

# تغییر رفتار در دوران همه گیری کرونا

جلسه چهارم

ارائه دهنده:

دکتر عزیز کامران

- شیوع ویروس کوید ۱۹ در اواخر سال ۲۰۱۹ و تداوم آن در سال جاری تمامی ۸ میلیارد جامعه انسانی و تمامی سیستم های حکومتی و نظام های سلامت را تحت تاثیر قرار داد.
- بیشترین تاثیر و خسارت را این انسان ها اعم از کودک و جوان و بزرگسال و پیر و کهنسال و زن و مرد و هر نژاد و قومیت و فرهنگی را تحت الشعاع خود قرار داده است.
- با توجه به ماهیت و اثرات گسترده کرونا بر وضعیت روان شناختی ، ایجاد ترس مرضی از کرونا (کرونافوبیا) مطرح شده و در برخی کشورها این ترس، حتی به شکلی تعمیم یافته و اغراق آمیز، به صورت ترسی فراگیر مطرح شده است.
- نگرش ها و باور ها و ارزش های انسان ها می تواند در شکل گیری این ترس فردی و همگانی تعیین کننده باشد. نگرش ها، ارزشیابی است که افراد از موضوعات مختلفی که با آن روبرو می شوند شکل می گیرند و می تواند از طریق شناخت، هیجان و رفتار تولید شوند.

- نگرش ها در طول زمان و یک فرایند تحولی شکل می گیرند و تبدیل به باور ها و ارزش ها می شوند و وقتی شکل گرفتند تغییر آنها به سادگی امکان پذیر نمی باشد
- از طرفی نگرش ها و باور های شخصی افراد پیوستگی دایمی با نگرش ها و باور های فرهنگی داشته و شاید در یک حالت حداکثری می توان فرض کرد که باور های شخصی بدون باور های فرهنگی نمی توانند مدت زیادی دوام و قوام پیدا کنند.
- می توان انتظار داشت که ویروس جدید با توحه به همه گیری و قوام آن اگر تداوم یابد، می تواند باور ها و نگرش های جدیدی را ایجاد کنند که شکل دهنده ی راهنمای رفتار های ما در سال های پیش روی باشند.

## نگرش و همه گیری کووید ۱۹

- پاندمی بیماری در انسان استرس زیادی را ایجاد میکند و یکی از عوامل مؤثر نسبت به رویدادهای استرس زا و تروماتیک، نگرش است.
- در یک تعریف کوتاه نگرش بعنوان **ارزیابی کلی فرد از یک موضوع** تعریف شده است و موضوع نگرش را هر چیزی بیان می کنند که شخص تمیز می دهد یا در در ذهن دارد.
- به طور کلی نگرش از نظر روانشناسان اجتماعی دارای سه عنصر است که عبارتند از:
- عنصر شناختی نگرش که افکار ، حقایق، باورها، دانش و اعتقادات شخص در مورد یک موضوع خاص را در برمیگیرد و به ارزیابی پدیده ها در دو مقوله خوب و بد منجر میشود.
- همه مطالعات و حقایق و دانشها و اعتقادات شخص در خصوص ویروس و اینکه ویروس چیست برای شخص مطرح می شود و از انجایی که پدیده ای ناشناخته و مهم است افراد به ناچار از خزانه اطلاعات قبلی استفاده می کنند.

## عنصر عاطفی نگرش

- عنصر عاطفی نگرش دربرگیرنده عواطف و هیجانات است و موجب ارزشگذاری مثبت یا منفی نسبت به موضوع نگرش می شود و معمولاً به طبقه بندی پدیده ها در دو مقوله خوشایند و یا ناخوشایند می انجامد. وقتی برای اولین بار با رویدادی همچون کرونا مواجهه میشوند عواطف آنها فعال میشود ولی این فعال شدن تحت تاثیر عنصر شناختی آنهاست.
- هرچقدر این اطلاعات آنها نسبت به این رویداد ناقص باشد عواطف آنها میتواند به صورت ناخوشایند خود را نشان دهد و شدت آن بستگی به نوع اطلاعات شناختی ناقص آنها قرار دارد که آیا اطلاعات درباره پدیده های قبلی برای آنها عواطف ناخوشایند کم و یا زیادی را تولید کرده است و یا اینکه شدتش به آن اندازه شدید هست یا نیست.

## عنصر رفتاری:

- عنصر رفتاری نگرش شامل آمادگی برای پاسخ دادن و تمایل به رفتار و به روش و شیوه خاص نسبت به موضوع نگرش است؛ به این معنا که نگرش مثبت محتمل به رفتار منطبق با نگرش منجر می شود.
- در ارتباط با پدیده کرونا رفتارهای متنوعی از بی توجهی تا ترس پنهان و خفیف تا درجات ملایم و متوسط ترس و در شرایط متوسط به بالا این ترس تبدیل به رفتارهای اضطرابی و نگرانی شدید شده است.

## موج های مکرر در اپیدمی کرونا :

- چرا تعدادی از مردم در رعایت اصول پیشگیری از ابتلا به بیماری کوید ۱۹ کوتاهی می کنند؟
- چرا بیماری برای تعدادی از مردم اهمیتی ندارد؟
- چرا تعدادی از مردم در قبال مسولیت سلامتی خودشان کوتاهی می کنند؟

