że krakowianie zostali strąceni z dotychczas zajmowanych pozycji przez zawirowania wywołane pandemią. W stosunku do sytuacji sprzed kwarantanny respondenci najbardziej odczuli pogorszenie możliwości zaspokojenia potrzeb związanych z uczestnictwem w kulturze. Ponad ¾ badanych doznało pod wpływem kwarantanny niekorzystnej zmiany w zakresie zaspokojenia dążeń związanych z kulturą w czasie wolnym. W podobnym stopniu pandemia uniemożliwiła realizację potrzeb związanych ze zdrowiem, spędzaniem czasu z rodziną, dotyczących edukacji, wykonywania obowiązków zawodowych. Około połowy respondentów odczuła pogorszenie możliwości zaspokajania potrzeb żywnościowych oraz pogorszenie sytuacji materialnej.

Warto też podkreślić, że kwarantanna u części respondentów wywołała pozytywne zmiany. Prawie jedna piąta stwierdziła, że pandemia pozwoliła na poprawę możliwości spędzania czasu z rodziną. A co dziesiąty respondent uznał, że obecna sytuacja przyczyniła się do poprawy sytuacji związanej z wypoczynkiem. Zatem przymusowe zatrzymanie się w pędzie życia dla części badanych okazało się potrzebne, a może nawet zbawienne.

Wykres 6. Ocena społecznego funkcjonowania (w%)





Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

Wyniki badań potwierdzają potoczne obserwacje, że pandemia, powodując paraliż i wyłączenie wielu instytucji społecznych spowodowała wielowymiarową deprivację, to znaczy uniemożliwiła zaspokojenie potrzeb. Zamknięcie muzeów, teatrów, kin, bibliotek czy kawiarni odcięło krakowian od kultury, rozrywki. Jest to sytuacja nowa i w zasadzie nieznana w historii najnowszej. Analogicznie jest z zamknięciem hoteli, klubów sportowych, klubów fitness, zamknięciem granic. W ten sposób możliwości wypoczynku, relaksu poza własnym domem zostały w całości zlikwidowane. Doszedł do tego – co prawda krótkotrwały – zakaz wstępu do parków i lasów. Dla osób aktywnie spędzających czas wolny był to wielki cios.

O możliwościach leczenia się czy szukaniu porady lekarskiej nie może być mowy w sytuacji zamknięcia placówek służby zdrowia. Stan ten jest szczególnie niebezpieczny dla osób przewlekle chorych oraz tych, u których schorzenia pojawiają się w czasie trwania kwarantanny. W czasie pandemii są oni skazani na konsultacje telefoniczne, a co gorsze, można spodziewać się, że po zakończeniu przymusowej izolacji kolejki do specjalistów znacznie się wydłużą, co oznacza dla chorych znów niebezpieczne wydłużanie się czasu oczekiwania na pomoc medyczną i leczenie.

Przejsie na tryb pracy zdalnej, ograniczenia czasu pracy, problemy związane z łączeniem pracy zawodowej z obowiązkami domowymi i opiekuńczymi mogły przyczynić się do spadku komfortu w pełnieniu ról zawodowych. Konieczność przejęcia opieki nad dziećmi, wspierania ich w edukacji zdalnej, niejednokrotnie pełnienie roli nauczyciela i opiekuna mogło negatywnie wpłynąć na ocenę sfery edukacyjnej. Edukacja dzieci i młodzieży została praktycznie zepchnięta na rodziców: to oni muszą dopilnować wykonania wszystkich zleconych przez nauczycieli zadań, a z młodszymi dziećmi muszą wykonywać je razem. W najbardziej niekorzystnej sytuacji znaleźli się ci, którzy musieli powstały w wyniku pandemii nadmiar obowiązków zawodowych łączyć z edukacją swoich dzieci.

Krakowianie odczuli także ograniczenia w kontaktach, konieczność zachowania dystansu społecznego sprawiły. W związku z tym, że badania były realizowane zaraz po Świętach Wielkanocnych, a pamiętamy, że tylko 20% deklaroowało, że odwiedziło rodzinę i znajomych, to także w tej sferze krakowianie mogli poczuć deprivację.



Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

Zaspokajanie potrzeb żywnościowych mogło zostać ograniczone poprzez utrudnienia w robieniu zakupów, duże kolejki do sklepów, zamknięcie bazarków i targowisk.

Część respondentów już w trakcie badań sygnalizowała, że straciła pracę lub może ją utracić w najbliższej przyszłości. W trakcie badań jeszcze nie był to widoczny problem, a dzisiaj jest on już ewidentny i będzie narastał.

Warto wspomnieć, że co prawda w niewielkim stopniu, ale jednak krakowianie dostrzegli też korzyści z kwarantanny. Zamknięcie w mieszkaniach, zostawienie dzieci i młodzieży w domach, praca w trybie zdalnym sprawiły, że mogło dojść do zacieśnienia więzi w grupie rodzinnej. Kwarantanna pozwoliła też zwolnić tempo życia, wyhamować pęd ku pracy, karierze, konsumpcji, co pozwoliło też niektórym na odrobinę wytchnięcia, zatrzymania się w biegu.

Dla większości jednakże badanych mieszkańców Krakowa pandemia i kwarantanna stały się potężnym ciosem, który rozbił dotychczasowe życie i naruszył poważnie ład społeczny, w jakim do tej pory funkcjonowali. Pandemia uderzyła w podstawy społecznej egzystencji, co może się odbić na kondycji psychicznej i społecznej krakowian.

Analizy pokazały też, że najwyższy poziom deprywacji wyraziły osoby niezadowolone ze swojego zdrowia, obawiające się zarażenia koronawirusem, o gorszej sytuacji majątkowej, częściej były to kobiety. Innymi słowy, trauma pandemii uderzyła przede wszystkim w ludzi słabszych fizycznie, psychicznie i materialnie.

4

Utrata zasobów psychologicznych

Poza naruszeniem społeczno-ekonomicznych fundamentów społeczeństwa pandemia uderzyła przede wszystkim w psychiczne fundamenty. Zburzyła on bezpieczeństwo egzystencjalne oparte na przekonaniu, że świat jest przewidywalny, że człowiek sprawuje nad nim kontrolę i może go kształtować wedle własnych potrzeb i skłonności. Innymi słowy, koronawirus uderzył w kulturową tkankę społeczeństwa i doprowadził do deprawacji potrzeby bezpieczeństwa.

O skali tych zakłóceń i dysonansów świadczą wyniki badań przedstawione na wykresie 7. Pojawienie się pandemii doprowadziło do utraty zasobów. Wykres przedstawia odpowiedzi

Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

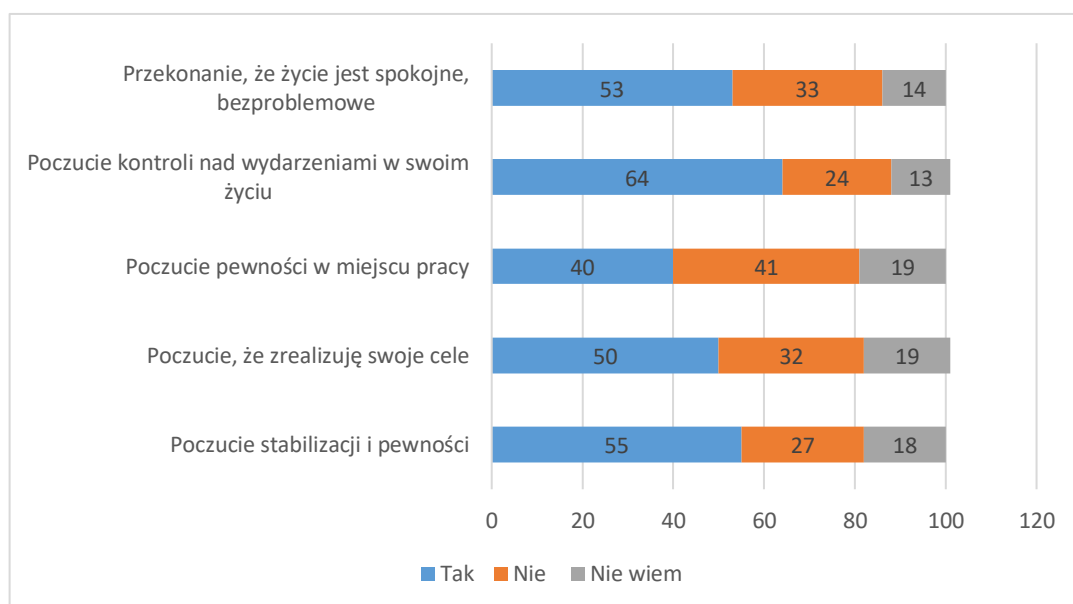
Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

na pytanie o to, który z zasobów psychologicznych został uszczuplony przez wybuch koronawirusa.

Ponad połowa badanych doznała utraty poczucia kontroli nad wydarzeniami w swoim życiu. Analogiczny odsetek utracił przekonanie, że życie jest spokojne i bezproblemowe. Na podobnym poziomie doszło do uszczerbku w poczuciu stabilizacji i pewności. Połowa respondentów zgodziła się z twierdzeniem, że pandemia zablokowała możliwość realizacji celów życiowych. W nieco mniejszym stopniu krakowianie zgodzili się z tezą, że koronawirus zmniejszył pewność w stosunku do posiadanego miejsca pracy.

Wykres 7. Wpływ pandemii na przekonania (w%)



Wyniki analiz pokazują, że pandemia naruszyła głębsze fundamenty tkanki społecznej. Uderzyła ona w sam rdzeń tożsamości. Sprawiała, że świat jednostki, który był do tej pory w miarę przewidywalny i bezpieczny został zburzony. Efekty tej głębokiej zmiany będą bardzo negatywne. Jednostki staną się bardziej narażone na stresy, a wszelkiego rodzaju trudności, jakie pojawią się w społeczeństwie postpandemicznym będą trudne do zniesienia i o wiele bardziej niebezpieczne dla kondycji psychicznej. Można tę sytuację porównać do odkrytej rany,

Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

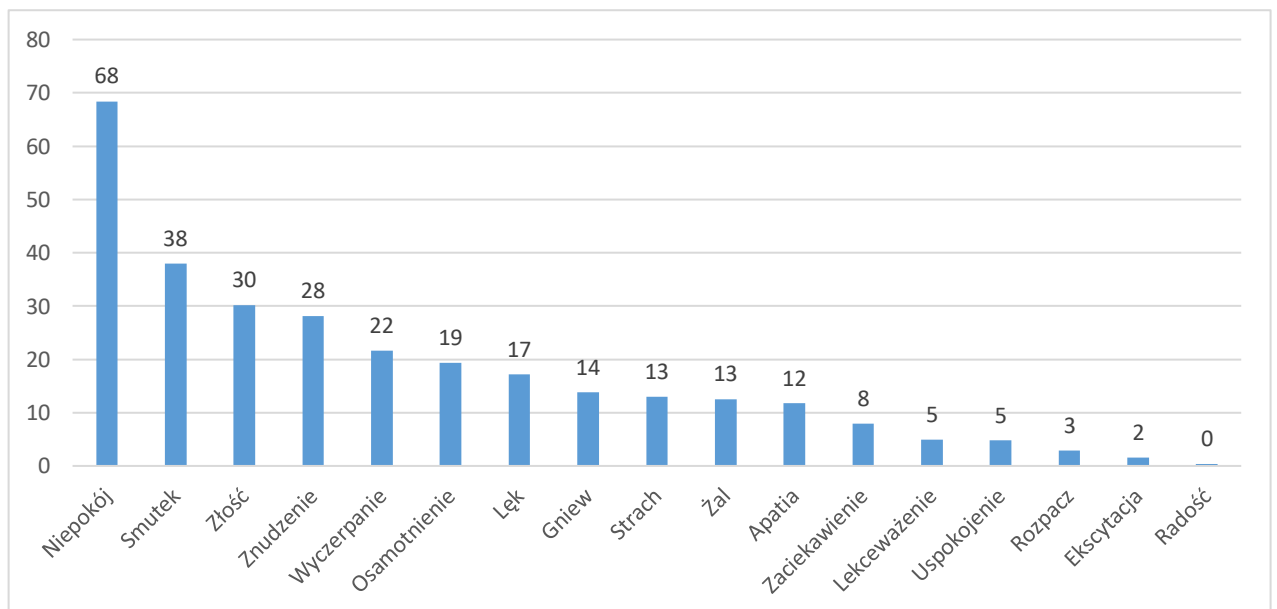
<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

która staje się niebezpieczna i przy kontakcie z ciałem obcym wywołuje ból, cierpienie oraz może prowadzić do zakażenia.

5 Symptomy traumy społeczno-kulturowej

Jeśli badania pokazują, że mieszkańcy Krakowa są pod wpływem traumy, to należy się spodziewać występowania jej symptomów. Najbardziej uchwytne są te związane z emocjami. Głównym objawem traumy pandemii jest niepokój. Prawie $\frac{3}{4}$ badanych przyznaje się do takich emocji. Krakowianie ujawniają też smutek, złość, znudzenie. Długotrwała kwarantanna generuje też wyczerpanie i osamotnienie. Z mniejszą intensywnością pojawia się lęk, gniew, strach, żal, apatia. Niewielu respondentów miewa w związku z koronawirusem pozytywne stany emocjonalne takie, jak: zaciekawienie, uspokojenie, ekscytacja, czy radość.

Wykres 8. Dominujące emocje (w%)



Negatywne emocje są objawem traumy. Na jej występowanie wskazują wyniki badań. Niepokój świadczyć może o tym, że społeczeństwo zostało wytrącone z dotychczasowych nawyków, rytmu i co gorsza – nie wie, co się będzie działo w przyszłości, jak dalece skutki pandemii będą wpływały na ludzkie losy. Smutek oznacza, że społeczeństwo doznało straty

Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

swoich zasobów. Może być to utrata zasobów psychologicznych, ekonomicznych, społecznych. Złość jest reakcją na frustrację wynikającą z zablokowania możliwości zaspokajania potrzeb. Pamiętamy, że w ich zakresie pojawiła się wielowymiarowa deprivacja. Ponadto, przybywanie w domu, wciąż w tych samych warunkach i z tymi samymi domownikami może wywoływać konflikty, stresy oraz prowadzić do nudy i wyczerpania. Utrata możliwości spotkań, bliskich kontaktów, nacisk na zachowanie zasad izolacji rodzi poczucie samotności.

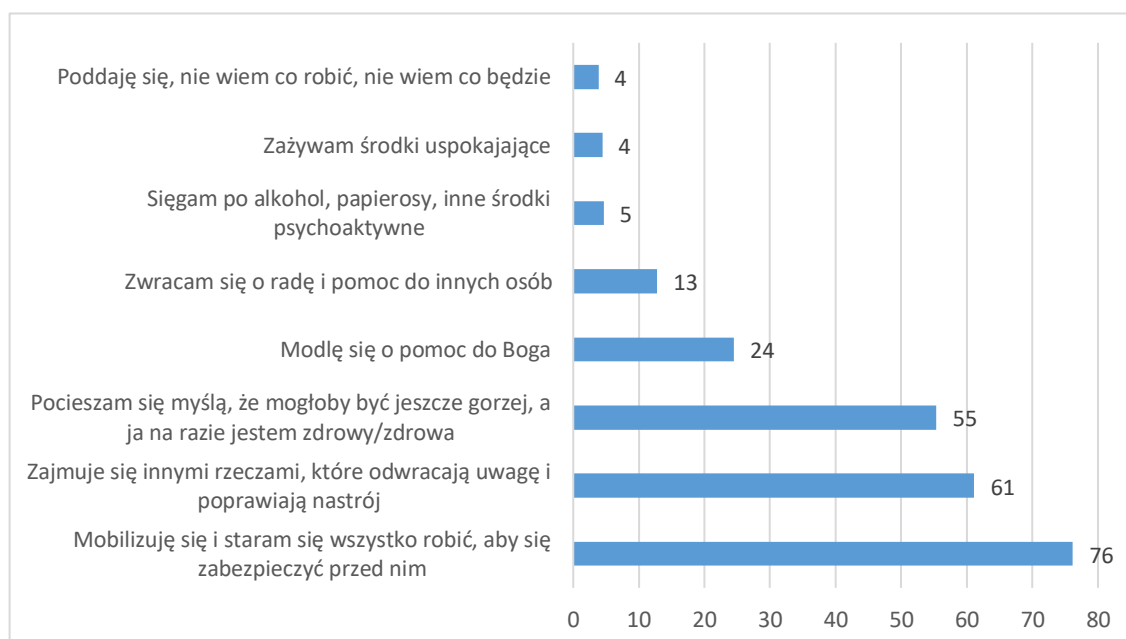
Pandemia wywołała dyskomfort psychiczny. Wśród krakowian najbardziej widoczny jest niepokój związany z lękiem o przyszłość, smutek będący reakcją na straty wywołane przez pandemię i złość wynikająca z deprivacji potrzeb.

5 Reakcje na traumę

O tym, w jaki sposób sobie radzą mieszkańcy Krakowa w warunkach kwarantanny, mówią odpowiedzi na kolejne pytanie. Na poniższym wykresie pokazano strategie radzenia sobie z traumą pandemii.

Najczęściej stosowaną strategią jest mobilizacja przeciwko zagrożeniom. Nieco mniej popularne jest zajmowanie się rzeczami odwracającymi uwagę. Ponad połowa badanych pociesza się tym, że mogłoby być jeszcze gorzej.

Wykres 9. Reakcje w obliczu pandemii koronawirusa





Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

Do mniej popularnych należy szukanie pomocy w Bożej Opatrzności. Niewielu też zwraca się o pomoc do innych osób, sięga po alkohol, zażywa środki uspokajające, czy też poddaje się i rezygnuje z walki.

Z jednej strony zatem ujawnia się aktywna strategia, która polega na tym, że respondenci chcą jak najlepiej zabezpieczyć się przed potencjalnym zarażeniem, stosując środki ostrożności. Z drugiej strony widać, że krakowianie podejmują działania związane z pozytywnym wpływem na własne emocje. Widoczny jest styl unikowy, który polega na odwracaniu uwagi od zagrożenia oraz poszukiwaniu pozytywnych stron tej sytuacji. Wyniki analizy pokazują społeczne charakterystyki opisywanych strategii reakcji na traumę.

- Mobilizacja częściej widoczna jest wśród osób lepiej wykształconych, wierzących, wśród osób ze starszych grup wiekowych, obawiających się zarażenia.
- Odwracanie uwagi cechuje respondentów z niższym poziomem wykształcenia. Częściej jest obecne wśród kobiet niż mężczyzn, częściej u osób niewierzących. Jest też bardziej preferowana przez młodszych respondentów.
- Pocieszanie się, że „mogłoby być gorzej” częściej pojawia się wśród osób z gorszą sytuacją materialną, osób młodszych oraz cechujących się lepszym zdrowiem.
- Modlitwa jest preferowana częściej wśród osób z wyższym wykształceniem. Zdecydowanie częściej praktykują ją kobiety. Jako strategia ujawnia się tylko wśród osób wierzących. Preferują ją osoby starsze oraz obawiające się zarażenia. Widoczna też jest u tych z lepszym zdrowiem.
- Zwracanie się o radę do innych widoczne jest u osób z wyższym wykształceniem. Częściej robią to kobiety oraz osoby o większej religijności.
- Sięganie po środki psychoaktywne jest charakterystyczne częściej dla mężczyzn, osób niewierzących, młodszych.
- Rezygnacja częściej jest widoczna u osób z gorszym zdrowiem i starszych, niewierzących, biedniejszych.



Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

Zakończenie

Badania prowadzone wśród mieszkańców Krakowa pokazują, że pandemia koronawirusa i towarzyszące jej okoliczności wywołały traumę społeczno-kulturową. Pandemia pojawiła się nagle, szybko rosła liczba zarażonych oraz zmarłych, i uderzyła w fundamenty społecznej egzystencji. Krakowianie w umiarkowanym stopniu obawiają się koronawirusa i zarażenia nim. Swoje zdrowie oceniają pozytywnie. Jednakże zmiany wywołane przez pandemię w sferze ekonomicznej, społecznej i psychologicznej negatywnie wpłynęły na poziom życia mieszkańców Krakowa. W stosunku do sytuacji sprzed pandemii odczuwają objawy degradacji statusowej. Zakończenie kwarantanny też nie przywróci im wcześniej zajmowanego poziomu życia. Obserwowany pesymizm świadczy, że respondenci w większości doznali straty w wielu obszarach życia. Najmocniej odczuwali oni pogorszenie się warunków związanych z kulturą, rozrywką, służbą zdrowia, edukacją, wypełnianiem ról zawodowych, kontaktami z rodziną. Pogorszenie warunków życia należy traktować jako traumę społeczną. Widać, że ból pandemii jest głęboki, gdyż ankietowani stracili całkowicie nadzieję, że mogą odmienić się ich losy, a poziom ich życia wróci na miejsce po zakończeniu kwarantanny. Poza traumą społeczną widoczna jest trauma kulturowa, która polega na utracie poczucia kontroli nad własnym życiem i przekonaniem, że świat jest bezpieczny, przewidywalny i pozwala na realizację dążeń. Pandemia sprawiła, że jednostki utraciły wiarę w lepsze jutro. O tym, że trauma jest powszechnym doświadczeniem badanych mieszkańców świadczą zaobserwowane emocje. Niepokój, smutek, złość, wyczerpanie wskazują, że jednostki są niepewne co do swojej przyszłości, obawiają się jej. Należy dodać, że badania robiono w sytuacji braku widocznych skutków ekonomicznych pandemii. Jest też obecny nastrój smutku wynikający z utraty dotychczasowego życia, jego stabilności, przewidywalności. Złość może być reakcją na frustrację potrzeb. Ludzie w warunkach kwarantanny mają wiele problemów ze społecznym funkcjonowaniem. Widoczne są też emocje wyczerpania i zmęczenia, co wynika z przedłużającej się walki o zachowanie zdrowia i unikanie zakażenia.



Trauma pandemii koronawirusa wśród krakowian

Dr hab. Piotr Długosz, prof. UP, Instytut Filozofii i Socjologii, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

<https://ifis.up.krakow.pl/laboratorium-socjologiczne/>

W sytuacji, kiedy pojawiają się symptomy traumy muszą też wystąpić strategie radzenia sobie z traumą. Do najczęstszych należy strategia aktywna, ofensywna polegająca na przeciwstawieniu się zagrożeniom. Ujawnia się też strategia skierowana na zmianę emocji, czyli pocieszanie się, że może być jeszcze gorzej oraz odwracanie uwagi od zagrożenia.