

تناقض‌های روان‌شناختی در ستاد کرونا

«تربیبی‌نیاید داشته باشیم که در آن آرامش را به هم بزنند، همه گیج شوند که ندانند چه شده است. اصلاً چه کار باید بکنند. تربیبی‌ها هم باید به مردم آموزش، هم آرامش و هم هشدارهای لازم را بدهند. متوازن در کنار هم برای اینکه به نقطه مطلوب برسیم» (بخشی از سخنان ریاست محترم جمهور در آخرین جلسه ستاد ملی مقابله با کرونا).

به گزارش سایت خبری پرسون، مهدی ملک محمد نوشت:

در ۱۴ ماهی که از همه‌گیری کووید ۱۹ می‌گذرد، رئیس‌جمهور به‌عنوان رئیس ستاد ملی مقابله با کرونا تقریباً هر هفته در جلسه این ستاد شرکت کرده و در پایان جلسه ضمن تشریح تصمیمات اتخاذشده، نظرات خود را نیز درباره وضعیت همه‌گیری ارائه داده است. یکی از عبارتهای پُربسامد و تکرار شده در این سخنان، آرامش ذهن و روان است که در سخن برگزیده ایشان در آخرین جلسه این ستاد باز هم تکرار شد؛ اما آرامش در میانه بحرانی مانند همه‌گیری کووید ۱۹ چیست و چگونه حفظ می‌شود و چگونه به قول ایشان به هم می‌ریزد؟ هرچند عبارتی مانند آرامش بیشتر از آنکه واژه‌ای علمی و تخصصی باشد، عمومی است؛ ولی با اندکی تسامح می‌توان آن را از منظر روان‌شناسی چنین تعریف کرد: داشتن ثبات در وضعیت روانی فرد و غالب‌نبودن هیجان‌ها به‌ویژه هیجان‌های منفی از جمله ترس و اضطراب و غم و نفرت. در شرایط آرامش انتظار می‌رود فرد بتواند به طور دقیقی دنیای اطراف خود و خطراتی که او را تهدید می‌کند و فرصت‌هایی که در اختیار دارد، ببیند و تحلیل کند و بر اساس آن رفتارهایش را تنظیم کند.

حال با این تعریف مختصر، باید دید در شرایطی که جامعه ایرانی مجبور است مانند جوامع مشابه دیگر بیش از یک سال با تهدیدی بزرگ -که هنوز هم جنبه‌های مختلف آن چندان شناخته‌شده نیست- زندگی کند، آرامش چگونه حاصل می‌شود؟ مهم‌ترین اصل برای حفظ آرامش در زمانه بحران، شناخت دقیق تهدید و دراختیارداشتن امکانات لازم برای عبور سالم از کنار این تهدید است؛ اما آیا جامعه ایران توانسته با شنیدن توصیه‌های فراوان رئیس ستاد مقابله با کرونا و وزیر بهداشت و معاونان ایشان و نیز خیل عظیم کارشناسان که تقریباً هر روز از طریق تلویزیون، رادیو و شبکه‌های مجازی منتشر می‌شود، شناختی دقیق از خطری که تهدیدش می‌کند، کسب کرده و این شناخت تازه را در عمل به نمایش بگذارد؟ متأسفانه واقعیت‌های میدانی و نظرسنجی‌ها و برآوردهای وزارت بهداشت نشان می‌دهد که چنین انتظاری محقق نشده و اکثریت جامعه ایران اکنون به‌جز رعایت پروتکل‌هایی ساده و ممکن مانند شستن دست‌ها و زدن ماسک (بی‌توجه به کیفیت و کارایی آن) در رفتارشان تغییر مؤثری نداده‌اند.

ریاست محترم جمهور در ماه‌های گذشته از جمله در آخرین جلسه ستاد مقابله با کرونا بارها و بارها بر لزوم تغییر سبک زندگی ایرانیان تأکید کرده است؛ ولی همین تکرارها خود نشان‌دهنده بی‌اثربودن این توصیه و تأکید است چراکه سبک زندگی هر جامعه‌ای نه به فوریت و براساس انتظارات و توصیه دیگری، بلکه اولاً به‌تدریج و ثانیاً براساس واقعیت‌های زندگی تغییر می‌کند. آیا ایشان نمی‌دانند که برای مردم گرفتار در سختی‌های معیشت که ناچارند به محل کارشان بروند، توان و امکان رعایت فاصله اجتماعی در ناوگان حمل‌ونقل عمومی وجود ندارد؟ آیا مشاوران امین در میان خیل مشاوران ایشان نیست که از کرکره‌های نیمه‌پایین مغازه‌ها و حضور کارگران و فروشندگان در داخل مغازه‌ها در این روزهای اجرای محدودیت برای بسیاری از گروه‌های شغلی خبر دهد؟ البته بگذریم از نظرات متنوع ایشان که بیش از هر مسئول دیگری در شرایط عبور از امواج کرونایی اصرار بر عادی‌سازی شرایط دارد و در هفتم فروردین امسال و فقط ۱۰ روز قبل از آغاز موج چهارم، در سخنانی عجیب و شگفت‌انگیز به تمام‌شدن پیک‌های کرونا اصرار کرد و همان تجربه‌ای که اکنون دیگران را از آن پرهیز می‌دهد، برای مردم ایران رقم زد. حال، دوباره به موضوع آرامش برگردیم.

آیا رئیس‌جمهور رعایت‌نشدن پروتکل‌ها از سوی مردم را نشان‌دهنده آرامش می‌داند یا فقدان آرامش؟ آیا به نظر ایشان افرادی که در ۱۴ ماه اخیر به‌گونه‌ای زندگی کردند که گویا نه خانی آمده و نه خانی رفته و هم سفر رفتند، هم دورهمی برگزار کردند، هم کارشان را پیش بردند و هم به‌ندرت از ماسک استفاده کردند، آرامش نداشته‌اند؟ آیا آنها که همه پروتکل‌ها را با همه سختی‌های آن رعایت کردند، آرامش داشته‌اند؟ خیر، چنین نیست. ترس، هيجانی برای حفظ بقا و راه‌انداز رفتارهای مراقبتی و هوشیارانه است. اگر انسانی به هر دلیلی از کووید ۱۹ نمی‌ترسد و به قولی آرامش دارد، لزومی برای تغییر رفتارهای عادی و درپیش‌گرفتن رفتارهای مراقبتی یا همان رعایت پروتکل‌ها نمی‌بیند.

البته ترس اگر چنان شدید شود که فرد آن را کنترل‌ناپذیر بداند، به صورتی خودکار همان تجربه‌ای پیش خواهد آمد که برای انسان فاقد ترس روی می‌دهد؛ نادیده‌گرفتن کلی خطر. بنابراین می‌توان این‌گونه جمع‌بندی کرد که مقابله مؤثر با کووید ۱۹ نیاز به ترس شهروندان دارد؛ اما به میزانی که شهروندان بتوانند راهکارهای مراقبتی را اجرا کنند. نمی‌توان انتظار داشت که شهروندی هم از خطر رعایت‌نکردن فاصله اجتماعی هراسان باشد و هم مجبور به حضور در اتوبوس‌ها و متروهای شلوغ برای رفتن به محل کار. جالب است که براساس یافته‌های تحقیقی روان‌شناسان در سراسر جهان، احتمال برگزاری دورهمی و سفر از سوی همین گروهی که مجبور به حضور در محل کار با وجود تهدید جدی کووید ۱۹ هستند، بیش از دیگران است. و این واقعیتی است که رئیس‌جمهور محترم توجهی به آن نمی‌کند و نتیجه می‌شود موج‌های پی‌درپی که در ۱۴ ماه، کشور ما را از لحاظ شدت وخامت همه‌گیری همواره در رتبه‌های ۱۰ تا ۱۵ جهان نگه داشته است.