

LITERATURA

FILM

MUZYKA

PREZENTACJE

IDEE

POEZJA

KOMIKS

ARCHIWUM

AUTORZY

REDAKCJA

TECHNOLOGIA Gc



facebook



Marcin Moroń,

**SUMA (PANDEMICZNYCH) LĘKÓW ('PSYCHOSPOŁECZNY OBRAZ  
PIERWSZEJ FALI PANDEMII COVID-19 W POLSCE')**

A A A

Recenzja tego tomu powstaje w warunkach, gdy padły pierwsze zapowiedzi rządu dotyczące ogłoszenia zakończenia epidemii COVID-19 i przejścia w stan zagrożenia epidemicznego. Po ponad dwóch latach od wydarzeń z marca 2020 roku ustanie pretekst do nieomal codziennego odmienniania słowa „pandemia” przez wszystkie przypadki w medialnym i potocznym dyskursie. Jak pandemia miała swoje fale, tak i falujący był (i jest nadal) przebieg reakcji na informacje o wirusie, powodowanej przez niego chorobie i zróżnicowanych indywidualnych i makroekonomicznych jego skutkach. Skutki te, a przede wszystkim ich psychospołeczne aspekty, stały się przedmiotem licznych badań naukowców na całym świecie. W Polsce rezultaty tych badań wymieniono na e-konferencji zorganizowanej przez badaczy z Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu pod kierunkiem prof. Władysława J. Paluchowskiego i prof. Lucyny Bakiera. W wyniku obrad konferencyjnych powstała publikacja stanowiąca wszechstronny przegląd psychologicznych studiów nad pierwszą reakcją na pandemiczne zagrożenie.

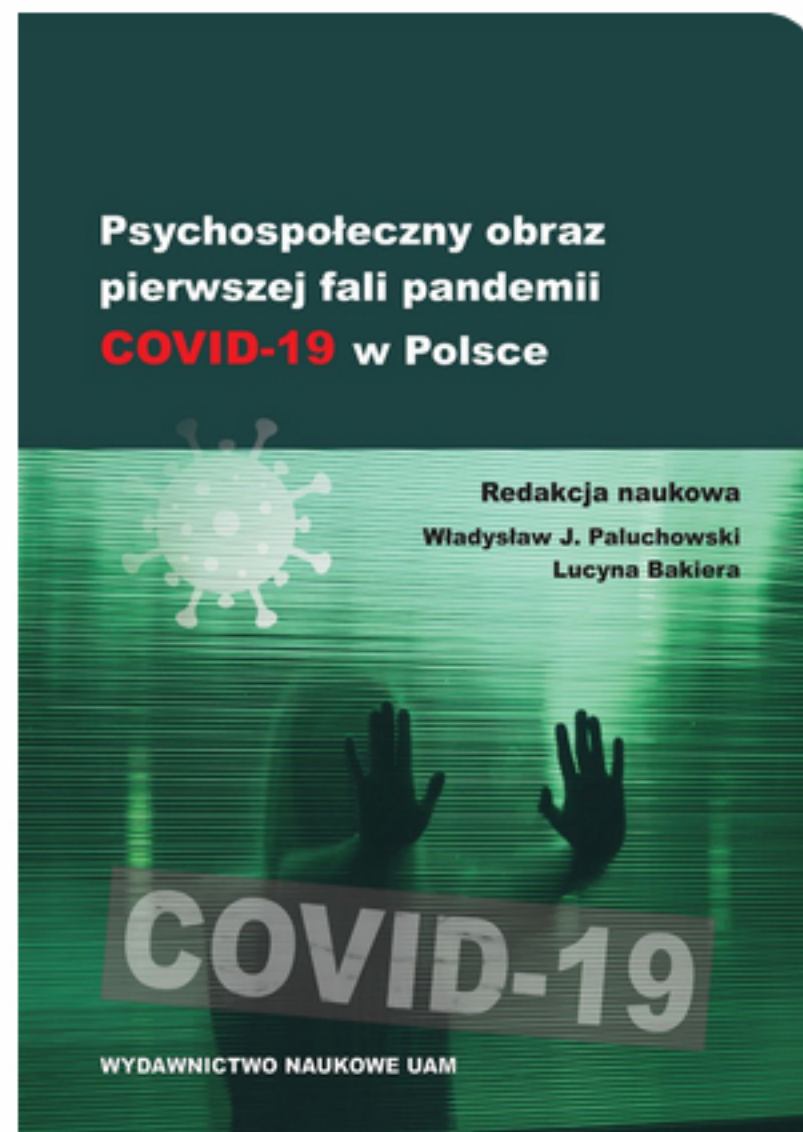
Studiowanie reakcji na pandemię można rozpatrywać na dwóch płaszczyznach. Po pierwsze, pandemia, sposób konstruowania dyskursu jej dotyczącego i jej konsekwencje na dwa lata stanowiły specyficzny kontekst funkcjonowania człowieka. Psychologia zwraca uwagę na rolę kontekstu w życiu człowieka, rzucając wyzwanie potocznym błędom polegającym na przeszacowywaniu roli indywidualnych dyspozycji w wyznaczaniu ludzkiego zachowania. Sytuacja (społeczna, ale nie tylko) wywiera znaczny wpływ na decyzje i postawy ludzi. Taką rolę warunków sytuacyjnych obserwowaliśmy w czasie pandemii. Studia nad pandemią to zatem analizy dotyczące znaczenia tego czasu dla przyszłości ludzi, którym przyszło żyć w tych „ciekawych czasach”. Równocześnie, choć nie życzymy tego sobie, zebrane dane mogą posłużyć na przyszłość na wypadek podobnych wydarzeń kryzysowych. O tym, że pandemia koronawirusa była nowym typem kryzysu psychicznego, pisano od jej pierwszych dni. Omawiana publikacja tropi poszczególne aspekty tego „nowego typu” kryzysu.

Teoretycznym zapleczem większości analiz przedstawionych w tomie są teorie stresu: transakcyjna teoria stresu Lazarusa i Folkman i teoria zachowania zasobów Hobfolla oraz teoria transformacyjnego radzenia sobie Corry i współpracowników. Koncepcje te wskazują, iż to, co napędza pandemiczny stres, to poczucie, iż wyzwania sytuacyjne przekraczają nasze zdolności radzenia sobie lub że w sytuacji pandemii dostrzegamy zagrożenie cenionych przez nas wartości. Rzeczywiście, opisywane w kolejnych rozdziałach badania pokazują wyższe doświadczenie stresu w czasie pierwszych dni pandemii, ale i jego konkretne źródła, jak zagrożenie zdrowia własnego i osób bliskich, utratę lub zagrożenie utratą dotychczasowego stylu życia etc. Przeprowadzone w kontekście teorii autodeterminacji badania pokazały dodatkowo obniżenie możliwości zaspokojenia potrzeby autonomii i kompetencji. Co ciekawe, pokazały też, że nie odczuliśmy jako Polacy zaburzenia realizacji potrzeby relacji z innymi. Pandemia utrudniła nam realizację celów i osłabiła poczucie, że możemy decydować o sobie, ale być może stworzyła szansę na odkrycie na nowo relacji.

Szczególnie dotkliwej formie zmagania się z pandemią – kwarantannę – poświęcono osobne badania, w których pokazano, jak w narracji osób poddanych kwarantannie zauważalne były takie wiążące się z nią wyzwania jak poczucie uwięzienia, chaos informacyjny i zaburzenie struktury dnia. Osobny rozdział poświęcono studiowaniu reakcji kobiet w ciąży, które ten szczególny czas życia przeżywały w kontekście szalejącej pandemii. Narracyjnie analizowano także reakcje osób, które przed pandemią przeżywały już zaburzenia lękowe. Z tej analizy skorzystają świetnie wszyscy terapeuci, którzy staną wraz z osobami cierpiącymi na zaburzenia lękowe przed wyzwaniem uporządkowania ich pandemicznych lęków w „nowej normalności”. Szczególnie ważny z tej perspektywy rozdział pracy dotyczy potencjalnych zaburzeń w postaci zaburzenia stresowego potraumatycznego u osób w czasie pandemii. Badacze zasugerowali, że poprawniejsze podejście to traktowanie reakcji na pandemię w kategoriach ostrej reakcji na stres lub zaburzenia adaptacyjnego. To ważne rozróżnienie ma konsekwencje praktyczne w postaci zastosowania innych form terapii.

Praca pod redakcją Paluchowskiego i Bakiera jest pozycją dla osób, które zajmują się pomocą psychologiczną, badaczy społecznych reakcji na globalne wydarzenia stresowe, ale i dla odbiorców, których ciekawi, czy ich reakcja na pandemię była „typowa”, przesadzona czy też pasywna. Znajdziemy tutaj sugestie dotyczące tego, jak regulować stres, by nie wpadać w zagrożenie rozwoju symptomów lękowych i depresyjnych. Znajdziemy też swego rodzaju zaproszenie – otóż w badaniach opisanych w pierwszym empirycznym rozdziale pracy pokazano, iż ponad 62% respondentów oczekuje, że kryzys pandemii posłuży im jako punkt wyjścia do nowego porządku. Rozpocznie coś nowego. Pozostała jedna trzecia badanej grupy oczekiwała powrotu do stanu sprzed pandemii. Być może warto samodzielnie zdecydować się na przyłączenie do 62% zwolenników wzrostu, którzy w tym trudnym doświadczeniu ujrzeni szansę na rozwój. Nawet jeśli pandemia była zbiorową traumą naszych czasów (choć ostatnie wydarzenia polityczne pokazują, że niestety raczej nie jedyną), po tej traumie można wzrosnąć. Ten potraumatyczny wzrost w rozumieniu psychologicznym oznaczałby ukształtowanie lepszych kompetencji niż z czasu przed pojawieniem się krytycznego stresora.

**„Psychospołeczny obraz pierwszej fali pandemii COVID-19 w Polsce”. Red. Władysław J. Paluchowski, Lucyna Bakiera. Wydawnictwo Naukowe UAM. Poznań 2021.**



## IDEE

Monika Ładoń,  
**'POPATRZ NA MOJĄ  
RANĘ' (NADIA DE  
VRIES: 'RANLIWOŚĆ.  
NIEWIDZIALNY ŚWIAT  
CHOROBY')**

Anouk Herman,  
**MIT DWÓCH PŁCI  
(DAPHNA JOEL, LUBA  
VIKHAŃSKI: 'PŁEĆ I  
MÓZG. HISTORIA  
PRZEKRĘCONYCH  
FAKTÓW')**

Jessica Kufa,  
**CZY MOŻEMY JESZCZE  
ZAUFAĆ NAUCE?  
(ANGELA SAINI:  
'GORSZE. JAK NAUKA  
POMYLIŁA SIĘ CO DO  
Kobiet')**

Magdalena Kempna-  
Pieniążek,  
**TŁO NA PIERWSZYM  
PLANIE (LYMAN PAGE:  
'MAŁA KSIĘGA  
KOSMOLOGII')**

Patryk Szaj,  
**WRÓŻENIE Z KOŚCI  
(FRANK WESTERMAN:  
'MY,  
CZŁOWIEKOWATE')**

Grzegorz Marcinkowski,  
**WOBEĆ  
NIEOKREŚLONEGO  
(PIOTR ORLIK:  
'BLANCHOT I PESSOA  
NA ŚCIEŻKACH  
INDYFERENCJI')**

Barbara Orzeł,  
**JEDEN ALGORYTM, BY  
WSZYSTKIMI  
RZĄDZIĆ... (JAN KREFT:  
'WŁADZA PLATFORM.  
ZA FASADĄ GOOGLE,  
FACEBOOKA I SPOTIFY')**

Ewelina Tyc,  
**RADIO NIEJEDNĄ MA  
TWARZ (PAULINA  
CZARNEK-WNUK:  
'ROZRYWKOWE  
OBLCIE RADIA  
KOMERCYJNEGO')**

Marcin Moroń,  
**SUMA  
(PANDEMICZNYCH)  
LĘKÓW  
( 'PSYCHOSPOŁECZNY  
OBRAZ PIERWSZEJ FALI  
PANDEMII COVID-19 W  
POLSCE')**

Przemysław Piwowarczyk,  
**IKONY OPISANE  
( 'IKONOKLAZM  
BIZANTYŃSKI W  
LATACH 754-787.  
ŹRÓDŁA')**