

# A COVID-19 JÁRVÁNY ÉS MEGBETEGEDÉSEK KOGNITÍV ÉS EMOCIONÁLIS ÖSSZEFÜGGÉSEI

## Az izoláció mint össztársadalmi élmény

*Ehmann Bea PhD*

TTK KPI Környezeti Adaptáció és Úrkutatási Csoport

**A Magyar Tudomány ünnepén (2021. november 16.) tartott pszichológiai előadások között ez a téma nem közvetlen Covid-kutatás nyomán született, ám a járvány következményeinek egyik legfontosabb aspektusát tárgyalja**

Még nem is olyan régen, az izolált egyének és a kényszerűen összezárt kiscsoportok a társadalmi figyelem peremén éltek – sarkvidéki kutatóállomásokon, tengeralattjárókon, zárt intézményekben vagy otthonuk idős vagy beteg foglyaként. Az ipari vagy katonai típusú izolációt egyfajta teljesítményközpontú mérnöki, az időskori elszigeteltséget pedig ápolási szemléletmóddal igyekeztek megérteni és kezelni. Pár éve azt látjuk, hogy a különböző kutatási területek kommunikálni kezdtek egymással – felismerték, hogy az elszigeteltség testi-lelki hatásai a körülményektől függetlenül nagyon hasonlóak.

A Covid járvány felülírta a társas elszigeteltség korábbi szemléletmódját. A civil társadalom tagjai egyfelől tömegesen kerültek váratlan izolációba, másfelől új, nagyrészt online kapcsolati hálózatok fejlődtek ki körülöttünk, melyeknek aktív tagjaivá váltunk.

A világjárvány olyan mértékben hozta felszínre az izoláció komplex jelenségét, hogy érdemes áttekinteni az elszigeteltség régóta ismeretes pszichológiai hatásait és ráirányítani a figyelmet arra, hogy az egyének, a családnak és a társadalomnak milyen új felismerésekre kell jutnia, milyen új szolidaritásformákat, kapcsolatépítő mintákat és képességeket kell megtanulnia – és másoknak is megtanítania – annak érdekében, hogy ne jelenjen meg a pusztító elmagányosodás, bizonytalanságérzés és jövőké elvesztés.

Kutatócsoportunk földi űranalóg helyszíneken (antarktisi áttelelők) és szimulációkban (Mars-500), rögzített időtartamú küldetésekben résztvevők körében végez önfeltárással és kommunikációval kapcsolatos vizsgálatokat. Kutatásaink az érzelmi és kognitív állapotváltozások, valamint a személyközi konfliktusok időbeli dinamikájára irányulnak.

A Covid járványhullámok ciklikus jellegéből fakadóan kutatásaink szemléletmódja és módszertana (pszichológiai tartalomelemzés) alkalmas az izoláció negatív és pozitív hatásainak longitudinális felmérésére, ezen belül célzott tréningek hatásvizsgálatára.

**Kulcsszavak:** izoláció, érzelmi dinamika, kognitív dinamika, pszichológiai tartalomelemzés

[ehmann.bea@ttk.hu](mailto:ehmann.bea@ttk.hu)