

SUSRET SA PSIHIJATROM PROF. DR. ZORANOM ZORIČIĆEM UZ PANDEMIJU KORONAVIRUSA

Vjernici mirnije i staloženije ulaze u bitku s epidemijom

Objavio

Vlado Čutura

-

23. ožujka 2020.

»Upravo vjera traži brigu za zajednicu, nalazak sreće i zadovoljstva u davanju, odgovornost za zajednički, u ovom slučaju javnozdravstveni interes, što pridonosi redukciji rizika te pronalaženju smisla svakoga pojedinca. Isto tako, vjernik u nadi da će ga Bog zaštititi, odnosno da svaki ishod ima smisao od Boga, mirnije i staloženije ulazi u bitku s epidemijom«, navodi psihijatar dr. Zoričić.

Pandemija koronavirusa puni medijske priloge iz dana u dan, od objektivnih informacija do dezinformacija. Ne umanjujući aktualno stanje u Europi i Hrvatskoj, o mogućim posljedicama i utjecaju na psihičko zdravlje govori prof. dr. Zoran Zoričić. On je liječnik psihijatar, specijalist za bolesti ovisnosti, voditelj referentnoga centra Ministarstva zdravstva Republike Hrvatske za ovisnosti, predsjednik Hrvatskoga društva za ovisnosti Hrvatskoga liječničkoga zbora i predsjednik Svjetskoga udruženja klubova liječenih alkoholičara.

Teško se braniti od negativnih vijesti

O tome kako kao psihijatar tumači utjecaj »medijske panike« na psihu pojedinca rekao je: »Utjecaj medija na psihu pojedinca od velike je važnosti jer danas živimo u globalnom svijetu i u realnom trenutku primamo vijesti iz cijeloga svijeta. Time se pohranjuje svjetska medijska 'crna kronika' u našu svijest, provocirajući u zrelijih oprez, a u nesigurnijih i nezrelijih paniku. Posljednjih godina pojedinac se sve teže može braniti od bombardiranja negativnim vijestima tako da kaže da ga se zbivanja u dalekim zemljama ne tiču. To je sve teže iz više razloga, a dva su dominantna. U globaliziranom svijetu načela su opća i trebala bi vrijediti za sve, a ono što se danas događa drugdje, ako ne reagiramo, sutra će se dogoditi nama. Drugi je razlog sveprisutnost medija i da bi našao odmak od njih, čovjek bi trebao žrtvovati komfor življenja, na što su samo rijetki odlučni.« Nadalje prof. dr. Zoričić

navodi: »Što se koronavirusa tiče, mediji pravodobno izvješćuju o svjetskim zbivanjima povezanim s tim virusom, neki više, neki manje profesionalno. Politika medijskih kuća, portala, njihovi financijski interesi, kao i osobnost urednika i novinara oblikuju emocionalnu pratnju vijesti. Naslovi, koje stvaraju uglavnom urednici, često su važniji od tekstova, koje stvaraju novinari. Prema onome što do sada znamo koronavirus ima izrazito jaku virulentnost, dakle sposobnost prenošenja, i znatno nižu letalnost, tj. smrtnost. Možda upravo zahvaljujući nižoj letalnosti, odnosno izloženosti smrtnomu ishodu ograničenoga dijela populacije, ipak nije došlo do goleme panike među građanima, ali kako se virus bližio Hrvatskoj, zabrinutost je prerastala u strah, a strah kod dijela populacije u paniku. Pojačanu opskrbu u dućanima potrepštinama ne doživljavam kao nepotrebnu paniku, nego razborit oprez i pravodobnu reakciju. Upravo tu kupnju dio medija prikazivao je kao nepotrebnu paniku. Vlast odgovornim ponašanjem i sprječavanjem panike treba stišavati svaku mogućnost razvoja panike, koja je kontraproduktivna na svim razinama, ali sam dojm da je dio medija tu situaciju prikazivao kao nepotreban akt ljudi sklonih panici.«

Gomila izdaje zapovijedi, a ne preuzima odgovornost

Koliko širenje panike utječe na psihu pojedinca, odnosno može li izazvati u pojedincima određene »okidače« nekoga traumatskoga sindroma, poremećaja u ponašanju, pa čak i neke somatske posljedice? »Čovjek suočen s promišljanjem ili navještajem opasnosti reagira oprezom, odnosno anticipacijom situacije, stvarajući plan izbjegavanja rizika i eventualne reakcije na problem. Zrelost pojedinca gura u poziciju što samostalnijega odlučivanja i preuzimanja odgovornosti za osobne prosudbe i odluke. Kolektivna svijest, koju u današnje vrijeme oblikuju i proizvode mediji, utječe na svakoga pojedinca, bez obzira na stupanj njegove autonomije i zrelosti. Ipak, oni nezreliji reagiraju nekritičnije i projiciraju odgovornost na autoritet gomile ili medija. U konačnici rekli bismo da se skrivaju iza autoriteta otca, odnosno njegove zamjene. Mnoštvo ima samo energiju i autoritet snage, ne i odgovornost, koju svatko gura od sebe i projicira u vođe, kojih zapravo u mnoštvu i nema. Upravo je stoga mnoštvo i opasno, jer izdaje zapovijedi, a ne preuzima odgovornost. Jakim i zrelim ličnostima to je jasno, slabije često imaju potrebu da se skrivaju iza mnoštva. Kad pojedinac ima osjećaj da je dio mnoštva, i da je s aspekta odgovornosti njime zaštićen, pokazuje lakše karakteristike poremećaja ličnosti, oslobađajući nagone kočnica ionako problematične savjesti. Svjetska je povijest puna primjera nasilničkoga ponašanja grupa i pojedinaca u kriznim situacijama pod utjecajem panike. Za razliku od pojedinaca s poremećajem osobnosti i ponašanja, koji 'traže' krizne situacije, neurotski strukturirane, nesigurne osobe, podložne 'zaštiti' autoriteta (političar, mediji, država) pod panikom gube moć rasuđivanja, nerijetko se okrećući verbalnom agresijom upravo prema autoritativnim 'zaštitnicima', koji su ih, umjesto njih samih, trebali zaštititi. To je primjer regresije neurotika na disfunkcionalnost i projektivnost kao nezreli psihološki mehanizam obrane.«

Od opreza do žalovanja

Uspoređujući proglašenu pandemiju s teškoćama koje je prošao hrvatski narod u obrambenom Domovinskom ratu u kojem je bio sudionik, prof. dr. Zoričić je rekao da stanje ratne opasnosti i opasnosti od teže zarazne bolesti imaju dosta zajedničkih značajki: u početku oprez, potom strah, nevjerica i

šok, žalovanje. »Razlika između Domovinskoga rata i sadašnje krizne situacije ponajprije je u dužem trajanju ratnih zbivanja, kontinuitetu patnje kroz pet godina, a za stradale i njihove obitelji i trajno, te ponajprije u krizi humanosti koju rat destrukcijom nameće. Upravo obrnuto, primjer uzajamne pomoći na razini država i ljudi u slučaju koronavirusa humanost diže na pijedestal. Svaki rat preispituje humanistička načela civilizacije, a pandemija dira navike i komfor. Zajednička im je patnja ljudi za voljenim osobama.«

Vjernik je u nadi da će biti zaštićen

Koje savjete dati da se ljudi ne boje, ali svakako da se drže uputa struke i budu oprezni, te gdje je tu vjera i koliko ona snaži ljudsku osobnost kroz Božju providnost?

Prof. dr. Zoričić ističe da kiberhondrija nije na popisu bolesti koje uzimaju u obzir vodeći psihijatrijski klasifikacijski sustavi. Ipak, u literaturi i praksi nalaze se slučajevi koji opisuju strahovanja pojedinaca od novih vijesti, odnosno od medija. Tim slučajevima pridonose kako sami pojedinci sa svojom nesigurnošću tako i sve agresivnija i neodgovornija politika dijela medija.

»Ljudima treba naglašavati da uz oprez, razboritost i disciplinu svi, uključujući i njih, imamo veće izgleda u nošenju s težinom epidemije. Isto tako treba naglašavati da zajednička zaštita i odgovornost, dakle usuglašeno djelovanje, bitno više reducira šansu zaraze i lošega ishoda u odnosu na individualnu zaštitu. To je jedno od osnovnih epidemioloških pravila. Čovjek, kada mu je nešto jednostavno objašnjeno, lakše donosi ispravnu odluku. Upravo vjera traži brigu za zajednicu, nalazak sreće i zadovoljstva u davanju, odgovornost za zajednički, u ovom slučaju javnozdravstveni interes, što pridonosi redukciji rizika te pronalaženju smisla svakoga pojedinca. Isto tako, vjernik u nadi da će ga Bog zaštititi, odnosno da svaki ishod ima smisao od Boga, mirnije i staloženije ulazi u bitku s epidemijom.«

Strah od novih vijesti

Ovisnosti su uža specijalnost prof. dr. Zoričića, a pojedini psihijatri danas govore o dijagnozi kiberhondrija kao psihijatrijskom poremećaju. Kad se to stavi u kontekst realnoga stanja »koronavirusa«, prof. dr. Zoričić ističe da kiberhondrija nije na popisu bolesti koje uzimaju u obzir vodeći psihijatrijski klasifikacijski sustavi. Ipak, u literaturi i praksi nalaze se slučajevi koji opisuju strahovanja pojedinaca od novih vijesti, odnosno od medija. Tim slučajevima pridonose kako sami pojedinci sa svojom nesigurnošću tako i sve agresivnija i neodgovornija politika dijela medija.

Struku treba poštovati i pravila opreza na koja upućuju, no život ne treba pretvoriti u paniku, i to kolektivnu, poput nepotrebnoga osiguravanja zaliha hrane. O tome gdje je tu ljudska zrelost, u prvom redu pojedinca da bude odgovoran i da omogući i drugima dostupnost, prof. dr. Zoričić kaže:

»Kupnja nekih namirnica na vrijeme može biti čin opreza i odgovornosti prema obitelji. S druge strane, naguravanja u redovima ispred trgovina, verbalna ili fizička agresija te stampeda svakako bi bili nezreo čin, na štetu sigurnosti sviju nas, i dodatno bi poticali stanje panike.«