

Cikkismertetés: A Covid-19 járvány hatása a szubjektív mentális jóllétre – Az észlelt fenyegetés, a jövőbeni szorongás és ellenálló képesség kölcsönhatása

Article review: The impact of the COVID-19 pandemic on subjective mental well-being – The interplay of perceived threat, future anxiety and resilience

Ismertető: Izbékiné Tóth Andreaⁱ ✉

Ismertetett cikk: Paredes MR, Apaolaza V, Fernandez-Robin C, et al. The impact of the COVID-19 pandemic on subjective mental well-being: The interplay of perceived threat, future anxiety and resilience. *Personality and individual differences*. 2021;170;110455. doi: [10.1016/j.paid.2020.110455](https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110455)

Beküldve: 2020. 12. 03.

Doi: 10.24365/ef.v62i1.662

Kulcsszavak: Covid-19; mentális jóllét; észlelt fenyegetés; jövőbeli szorongás; reziliencia (ellenálló képesség)

Keywords: COVID-19; mental well-being; perceived threat; future anxiety; resilience

A Covid-19 világjárvány pszichológiai hatásai napjaink kutatásainak kiemelt kérdésévé váltak, különös tekintettel a negatív következményeket okozó tényezőkre. Az egyének eltérően reagálhatnak az olyan traumatikus események által okozott érzelmi szorongásra, mint ez a járvány. Korábbi kutatások szerint a Covid-19 okozta változások és bizonytalanság kihatnak a lakosság mentális jóllétére, valamint a következményekkel való megküzdés lehetséges folyamataira.

Jelen tanulmány a Covid-19 észlelt fenyegetésének és a szubjektív mentális jóllétnek a kapcsolatát vizsgálta. A tanulmányt 2020. június 15. és 20. között végezték el egy szigorú lezárási intézkedés során, 711 egyetemi hallgató és posztgraduális hallgató bevonásával.

A válaszadókat arra kérték, jelezzék, hogy a különböző médiacsatornák híreiből származó információk hogyan érintik őket a járvány fenyegetése, terjedése, súlyossága és életükre gyakorolt

hatása szempontjából. A vizsgálat eredményei megerősítették, hogy a járvány észlelt fenyegetése bizonytalanságot és félelmet generál, fokozza a stresszt és a kiszolgáltatottságot, amely káros hatással van a szubjektív mentális jóllétre. Az észlelt fenyegetés aktiválja az egyének jövővel kapcsolatos aggodalmait. A felmérés szerint a rugalmas ellenálló képesség, mint személyiségjegy, segít megküzdni a járvány káros lelki hatásaival: a rugalmasság mérsékli a fenyegetés mentális jóllétre gyakorolt közvetett hatását.

Összességében a jelen tanulmány betekintést nyújt a járvány pszichológiai következményeivel való megküzdés lehetséges folyamataiba. Ennek eredményeképpen a pandémia szorongást okozó vélt fenyegetése káros hatással van a szubjektív mentális jóllétre, de ezt a hatást képes az ellenálló képesség mérsékelni.

ⁱ Debreceni Egyetem Népegészségügyi Kar, Debrecen

TANULSÁGOK A HAZAI SZAKEMBEREK SZÁMÁRA

Az egyének eltérően reagálhatnak az olyan traumatikus események okozta érzelmi szorongásra, mint ez a járvány. Fontos segíteni a fejlődést ezen a területen, egyfelől azért, hogy a szakembereknek legyen rálátása a jelenlegi és a jövőbeli járványok mentális-egészség(ügy)i hatásainak enyhítésére. Másrészt fontos ismerni a járvány következtében kialakuló pszichológiai jelenségek okait és a mentális jóllét megőrzése érdekében rendelkezésre álló egyéni lehetőségeket. A mentális jóllétre a társadalom hatékony és eredményes működéséhez is szükség van.