

Trauma

pandemii COVID-19

w polskim społeczeństwie

Piotr Długosz



 CEDEWU

Trauma
pandemii COVID-19
w polskim społeczeństwie

Trauma **pandemii COVID-19** **w polskim społeczeństwie**

Piotr Długosz

Recenzja: Dr hab. Marian Niezgoda, emerytowany profesor UJ
Dr hab. Barbara Wiśniewska-Paź, prof. Uniwersytetu Wrocławskiego

Publikacja dofinansowana przez Uniwersytet Pedagogiczny im. Komisji Edukacji Narodowej
w Krakowie

© Copyright do wydania polskiego CeDeWu Sp. z o.o.
Wszelkie prawa zastrzeżone.

Zabronione jest kopiowanie, przetwarzanie i rozpowszechnianie w jakimkolwiek celu oraz postaci
bez pisemnej zgody Autora i Wydawcy.

Wydawnictwo CeDeWu oraz Autor dołożyli wszelkich starań, aby treści zawarte w niniejszej pu-
blikacji były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak odpowiedzialności za ich wykorzystanie ani za
związane z tym ewentualne naruszenie praw autorskich oraz za skutki działań wynikłe z wykorzy-
stania informacji zawartych w książce.

Zdjęcie (grafika) udostępnione dzięki: Markus Winkler – unsplash.com

Projekt okładki: Agnieszka Natalia Bury

Redakcja i DTP: CeDeWu Sp. z o.o.

Wydanie I, Warszawa 2021

ISBN 978-83-8102-512-6

EAN 9788381025126

Wydawca: CeDeWu Sp. z o.o.

00-680 Warszawa, ul. Żurawia 47/49

e-mail: redakcja@cedewu.pl

Redakcja wydawnictwa: (48 22) 374 90 20; (48 22) 374 90 22

Księgarnia CeDeWu.pl

00-680 Warszawa, ul. Żurawia 47

Tel.: (48 22) 396 15 00; (48 22) 396 15 01

www.cedewu.pl

Made in Poland

Spis treści

Wstęp	9
-------------	---

Rozdział 1

Socjologia pandemii?	19
1.1. Specyfika subdyscypliny.....	19
1.2. Praktyka badawcza.....	24
1.3. Program badawczy.....	30

Rozdział 2

Trauma i jej socjologiczne implikacje w pandemicznym społeczeństwie	35
2.1. Trauma i jej znaczenie	35
2.2. Trauma pierwotna.....	36
2.3. Trauma wtórna	40
2.4. Traumy aktualne	42
2.5. Od traumy biologicznej do traumy zbiorowej	44
2.6. Symptomy traumy.....	47
2.7. Reakcje na traumę.....	49

Rozdział 3

Metodologia badań.....	55
3.1. Wiek.....	57
3.2. Miejsce zamieszkania	57
3.3. Stan cywilny.....	59
3.4. Poziom wykształcenia	60
3.4.1. Jakość wyższego wykształcenia.....	61
3.4.2. Reprodukcyjność statusów	62

3.5. Kategorie społeczno-zawodowe.....	64
3.6. Typ umowy o pracę.....	66
3.7. Religijność.....	68
3.8. Kapitał społeczny	69
3.9. Materialne warunki życia.....	71
3.10. Ocena sytuacji gospodarczej kraju	72

Rozdział 4

Trauma inicjalna	75
4.1. Trauma kulturowa.....	75
4.2. Trauma biologiczna	79

Rozdział 5

Społeczne koszty COVID-19.....	83
5.1. Spadek poziomu życia	83
5.2. Utrata pracy	86
5.3. Strata zasobów ekonomicznych	88
5.4. Obawy przed utratą pracy na skutek kryzysu	90
5.5. Ograniczenia praktyk społecznych.....	92
5.6. Obszary deprywacji	95
5.7. Życie społeczne w cyfrowej rzeczywistości.....	100

Rozdział 6

Czynniki pośredniczące	107
6.1. Wpływ ekspozycji medialnej na zdrowie psychiczne.....	108
6.2. Poziom zainteresowania informacjami na temat pandemii	111
6.3. Neurotyzm w polskim społeczeństwie.....	113

Rozdział 7

Symptomy traumy	119
7.1. Syndrom lęku przed COVID-19	120
7.2. Strach przed COVID-19	124
7.3. Stres pandemii	127

Rozdział 8	
Strategie radzenia sobie z traumą pandemii	133
Rozdział 9	
Dezintegracja pozytywna?	143
9.1. Zmiana wartości życiowych	148
9.2. Zadowolenie z życia.....	154
9.3. Pesymizm antycypacyjny	157
Rozdział 10	
Polityka w cieniu pandemii.....	165
10.1. Orientacje polityczne.....	166
11.2. Polityczne orientacje i ich wpływ na zachowania wyborcze	168
10.3. Wpływ orientacji politycznych na partyjne sympatie	169
10.4. Uwarunkowania preferencji wyborczych w wyborach prezydenckich	170
10.5. Aktywność wyborcza i jej uwarunkowania	173
Zakończenie.....	179
Bibliografia	187
Spis wykresów.....	195
Spis tabel.....	197

Wstęp

„W czasie epidemii dżumy w Europie (czarna śmierć) obserwować można było następujące modele zachowania: dezintegrację dotychczasowych norm zachowania, a więc niezwykle brutalizację obyczajów, dochodziło nawet do kanibalizmu; naczelną zasadą ratować swoje życie za wszelką cenę, zanik uczuć pozytywnych, człowiek człowiekowi stawał się wilkiem, ludzie obojętnieli na los swych najbliższych – dzieci, rodziców, współmałżonków: objawy skrajnej agresji, szukanie kozła ofiarnego. (...) Panowała rozpusta i pijaństwo; tymi sposobami nagminnie starano przytłumić lęk. W stan oszołomienia starano się wprowadzić również za pomocą ekstazy tańca”.

Lęk, Antoni Kępiński

Od marca 2020 r. mamy do czynienia z sytuacją bezprecedensową niemającą miejsca w najnowszej historii. Owszem, wcześniej pojawiały się już zagrożenia wirusami na skalę masową w postaci SARS (2002-2003), ptasiej grypy (2003-2006), świńskiej grypy (2009-2010), eboli (2013-2016) czy odry (2019-obecnie), jednakże ich zasięg i siła rażenia były znacznie słabsze. Dopiero nowy wirus z miasta Wuhan w środkowych Chinach, zwany SARS-CoV-2, wywołujący chorobę COVID-19, szybko zaczął się rozprzestrzeniać na cały świat. 11 marca 2020 r. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) ogłosiła pandemię koronawirusa. Tym samym można uznać, że COVID-19 stał się globalną dżumą XXI w., która prowadzi do dużej śmiertelności oraz wzbudza masowe lęki i obawy przed zdrowotnymi, ekonomicznymi i społecznymi skutkami na całym świecie. W czasie trwania trzeciej fali COVID-19, tj. pierwszego marca 2021 r. na świecie było chorych 114 mln, w Polsce 1,7 mln, zaś zmarło do tej pory z powodu wirusa 2,53 mln na świecie i 43 656 w Polsce. Pandemia stała się szokiem, stresem. Z badań CBOS wynika, że mijający rok jako zły dla respondenta oceniło 60%, dla Polski 70% – były to najgorsze wyniki, jakie uzyskano w historii badań CBOS od 1984 r¹. U naszego wschodniego sąsiada podobnie oceniono wpływ pandemii. Aż 65% badanych stwierdziło, że dla nich i ich rodziny był to rok gorszy niż poprzedni. Jeszcze więcej respondentów, bo aż 88%, wskazało, że dla Rosji był to rok trud-

¹ *Jaki był rok 2020?*, CBOS, Warszawa, 2020. https://www.cbos.pl/EN/publications/reports/2020/167_20.pdf.

niejszy niż poprzedni i również były to jedne z najgorszych ocen w historii badań sondażowych Centrum Levada².

Wyniki powyższych badań z Polski i Rosji nie są przywołane przypadkowo. Pokazują one, że nawet doświadczenia szalonych lat 90. XX w., czyli transformacji społeczno-ekonomicznej nie dorównują swoimi negatywnymi skutkami, szczególnie w Polsce, obecnemu kryzysowi społecznemu wywołanemu pandemią. Innymi słowy, trauma pandemii jest silniejsza niż trauma transformacji. To pokazuje, że mamy do czynienia z potężnym psychospołecznym wstrząsem, którego konsekwencje mogą być niebezpieczne w krótszej i dłuższej perspektywie. Wśród anglosaskich badaczy przyjęło się opisywać pandemię COVID-19 w kategoriach *perfect storm*, co oznacza najgorszą możliwą lub szczególnie niebezpieczną sytuację, wynikającą z wpływu dużej liczby negatywnych i nieprzewidywalnych czynników³. Według badań Pew Research Center o wpływie pandemii na codzienne życie w grudniu 2020 r. było przekonanych 74% Amerykanów, 70% Brytyjczyków, 67% Francuzów i 47% Niemców⁴.

Pandemia koronawirusa stała się kwintesencją społeczeństwa ryzyka. Nikt nie czuje się pewny swojego zdrowia, utrzymania miejsca pracy, pozycji społecznej. Już pojawiają się niepokojące i wywołujące strach sygnały o nowych mutacjach koronawirusa (brazylijska, południowoafrykańska, brytyjska), które są bardziej niebezpieczne niż odmiana chińska. W przypadku angielskiej wersji COVID-19 śmiertelność jest o 35% wyższa, a do odporności zbiorowej potrzebne jest nie 60%, a 80%⁵.

Pandemia – poza paniką związaną ze zdrowiem – wywołała też panikę statusów. Ludzie w obawie przed nadchodzącym kryzysem ekonomicznym na skutek pandemii zaczęli się bać, że nie zdołają zachować już zdobytych z dużym trudem pozycji społecznych i statusów. Jeśli gospodarka będzie upadać, pociągnie ona na dno wszystkie branże i sektory. W dużej mierze kryzys może dotknąć klasy średniej, która jest zatrudniona w sektorze publicznym. Edukacja, zdrowie, administracja i wiele innych działów może bezpośrednio odczuć skutki niewydolności budżetowych państwa. Poza bankrutującymi przedsiębiorcami z bran-

² 2020 год: итоги, <https://www.levada.ru/2020/12/29/2020-god-itogi/>.

³ S. Brown, D.L. Schuman, *Suicide in the Time of COVID-19: A Perfect Storm*, *The Journal of Rural Health*, 2021, 37(1), 211-214. <https://doi.org/10.1111/jrh.12458>.

⁴ K. Devlin, K. Nicholas, *As Pandemic Continues, More in U.S. and Europe Feel Major Impact on Their Lives*, <https://www.pewresearch.org/global/2021/02/03/as-pandemic-continues-more-in-u-s-and-europe-feel-major-impact-on-their-lives/>.

⁵ *Przyszłość koronawirusa i jego wariantów jest nieznana*, <https://naukawpolsce.pap.pl/aktualnosci/news%2-C86372%2Cwlochy-dr-tarkowski-przyszlosc-koronawirusa-i-jego-wariantow-jest-nieznana>.

ży turystycznej, transportowej, gastronomicznej wiele ludzi może stracić pracę i źródło utrzymania. Niektórzy mówią nawet, że skutki lockdownów wywołanych pandemią będą dotkliwsze od tych z czasów Wielkiego Kryzysu. W USA więcej ludzi straciło pracę w czasie pierwszych trzech miesięcy lockdownu niż w podczas dwóch lat wielkiej recesji z 2008-2010. Stopa bezrobocia skoczyła z 3,8% do 14,4⁶.

Dzisiejsza rzeczywistość społeczna przypomina stąpanie po ruchomych piaskach. A jak dobrze wiemy, nie ma nic bardziej ryzykownego dla jednostki niż grząski grunt, stanowiący niebezpieczną pułapkę uniemożliwiającą marsz w wyznaczonym kierunku. Na niestabilnym podłożu każdy krok jest ryzykowny, szczególnie gdy jest gwałtowny i szybki. Wędrówka po niepewnym gruncie jest stresująca, niebezpieczna i wymaga od jednostki sporo sił, umiejętności i doświadczenia. Jednakże mimo zachowania ostrożności ryzyko klęski jest wysokie. Najgorsze jest to, że jednostka zostaje wystawiona na niepewność i ryzyko, wobec których jest bezradna. W warunkach pandemii skończył się świat, jaki znamy. Jego przewidywalność i bezpieczeństwo zostały unicestwione. Na niewiele zdaje się pocieszenie, że oto została wprowadzona szczepionka na koronawirusa. Z prognoz na 2021 r. przygotowanych przez IFiS PAN wynika, że tylko jeden z pięciu przygotowanych scenariuszy rozwoju sytuacji jest jednoznacznie pozytywny. Pozostałe nie napawają optymizmem⁷. Może być tak, że Polacy się nie zaszczepią i kryzys – zdrowotny, gospodarczy, polityczny – się pogłębi. Może być też tak, że odporność nabyta dzięki szczepionkom będzie znikać. Jest też przewidywany wariant pojawienia się nowej odmiany koronawirusa odpornego na już stosowaną szczepionkę. Ekspertci biorą też pod uwagę taką opcję, w której może nas niebawem zaatakować zupełnie nowy nieznan patogen.

Niektórzy wręcz interpretują pojawienie się pandemii jako nadejście końca historii czy też końca świata i potępienie za grzechy i karę Bożą. W krajach takich jak Chorwacja, Armenia, gdzie dodatkowo pojawiło się trzęsienie ziemi i wojna (w Armenii) coraz częściej słychać głosy, że oto na naszych oczach przybywają cztery jeźdźcy Apokalipsy. Nastroje grozy są wzmacniane doniesieniami na temat różnych przepowiedni i objawień, w których miały się pojawiać ostrzeżenia na temat nadchodzącej zarazy. Według ks. Andrzeja Zwolińskiego podczas ob-

⁶ R. Kochhar, *Unemployment rose higher in three months of COVID-19 than it did in two years of the Great Recession*, <https://www.pewresearch.org/fact-tank/2020/06/11/unemployment-rose-higher-in-three-months-of-covid-19-than-it-did-in-two-years-of-the-great-recession/>.

⁷ *Stanowisko 9. zespołu ds. COVID-19 przy Prezesie PAN: Scenariusze na 2021 rok*, https://informacje.pan.pl/index.php/informacje/materialy-dla-prasy/3218-stanowisko-9-zespołu-ds-covid-19-przy-prezesie-pan-scenariusze-na-2021-rok?fbclid=IwAR26Lau5VQlwJden9VtF3dGoWUMWedFEckUXKsVqwCQLu7sUqraxRUMp2U#_X_mZtD0gSRs.facebook.

jawienia 28 września 2019 r. we Włoszech w sanktuarium w Tre Fontane Matka Boża prosiła: „Módlcie się o pokój i za to, co wkrótce nastąpi. Módlcie się za Chiny, gdyż stamtąd przyjdą nowe choroby. Wszystko jest już gotowe, aby zakazić powietrze nieznanym wirusem”⁸.

Dzisiaj, jak to metaforycznie ujmuje Aleksander Nalaskowski, znaleźliśmy się na nieznanym wyspie, której rozpoznanie zajmie nam sporo czasu, a może będzie trwać całe pokolenie. Całe poprzednie życie rozbitków, ich zaszczyty, pozycja, majątek – w nowej sytuacji tracą na znaczeniu, zerują się. Aby przetrwać rozbitkowie mogą ze sobą walczyć albo współpracować. Po początkowym okresie współpracy i prób społecznej mobilizacji sił wobec pandemii zaczyna dominować konflikt i agresja – każdy zaczyna walczyć o swoje, szczególnie jednostki i grupy, których dotychczasowe interesy są zagrożone. Badacze przewidują, że dalekosiężne skutki pandemii doprowadzą do wzrostu nierówności społecznych i ubóstwa. Wedle tych prognoz z każdym punktem procentowym spadku w gospodarce światowej w wyniku pandemii ponad 10 mln ludzi pogrąży się w ubóstwie⁹. Ponadto w sytuacji niepewności związanej z kryzysem nasila się postrzeganie różnic w zasobności grup. Grupy zamożniejsze postrzegane są jako te, które mają ułatwiony dostęp do opieki medycznej, leków, produktów deficytowych. Różnice między grupami zaczynają być postrzegane jako zagrażające, nieuzasadnione i niesprawiedliwe¹⁰. Stąd już niedaleko do rewolucji i klasowych konfliktów o silnym negatywnym wydźwięku. Nie trzeba być wytrawnym analitykiem, by zauważyć, że podziały klasowe nakładają się na podziały polityczne i ideologiczne. Przy dalszym podżeganiu przez polityków i media do plemiennej walki, społeczne, polityczne, ekonomiczne skutki kryzysu mogą być tragiczne. Groźniejsza od samego wirusa może okazać się anarchia, wzrost radykalizmów i ślepe oddanie się jakiejś ideologii, która sufluje łatwe i proste recepty na poprawę bytu oraz odzyskanie statusu utraconego przez recesję wywołaną lockdownami.

Człowiek znalazł się w prawdziwej pułapce, gdyż jest bezradny i niewiele może zrobić w tej sytuacji, co prowadzi do zwiększenia lęku i towarzyszącej mu agresji. Samo znalezienie się w nowej sytuacji, przybicie na wyspę rozbitków wywołało szok i przerażenie. Powrotu do przeszłości nie ma, terażniejszość jest niebezpieczna i pełna zagrożeń, a przyszłość niepewna i trudna do przewidzenia. Niektórzy uważają, że przyszłości „nie ma”, mówiąc, że dobre życie było przed

⁸ A. Zwoliński, *Od powietrza... Ludzie w czasie zarazy*, Petrus, Kraków 2020, s. 291.

⁹ M. Kossowska, N. Letki, T. Zaleskiewicz, Sz. Wichary, *Człowiek w obliczu pandemii*, Smak Słowa, Sopot 2020, s. 103.

¹⁰ Tamże, s. 105.

pandemią. Ilustrują to wyniki badań zrealizowanych przez CBOS w grudniu 2020 r. Na pytanie o to, jakie są obecne nastroje wśród ludzi, z którymi styka się Pan(i) na co dzień w zakładzie pracy, miejscu (środowisku), uzyskano następujące odpowiedzi: pewne odprężenie i zadowolenie, że jest trochę lepiej 19% (w 2019 r. 33%), ogólne odprężenie i wiara, że będzie lepiej 11% (w 2019 r. 4%), lęk, obawa, co przyniesie przyszłość, niepewność jutra 44% (w 2019 r. 30%), ogólne niezadowolenie, brak wiary w jakąkolwiek poprawę 15% (w 2019 r. 9%), apatia, rezygnacja, pogodzenie się z losem 12% (w 2019 r. 12%)¹¹.

W takim stanie przejściowym, między starą a nową normalnością, przyszło nam żyć. Nowa pandemiczna rzeczywistość zasługuje na miano wielkiego socjologicznego eksperymentu na globalną skalę, którego skutki częściowo już znamy. A jego kolejne następstwa będą się dopiero ujawniać po dłuższym czasie. Trzeba się liczyć też z tym, że niezamierzone, uboczne efekty samej pandemii oraz wprowadzanych prób jej ograniczania będą niejednokrotnie zaskakiwać nas zarówno swoją treścią i rozmiarem, jak również czasem i miejscem wystąpienia.

Obserwując pobieżnie społeczeństwo w trakcie kryzysu zdrowotnego i społecznego, można dostrzec anarchizację życia społecznego, łamanie zasad bezpieczeństwa. Przypadek „dzikiej hordy” z Krupówek jest tutaj znamieny¹². Przez świat przetacza się fala protestów, zamieszek, burd ulicznych wymierzonych przeciwko władzy, organizacjom, instytucjom. Rośnie agresja w życiu prywatnym i publicznym. Po krótkim okresie miodowego miesiąca solidarności ze służbą zdrowia i wzajemnej pomocy między ludźmi nasilają się oskarżenia, brutalny hejt wobec wszystkich, którzy myślą inaczej albo mają odmienne poglądy polityczne czy ideologiczne. Od marca do października 2020 r. przeciw restrykcjom związanym z epidemią koronawirusa odbyło się ponad 30 protestów w 26 krajach¹³. Widoczny jest wzrost oglądalności filmów pornograficznych w sieci. Według doniesień Wirtualnych Mediów w Polsce w czasie pandemii wzrosła oglądalność

¹¹ J. Scovil, *Samopoczucie Polaków w 2020*, CBOS, Warszawa 2021, s. 8.

¹² W dniach 12-14 lutego, w związku z poluzowaniem obostrzeń epidemicznych, do Zakopanego przyjechało ok. 20 tys. turystów. Dodatkowo w weekend nałożyły się walentynki i konkurs skoków narciarskich na Wielkiej Krokwi. Od piątku policja w powiecie tatrzańskim interweniowała 300 razy. Po sobotnich zawodach na Wielkiej Krokwi, na Krupówkach było mnóstwo turystów. Wielu z nich przesadziło z alkoholem i wszczytało awantury. Mundurowi wylegitymowali 512 osób i nałożyli 164 mandaty karne, z czego 121 za brak maseczek. 49 wniosków o ukaranie trafiło do sądu. Niedzielski o koronaparty w Zakopanem: *Glupie, nieodpowiedzialne zachowanie*, <https://www.rmfm24.pl/raporty/raport-koronawirus-z-chin/polska/news-niedzielski-o-koronaparty-w-zakopanem-glupie-nieodpowiedzialnId,5051201>.

¹³ A. Kluth, *Tęgoroczne protesty to dopiero początek. Świat wkracza w epokę niepokoju społecznych*, <https://forsal.pl/lifestyle/psychologia/artykuly/8012875.pandemia-covid-protesty-to-dopiero-poczatek-swiat-wkracza-w-epoke-niepokoju-spoecznych-opinia.html>.

stron pornograficznych o 30%¹⁴. We Włoszech w marcu 2020 r., gdzie sytuacja epidemiczna była najgorsza w Europie, wzrost ten wynosił 57%, we Francji 31%, w Hiszpanii 61%¹⁵. W Polsce według badań sondażowych w trakcie lockdownu częstota oglądania filmów pornograficznych wzrosła o 15%¹⁶. Widoczny też jest wzrost spożycia i sprzedaży alkoholu. W Wielkiej Brytanii w marcu 2020 r. zanotowano wzrost sprzedaży alkoholu o 22%, w Stanach Zjednoczonych – aż o 55%. W USA w wyniku przejścia na pracę zdalną aż 36% mężczyzn i 26% kobiet pije alkohol w godzinach pracy¹⁷. Z kolei badania zrealizowane w USA pokazują wzrost spożycia alkoholu o 19% wśród osób w wieku 30-59 lat, przy czym u kobiet doszło do wzrostu o 41%¹⁸. Z badań realizowanych w Polsce wynika, że ok. 30% pije alkohol ryzykownie w czasie lockdownu¹⁹. Warto jeszcze dodać, że w 2020 r. wzrosła liczba przyjmowanych antydepresantów. Szacuje się, że kupiono 20,7 mln opakowań takich leków na receptę. To ponad milion więcej niż w 2019 r.

Przedstawione wyżej zjawiska można łączyć z wpływem pandemii i procesów jej towarzyszących na wzrost lęku, obaw i społecznej paniki. Nie tylko sam wirus wywołuje poczucie zagrożenia, ale też widmo kryzysu ekonomicznego, plemienna walka, rosnąca wrogość i agresja, niepewność i bezradność, dezorientacja i anomia. Obserwowane praktyki są najprostszą formą autoterapii i stanowią mogące próby zmniejszenia bólu traumy pandemii za pomocą spożywania środków psychoaktywnych. Rosnący popyt na pornografię w sieci może wynikać z lęku przed bezpośrednim kontaktem z drugim człowiekiem, a także z wprowadzenia dystansu społecznego, z izolacji oraz z przejścia na domowy tryb życia. Być może w czasach narzuconej przez zarządę dominacji *thanatosa* w społeczeństwie pojawia się *eros*, modus miłości jako przeciwwaga destrukcji. Potwierdzenie tej hipotezy znajdujemy u Antoniego Kępińskiego, który pisał, że lęk może rozładować akt seksualny.

¹⁴ 30% więcej polskich internautów korzysta z serwisów pornograficznych. Na czele Pornhub przed Redtube i Xnxx, <https://www.wirtualnemedi.pl/artykul/serwisy-pornograficzne-najpopularniejsze-w-polsce-na-czele-pornhub-przed-redtube-i-xnxx>.

¹⁵ Pornhub notuje skokowe wzrosty ruchu w wielu krajach, <https://www.wirtualnemedi.pl/artykul/pornhub-wzrost-ruchu-w-czasie-pandemii-covid-19-koronawirus-najlepsze-porno>.

¹⁶ Z. Izdebski, *Zdrowie, relacje w związkach i życie seksualne Polek i Polaków w czasach pandemii COVID-19*, <https://www.uw.edu.pl/zdrowie-relacje-w-zwiazkach-i-zycie-seksualne-polakow/>.

¹⁷ *Rosnie sprzedaż alkoholu. Epidemia COVID-19 może prowadzić do rozwoju alkoholizmu*, <https://www.isbzdrowie.pl/2020/10/rosnie-sprzedaz-alkoholu-epidemia-covid-19-moze-prowadzic-do-rozwoju-alkoholizmu/>.

¹⁸ M. Pollard, J. Tucker, H. Green, *Changes in Adult Alcohol Use and Consequences During the COVID-19 Pandemic in the US*, *JAMA Netw Open*. 2020;3(9):e2022942. doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.22942.

¹⁹ J. Chodkiewicz, *Raport z pierwszej części badań: Życie w dobie pandemii*, <http://psych.uni.lodz.pl/wp-content/uploads/2020/05/RAPORT-PIERWSZY-ETAP.pdf>.
Czy pandemia może wywołać traumę?, <https://zdrowie.trojmiasto.pl/Czy-pandemia-moze-wywolac-traume-n153714.html>.

W okresach zaś zagrożenia nie obserwuje się przejawów miłości, ale raczej przejawy rozpusty. Może być też tak, że praca zdalna sprzyja tego typu aktywności²⁰.

W czasach zagrożeń, kryzysów i katastrof zaczyna też dominować prawo zachowania własnego życia. Podczas pandemii, jak pokazują statystyki samobójstw, ludzie mniej myślą o zakończeniu życia i swoich problemach, koncentrując się na zmaganiu z trudnościami²¹. Dobrym przykładem jest też afera szczepionkowa na Warszawskim Uniwersytecie Medycznym, gdzie według medialnych doniesień zostali zaszczepieni poza kolejnością celebryci, artyści i ludzie biznesu. Są też osoby z kręgu obozu rządzącego, starostowie, burmistrzowie, lokalni politycy, którzy mieli w innych szpitalach przyjmować szczepienia poza kolejnością²². Przykład ten pokazuje, że w sytuacji ryzyka utraty życia i zdrowia ludzie wykorzystują swoje kapitały, w tym przypadku znajomości, pieniądze, popularność czy władzę po to, aby przeżyć czy też ponieść jak najmniejszy uszczerbek na zdrowiu.

Oddawana w ręce Czytelnika praca oparta jest na danych zebranych po pierwszej fali pandemii. Wydaje się, że jest to właściwa pora na zarysowanie psychospołecznych skutków pandemii. Wyniki metaanalizy badań podłużnych wskazują na to, że czas trwania pandemii w niewielkim stopniu wpłynął na pogorszenie się zdrowia psychicznego u mieszkańców wielu krajów. Newralgiczna dla kondycji psychicznej jest pierwsza fala i ten pierwszy szok wywołany pojawieniem się nowego koronawirusa²³. Na kolejne fale ludzie są już uodpornieni i korzystają z wcześniej wypracowanych strategii adaptacyjnych. Ale oczywiście nie należy lekceważyć dalszych lockdownów i ich konsekwencji, gdyż odporność tkanki społecznej na kryzys, przeciążenia i napięcia ma swoje granice.

Przed prezentacją wyników badań i ich interpretacją należy zaznaczyć, że *perfekt storm* wywołany przez pandemię COVID-19 jest kolejną możliwością weryfikacji teorii traumy społeczno-kulturowej wypracowanej do badania negatywnych skutków zmian społecznych. Jej zastosowanie w socjologicznej analizie jest już widoczne w wielu pracach zachodnich badaczy opisujących reakcje społeczne na pandemię w Szwecji, Grecji, Włoszech, USA czy też wielu innych krajach²⁴.

²⁰ A. Kępiński, *Lęk*, Sagittarius, Warszawa 1995, s. 306.

²¹ *Mimo pandemii koronawirusa liczba samobójstw w Polsce spada*, <https://www.rp.pl/Spoleczenstwo/3121-69878-Mimo-pandemii-koronawirusa-liczba-samobojstw-w-Polsce-spada.html>.

²² <https://bezpprawnik.pl/biznesmeni-szczepieni-pozza-kolejka/>

²³ G. Prati, A.D. Mancini, *The Psychological Impact of COVID-19 Pandemic Lockdowns: A Review and Meta-Analysis of Longitudinal Studies and Natural Experiments*, 2021, <https://doi.org/10.1017/S0033291721000015>.

²⁴ N. Demertzis, R. Eyerman, *Covid-19 as cultural trauma*, *American Journal of Cultural Sociology*, volume 8, 428-450 (2020). <https://doi.org/10.1057/s41290-020-00112-z>.

W niniejszej pracy będzie podejmowana próba analizy pandemii, a konkretnie jej wpływu na polskie społeczeństwo w oparciu o teorię traumy społeczno-kulturowej Piotra Sztompki²⁵. Wersja traumy autorstwa przywoływanego socjologa wydaje się najlepiej pasować do opisu i wyjaśniania reakcji społecznych w obliczu pandemii COVID-19²⁶.

Głównym celem prezentowanej książki jest próba odpowiedzi na pytanie dotyczące tego, czym jest trauma pandemii, jak doszło do jej powstania oraz w jaki sposób manifestuje się ona w polskim społeczeństwie. Sam przypadek traumy pandemii jest nieco odmienny od traumy transformacji, do której pierwotnie skonstruowano niniejszą teorię. O ile w pierwszym przypadku ważnym kontekstem eksplikacji zjawiska jest wiedza historyczna, o tyle trauma COVID-19 w większym stopniu bazuje na dokonaniach swojej starszej siostry – psychologii. Warto też pamiętać, że świat, życie społeczne uległo też znacznym przemianom i dzisiaj o wiele większy wpływ na wywoływanie traum mają media i tzw. traumy wirtualne, których psychologiczne skutki są tak samo realne i dotkliwe jak w przypadku traum rzeczywistych.

Od samego zarania pandemii spotykamy w dyskursie medialnym opis i interpretację skutków pandemii w kategoriach traumy indywidualnej i kolektywnej. Większość tych głosów oparta jest na doświadczeniach terapeutów ze swoimi pacjentami. Jedna z terapeutek mówi w wywiadzie: „z moich rozmów czy to ze znajomymi, czy pacjentami wynika, że ta forma kontaktu nie do końca zaspokaja ich potrzeby (chodzi o kontakty online – przyp. aut.). Coraz częściej słyszę o poczuciu samotności, pustki, ogromnym zmęczeniu, tak jakby siła rażenia tego pandemicznego doświadczenia była większa, niż myśleliśmy. Albo jakby te zdalne kontakty czegoś jednak nie zapewniały”²⁷. Owszem jednostkowe przypadki są ważne, aby rozpoznać specyfikę tej odmiany traumy. Jednakże dopiero badania całej populacji pozwolą wyjść poza horyzont problemów i strachów klasy średniej. Z nich to możemy się dowiedzieć, że za najbardziej uciążliwe skutki

M. Masiero, K. Mazzocco, C. Harnois, M. Cropley & G. Pravettoni (2020), *From Individual To Social Trauma: Sources Of Everyday Trauma In Italy, The US And UK During The Covid-19 Pandemic*, Journal of Trauma & Dissociation, 21:5, 513-519, DOI: 10.1080/15299732.2020.1787296.

E. Miller, *The COVID-19 Pandemic Crisis: The Loss and Trauma Event of Our Time*, Journal of Loss and Trauma, 2020, 25:6-7, 560-572, DOI: 10.1080/15325024.2020.1759217.

²⁵ P. Sztompka, *Trauma wielkiej zmiany*, ISP PAN, Warszawa 2000.

²⁶ Wprawdzie nauka jest globalna, ale w podejmowanych próbach analiz czynionych przez zachodnich badaczy pojawiają się wersje traumy konceptualizowane przez J. Alexander, R. Eyerman, Neil J. Smelser. Zob. J. Alexander, R. Eyerman, B. Giesen, N. Smelser, P. Sztompka, *Cultural trauma and collective identity*, Berkeley, University of California Press 2004.

²⁷ A. Jucewicz, T. Kwaśniewski. *Niepewni*, Wydawnictwo Agora, Warszawa 2020, s. 292.

pandemii Polacy uznali nudę wynikającą z domowej rutyny 39%, poczucie samotności, izolacji z powodu konieczności pozostawania w domu 38%, objadanie się, jedzenie więcej niż zazwyczaj 21%, brak możliwości odseparowania się z powodu konieczności nieustannego pozostawania w towarzystwie najbliższej rodziny 17%, częstsze nieporozumienia, konflikty z domownikami 14%, częstsze picie alkoholu niż zazwyczaj 8%, żadne z nich 26%²⁸.

Niniejsza publikacja jest próbą przedstawienia traumy wywołanej przez COVID-19 w polskim społeczeństwie oraz pokazaniem mechanizmów jej funkcjonowania. W pierwszej części książki znajdują się zagadnienia związane z socjologią pandemii. Następnie zaprezentowana jest konceptualizacja traumy. W tym miejscu jest też opisana sekwencja traumatyczna i wzajemne relacje między jej poszczególnymi segmentami. Kolejny punkt prezentuje metodologiczne podstawy badań i ich założenia. W części empirycznej na początku zostały scharakteryzowane zmienne niezależne, które zostaną wykorzystane do oceny ich wpływu na traumę pandemii. Niejako przy okazji, co można podciągnąć pod Mertonowski schemat niespodzianki, pojawia się kwestia nierówności edukacyjnych, inflacji wykształcenia i mechanizmów ruchliwości społecznej w Polsce w ostatnich latach²⁹. Sama problematyka zasługuje na pogłębione badania i dokładne omówienie, co zapewne będzie miało miejsce w innych publikacjach. Można tylko założyć, że pandemia zwiększy inflację wykształcenia. W dalszej części pracy zostały zaprezentowane empiryczne reprezentacje traumy pandemii. Pojawia się analiza traumy inicjalnej. Następnie zostały zaprezentowane wtórne skutki pandemii i jej społeczne konsekwencje. W dalszej części omówiono poznawcze reprezentacje traumy i pokazano, w jaki sposób ekspozycja medialna wzmacnia siłę rażenia traumy pandemii. Dalej mamy scharakteryzowane klasyczne skale używane przez badaczy na całym świecie do oceny skutków psychicznych lockdownu. W tym przypadku wymienione instrumenty pełnią funkcję empirycznych wskaźników traumy pandemii. W kolejnych punktach zostały opisane strategie radzenia sobie z sytuacją trudną wywołaną pandemią. Następnie przedstawiona została koncepcja dezintegracji pozytywnej i próby oszacowania wpływu traumy na przyszłość polskiego społeczeństwa. W ostatnim rozdziale pojawiają się zagadnienia poświęcone wpływowi pandemii na postawy polityczne Polaków.

²⁸ A. Cybulska, K. Pankowski, *Życie codzienne w czasach zarazy*, CBOS, Warszawa 2020, s. 5.

²⁹ R. Merton, *Teoria socjologiczna i struktura społeczna*, PWN, Warszawa 2002.

Zakończenie

Georg Hegel uważał, że sowa Minerwy wylatuje o zmierzchu, a nie o świcie. Odnosząc się do referowanych badań, można stwierdzić, że przed nami jeszcze jest bardzo daleka droga prowadząca do poznania traumy wielkiej zarazy. Jesteśmy dziś już nieco mądrzejsi niż miało to miejsce w trakcie realizacji badań. Powstają opracowania, uczeni starają się systematyzować swoje obserwacje. Jednakże na kompleksowe opracowanie psychospołecznych kosztów pandemii, w którym znajdują się teoretyczne modele na podstawie prowadzonych analiz danych empirycznych, potrzeba znacznie więcej czasu.

Należałoby się też zastanowić, czy zjawisko, z jakim mamy obecnie do czynienia, można dokładnie poznać tak, jak to miało miejsce w przypadku traum wywołanych przez transformację systemową, powódzie, huragany czy inne katastrofy. W przeciwieństwie do wymienionych kataklizmów pandemia wydaje się bardziej nieprzewidywalna, pełna zaskakujących wydarzeń, którego trajektorii ani końca nikt nie jest w stanie przewidzieć.

W sytuacji pandemii na wskroś mamy do czynienia z dynamicznym współczynnikiem rzeczywistości społecznej. Dobrze wiemy, że pogoń za obiektem badań, który jest nieustannie w ruchu, zmienia swój tor i tempo, jest dla obserwatora wielkim wyzwaniem. Nie trzeba chyba przypominać, że znacznie trudniej jest opisać obiekt ruchomy niż nieruchomy. Dlatego też do poznania społeczeństwa w czasie pandemii konieczne są badania dynamiczne. Nie można stworzyć dokładnego portretu społeczeństwa na podstawie jednorazowych pomiarów. Na ten fakt zwracał Sztompka, podkreślając, że „nie można postrzegać społeczeństwa jako nieruchomego stanu, ale jako proces; nie jako sztywny quasi-obiekt, ale jako ciągły niekończący się strumień zdarzeń”²⁵².

Z jednej strony, mamy świadomość, że pandemia wybiła społeczeństwo z naturalnego rytmu i wywołała strumień zmian społecznych, zwiększając do maksimum jego dynamikę. Z drugiej strony, chcąc sprostać standardom metodologicznym, jesteśmy zmuszeni do obserwacji fragmentów dynamiki rzeczywistości społecznej, czyli zdarzeń.

²⁵² P. Sztompka, *Socjologia zmian społecznych*, Znak, Kraków 2005, s. 24.

Takim właśnie zdarzeniem w niekończącym się procesie zmiany społecznej jest pierwsza faza pandemii i wywołane przez nią psychospołeczne konsekwencje, które można zaklasyfikować do kategorii urazów na podobieństwo do tych będących przedmiotem badań psychiatrii, psychologii klinicznej. W prezentowanej pracy znajduje się fragment wiedzy na temat polskiego społeczeństwa podczas kwarantanny.

Należy pamiętać o ograniczeniach wynikających ze specyfiki przedmiotu badań, o których pisano powyżej, a także o tych wynikających ze stosowanej metodologii. Badania miały charakter sondażu online, co może mieć wpływ na nadreprezentację respondentów z wyższym statusem społecznym. Głosy osób położonych na niższych szczeblach drabiny społecznej w ankiecie internetowej będą słabiej słyszalne lub w ogóle ich nie będzie. Czas badań też może mieć wpływ na uzyskane wyniki. Akurat koniec września, kiedy wydawało się, że wszystko wraca do normy, sprzyjał względnemu spokojowi. Gdyby badania zostały zrealizowane dwa tygodnie później, ich wyniki mogłyby być znacząco inne, czyli reakcje lęku, strachu czy stresu mogłyby być znacznie większe niż te zaobserwowane w badaniach.

Na koniec tego wątku należy dodać, że jest to wstępne, eksploracyjne badanie kondycji polskiego społeczeństwa po jego pierwszej fali. Na pełne poznanie tego, co stało się z polskim społeczeństwem potrzebne są badania interdyscyplinarne z zastosowaniem różnych metod. Poza doraźnymi pomiarami należałoby też zaczekać do zakończenia pandemii i prowadzić obserwację, kiedy wszystko się uspokoi i życie wróci do normalności.

Można dodać, że dotychczasowe badania nad psychospołecznymi skutkami izolacji, kwarantanny zarządzanej w wyniku pojawienia się różnych chorób pokazują, że psychologiczny wpływ kwarantanny jest rozległy, znaczny i może być długotrwały²⁵³. Im dłuższa kwarantanna, tym gorszy wpływ na kondycję psychiczną. Ostatnie doniesienia na temat nowej odmiany koronawirusa o groźniejszym charakterze, którym łatwiej się jest zarazić, zmusił rządy wielu państw do zamknięcia granic, szkół i zawieszenia połączeń lotniczych. W Wielkiej Brytanii, Portugalii i Hiszpanii, jak też w Polsce nowa mutacja już się pojawiła, co może negatywnie wpłynąć na resztki zachowanego optymizmu w społeczeństwie.

Coraz więcej osób zaczyna powątpiewać, czy pandemia kiedykolwiek się skończy. Według badań z grudnia 2020 r. tylko 26% przyznało, że szczepionka może zakończyć pandemię koronawirusa w Polsce. Pesymistycznie do zakończenia

²⁵³ S.K. Brooks, R.K. Webster, L.E. Smith, L. Woodland, S. Wessely, N. Greenberg et al., *The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence*, *Lancet*, 2020; 395: 912-920.

pandemii podchodzi 48%. Około 1/3 Polaków wybrało odpowiedź „trudno powiedzieć”, co też można uznać za przejaw pesymizmu²⁵⁴. Zaczyna się sprawdzać to, co wieścił Beck. Społeczeństwo ryzyka jest społeczeństwem katastrof. Zagroza mu to, że stany wyjątkowe staną się normalnymi²⁵⁵. Być może należy przywyknąć do tej nowej formy społecznej, w jakiej przyszło nam żyć, co wzmacnia tezę o zasadności socjologii pandemii.

Przechodząc do podsumowania wyników badań, należy zauważyć ważny problem, który ujawnił się w trakcie analiz, a nie jest on głównym przedmiotem badań. Mianowicie analizy ujawniły duże bariery w mobilności społecznej. Polskie społeczeństwo w świetle uzyskanych wyników jest społeczeństwem zamkniętym. O wykształceniu, pozycji zawodowej, statusie społecznym w dużym stopniu decyduje rodzina, z której się wywodzimy. Polskie społeczeństwo Anno Domini 2020 r. jest społeczeństwem klasowym, w którym dokonuje się reprodukcja statusów w obrębie klas. Dzieje się tak mimo wprowadzanych reform edukacyjnych mających na celu egalitaryzację wykształcenia. Kanały awansu są bardzo wąskie i praktycznie są przez nie przepuszczani jedynie reprezentanci klas średnich. Trawestując słowa ewangelisty, można stwierdzić, że łatwiej będzie wielbłądowi przejść przez ucho igielne, niż jednostce z niskim statusem uzyskać wysoki status społeczny czy awans. Wyniki analiz pokazują, że prawie 80% szans uzyskania wyższego wykształcenia mają respondenci wywodzący się z rodzin, w których takie wykształcenie mają ojcowie. Ponadto, jeśli już jednostka ukończy studia, to należy pamiętać o postępującej inflacji wykształcenia wywołanej umasowieniem wyższej edukacji. W związku z tym mamy podział na tych, którzy ukończyli najlepsze uczelnie, przeciętne i słabe. Na szczyty drabiny społecznej najczęściej trafiają absolwenci najlepszych uczelni. Zaś spośród tych, co kończą studia masowe na słabych uczelniach prowincjonalnych, w prywatnych szkołach czy w państwowych wyższych szkołach zawodowych, szanse na awans, czyli dostanie się do kategorii profesjonalistów, są minimalne. Tylko 19% z dyplomem uczelni słabej zdołało się dostać na szczyty zawodowej piramidy. Zaś wśród kończących prestiżowe uczelnie przebiło się na górę zawodowej hierarchii 63%.

Na podstawie uzyskanych danych można postawić hipotezę, że zamykanie społeczne odbywa się dwuetapowo. W pierwszym etapie dokonuje się wąska selekcja dostępu do wyższego wykształcenia. W drugim – dostęp do wysokich po-

²⁵⁴ Polacy nie wierzą, że szczepionka na COVID-19 zakończy pandemię, <https://wpolityce.pl/spoleczenstwo/530721-polacy-nie-wierza-ze-szczepionka-zakoczy-pandemie-sprawdz>.

²⁵⁵ U. Beck, *Społeczeństwa ryzyka...*, wyd. cyt., s. 33.

zycji oparty jest na jakości wyższego wykształcenia. Jeśli przyjrzymy się temu, co obecnie dzieje się z edukacją w czasie pandemii (w czasie której nierówności edukacyjne zostały pogłębione), to w nieodległej przyszłości można się spodziewać dalszego procesu zamykania się struktury społecznej.

Skutki tego pęknięcia i narastającego dystansu między zdominowanymi a dominującymi widzimy w sporze politycznym. Jest on niczym innym jak walką klas i próbą podporządkowania sobie przez dominującą klasę osób należących do klasy zdominowanych. Nie należy się łudzić, obecne neoliberalne rozwiązania w społeczeństwie będą nasilać nierówności społeczne. Rosnąca frustracja, zawiedzione nadzieje i poczucie krzywdy mogą jeszcze dać ujście w najmniej spodziewanym momencie. Jeśli do tego dodamy, że kondycja społeczna zostanie znacznie nadszarpnięta przez pandemię i jej negatywne konsekwencje, to scenariusz społecznej rebelii, ale w wykonaniu tym razem klas zdominowanych, nie jest wykluczony. W tym momencie to dominujący, którzy zostali zepchani do defensywy po wielkich politycznych przemianach, w ostatnich latach częściej dają o sobie znać poprzez kwestionowanie i kontestację władzy. Pandemia i jej skutki mogą znacząco wpłynąć na to, co będzie się działo na polu politycznym w przyszłości. Polityczny potencjał katastrof jest duży i nieprzewidywalny.

Badania zreferowane w niniejszej publikacji miały na celu pokazanie traumy pandemii, a dokładniej mechanizmów powstawania owej traumy i wzajemnych powiązań między jej poszczególnymi elementami. Cel został osiągnięty. Dzięki uzyskanym rezultatom badawczym w pewnym przybliżeniu możemy opisać zarówno przyczyny traumy, jak i jej główne reprezentacje.

O tym, że pandemia jest potężnym urazem psychicznym w masowej skali, wiemy nie od dziś. Mówiło o tym wielu psychologów, psychiatrów²⁵⁶. Jednakże w tych wypowiedziach brakuje dowodów. Są to tylko spekulacje i bardziej teoretyczne rozważania bądź wiedza pochodząca z obserwacji pacjentów z gabinetów psychoterapeutycznych. Stąd powstał zamysł, aby zebrać dowody i sprawdzić, na ile socjologiczna koncepcja traumy będzie zdolna do uchwycenia psychospołecznych skutków pandemii.

Trauma pandemii jest obecna w polskim społeczeństwie. Biorąc pod uwagę źródła tych urazów należy wskazać, że pandemia koronowirusa wywołała traumę kulturową. Jej zarzewiem obok zagrożenia utraty życia i zdrowia stała się utrata

²⁵⁶ D. Dudek, *Przechodzimy właśnie przez zbiorową traumę. A po niej nic nie będzie już takie, jak wcześniej*, <https://plus.gazetakrakowska.pl/przechodzimy-wlasnie-przez-zbiorowa-traume-a-po-niej-nic-nie-bedzie-juz-takie-jak-wczesniej-wywiad-z-psychiatra/ar/c14-14869247> [dostęp 26.05.2020].

kontroli nad życiem. Na ten fakt wskazuje też Leder, twierdząc, że „dla ogromnej większości zachodnich społeczeństw do niedawna życie było w zasadzie przewidywalne. I ta nieprzewidywalność, która się pojawiła, ryzyko, że grozi nam już nie tylko porażka ekonomiczna czy prestiżowa, ale dużo gorsze rzeczy – to jest coś, co wywołuje lęk w wielkiej skali”²⁵⁷. W największym stopniu ten problem może dotyczyć klasy średniej. Ze względu na swoje funkcje w społeczeństwie doznała ona szoku pod wpływem załamania zinternalizowanych przez nią norm kulturowych. Stało się tak, ponieważ klasy średnie ze względu na posiadane wykształcenie czują się wolne, patrzą w przyszłość z pewnością siebie i zaufaniem do własnych sił. Są zmotywowane do wysiłku, wytężonej pracy, inwestują we własny rozwój²⁵⁸. Pandemia udzieliła społeczeństwu lekcji pokory. Uświadomiła kruchość ludzkiej egzystencji i pokazała, że dotychczasowe pewniki tracą swoje kotwice, a w ich miejsce pojawia się bezradność oraz ryzyko, którego się nie da kontrolować.

Po traumie inicjalnej pojawiła się trauma wtórna, która została wywołana lockdownem. Chodzi tu o wprowadzenie ograniczeń związanych z dystansem społecznym, zamknięciem instytucji, zmianą nawyków życiowych. Innymi słowy, traumę wywołały działania rządu mające na celu zatrzymanie szybkiego rozprzestrzeniania się COVID-19. Pojawiają się też niezamierzone skutki owych działań, które uderzają w interesy ekonomiczne. Tu podobnie jak poprzednio – w największym stopniu utrata zasobów dotknęła klasy średniej. Sam lockdown uderzył w przedsiębiorców oraz ludzi zatrudnionych w administracji, turystyce, gastronomii i usługach. Klasa średnia też częściej została pozbawiona różnych dóbr i wartości. Zamknięcie placówek kultury, rozrywki, sportu oraz zamknięcie granic uniemożliwiły zaspokojenie potrzeb wyższego rzędu, wywołując frustrację i niepokój. Dodatkowo pojawiają się traumy aktualne – strach wywołany przez media poprzez informacje na temat pandemii, zagrożeń mogących przyjść po pandemii, groźniejszej mutacji COVID-19, nadchodzącego kryzysu gospodarczego, prób ograniczania wolności przez rząd, niszczenia państwa przez wrogów demokracji, etc. Traumy te są indukowane w dużym stopniu przez media i polityków, obliczone na mobilizację elektoratu i podtrzymywanie w gotowości bojowej żelaznego elektoratu. Można by nawiązać do wcześniejszego podziału na dominujących i zdominowanych oraz wskazać, że te dwie grupy są pod wpływem innych mediów i mają inną wrażliwość. Dla jednej klasy dane wydarzenie stanowi traumę, a w drugiej jest ono rozbrajane i dekonstruowane.

²⁵⁷ A. Jucewicz, T. Kwaśniewski, *Niepewni...*, wyd. cyt., s. 34.

²⁵⁸ H. Domański, *Struktura społeczna...*, wyd. cyt., s. 84.

Widać w polskim społeczeństwie symptomy traumy COVID-19 takie jak lęk, strach, depresja. Problemem jest też stres wywołany przez trwający od dłuższego czasu wysiłek adaptacyjny. Aczkolwiek szacowanie skutków traumy pandemii będzie trwało lata i niektóre mogą się ujawniać później. Należy pamiętać, że badania zrobiono przed drugą falą pandemii, która była znacznie dotkliwsza dla społeczeństwa niż pierwsza.

Analizy pokazały, że bardziej uodpornieni na traumę byli respondenci wyposażeni w kapitały. Jednym z czynników, który wzmacniał negatywne oddziaływanie pandemii COVID-19 na kondycję społeczeństwa był neurotyzm. On to miał duży wpływ na pojawienie się symptomów traumy. Niestety ludzie o niestabilnej osobowości, mający problemy z negatywnymi emocjami, są głównymi ofiarami traumy. Warto też zadać sobie pytanie o to, jak silny będzie wpływ traumy na kondycję psychiczną społeczeństwa. Już można zaobserwować neurotyzację młodej generacji. Jeśli stanie się to cechą pokoleniową, to społeczeństwo będzie płacić spory rachunek za pandemię i jej skutki uboczne. W odporności na traumę liczy się też kapitał społeczny. Wsparcie społeczne, sieci, w jakich jednostki funkcjonują, pomagają przetrwać trudne chwile i są pomocne w dostarczaniu rzeczowego i emocjonalnego wsparcia.

Zaobserwowano też reakcje na traumę, które można sprowadzić do dwóch działań. Jedne są zorientowane na usunięcie źródeł traumy i zabezpieczenie się przed pandemią i jej niebezpieczeństwami. Można mówić tutaj o aktywnych strategiach wymierzonych w zagrożenie. Drugą strategią jest działanie na emocje. Za pomocą mechanizmów obronnych czy też środków psychoaktywnych jednostka dąży do uśmierzenia bólu związanego z pandemią koronawirusa.

Tak jak już kilka razy wspomiano, trauma pandemii uderzyła przede wszystkim w klasę średnią, gdyż to jej styl życia został radykalnie zmieniony i narażona została na utratę zasobów. Dla przedstawiciela niższej klasy nadejście koronawirusa mogło być mniej dotkliwe. Żyjący z dala od metropolii mogli jej nie doświadczyć, szczególnie starsi, żyjący swoim rytmem. Ograniczenia na rynku pracy ich nie dotyczą, a życie społeczne ograniczają do kręgów rodzinnych. Inaczej to odczuli ludzie z klasy średniej, którzy są aktywni, ciągle w ruchu i projektują w przyszłość swoje życie, starając wszystko dokładnie zaplanować.

Na koniec można wskazać dwa scenariusze na przyszłość. Optymistyczny zakłada koncepcja dezintegracji pozytywnej. Dzięki pandemii dochodzi do rozbicia starych struktur i na ich miejsce nadbudowują się nowe. Społeczeństwo staje się bardziej refleksyjne, świadome własnych ułomności i mimo istniejących różnic

społecznych, politycznych i kulturowych jest w stanie ze sobą współpracować dla pomnażania dobra wspólnego. Jednostki przewartościowują swoje życie, zaczynają się kierować wartościami humanistycznymi, postmaterialistycznymi. Zachodzi wewnętrzna przemiana i odradza się solidarność, wzajemność i zaufanie. Są ku temu przesłanki, gdyż jak pokazują wyniki badań, dobrostan psychologiczny Polaków nie został naruszony i daje on szansę na wyjście z traumy po ustaniu pandemii. Jest zatem potencjał twórczej autotransformacji w społeczeństwie.

Może się też pojawić zgoła odmienna rzeczywistość. W wyniku długotrwałego napięcia i walki z zagrożeniem pandemią społeczeństwo zostaje pogrążone w marazmie i bezradności. Na skutek długotrwałej deprivacji potrzeb nasila się frustracja i agresja. Wzajemne oskarżenia polityków, podżeganie do konfliktu przez media prowadzą do jeszcze mocniejszych podziałów i antagonizmów, które są obliczone na polityczne korzyści każdej ze stron sporu politycznego. Sytuacja jest niebezpieczna i mogąca się wymknąć spod kontroli, gdyż do tej pory klasa średnia jako stabilizator społeczeństwa jest poddana największej traumie. To czyni z niej wielce niebezpieczny ładunek wybuchowy, na którym do tej pory opierało się społeczeństwo. Trudno jest przewidzieć w tym momencie rozwój wypadków w gospodarce. Nie można wykluczyć, że przedstawiciele klasy średniej nie zostaną po raz kolejny narażeni na utratę zasobów. Z jednej strony, klasie średniej może grozić dalsze osłabienie i wzrost nastrojów radykalnych. Z drugiej strony, co jest równie niebezpieczne dla społecznego rozwoju, negatywne skutki lockdownu mogą doprowadzić klasę średnią do powstania wyuczonej bezradności. Utrata poczucia własnego sprawstwa, kontroli nad zdarzeniami, bezradność i przekonanie, że nic nie można zrobić, będzie zabójcze dla gospodarki. Niestety i tutaj z prowadzonych badań wynika, że są przesłanki dla rozwoju tego scenariusza. Niewielu respondentów widziało przysłowiowe światelko w tunelu w czasie badań. Wpływ pandemii na społeczeństwo też postrzegano jednoznacznie negatywnie. Biorąc pod uwagę niesprzyjający kontekst, czyli wzrost nierówności, kryzyś ekonomiczny, konflikt polityczny i radykalizację nastrojów po obu stronach politycznej barykady, należy założyć, że ten scenariusz nie jest całkiem niemożliwy.

Bibliografia

- Ahmad A.R., Murad H.R., *The Impact of Social Media on Panic During the COVID-19 Pandemic in Iraqi Kurdistan: Online Questionnaire Study*. Journal of Medical Internet Research, 2020, 22(5), e19556. <https://doi.org/10.2196/19556>.
- Ahorsu D., Lin C., Imani V., Saffari M., Griffiths M., Pakpour M., *The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation*, International Journal of Mental Health and Addiction, 1-9. 2020. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00270-8>.
- Alexander J., Eyerman R., Giesen B., Smelser N., Sztompka P., *Cultural trauma and collective identity*, Berkeley, University of California Press 2004.
- Alexander J., *Znaczenia społeczne*, Nomos, Kraków 2010.
- Argyle M., *Przyczyny i korelaty szczęścia*, [w:] J. Czapiński (red.), *Psychologia szczęścia*, PWN, Warszawa 2004.
- Babicki M., Mastalerz-Migas A., *Występowanie zaburzeń lękowych wśród Polaków w dobie pandemii COVID-19*, Psychiatria Polska, nr 188, 2020.
- Badora B., *Wartości w czasach zarazy*, CBOS, Warszawa 2020.
- Bauman Z., *Płynny lęk*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 2008.
- Beck U., *Spółczesność ryzyka*, Scholar, Warszawa 2002.
- Boudon R., *Efekt odwrócenia*, Oficyna Wydawnicza, Warszawa 2008.
- Brooks S.K., Webster R.K., Smith L.E., Woodland L., Wessely S., Greenberg N. et al., *The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence*, Lancet. 2020;395:912-920.
- Brown S., Schuman D.L., *Suicide in the Time of COVID-19: A Perfect Storm*, The Journal of Rural Health, 2021, 37(1), 211-214. <https://doi.org/10.1111/jrh.12458>.
- Brzozowski P., Drwal R., *Kwestionariusz Osobowości Eysencka. Polska adaptacja EPQ-R. Podręcznik, Pracownia Testów Psychologicznych*, Warszawa 1995.
- Butcher J., Hooley J., Mineka S., *Psychologia zaburzeń*, GWP, Sopot 2017.
- Castells M., *Sieci oburzenia i nadziei*, PWN, Warszawa 2013.
- Chodkiewicz J., *Raport z pierwszej części badań: Życie w dobie pandemii*, <http://psych.uni.lodz.pl/wp-content/uploads/2020/05/RAPORT-PIERWSZY-ETAP.pdf>.
- Cybulska A., Pankowski K., *Koronasceptycyzm, czyli kto nie wierzy w zagrożenie epidemią*, CBOS, Warszawa 2020.
- Cybulska A., Pankowski K., *Życie codzienne w czasach zarazy*, CBOS, Warszawa 2020.
- Czapiński J., Panek T. (red.), *Diagnoza Społeczna 2015*, s. 268. <http://www.diagnoza.com/>.
- Czapiński J., *Psychologiczne teorie szczęścia*, [w:] J. Czapiński (red.), *Psychologia szczęścia*, PWN, Warszawa 2004.

- Czerwiński M., *Wstęp*, [w:] Kępiński A., *Lęk*, Sagittarius, Warszawa 1995.
- Dane potwierdzają, że pandemia odbija się na naszej psychice, http://www.radiokrakow.pl/wiadomosci/aktualnosci/dane-potwierdzaja-pandemia-odbija-sie-na-naszej-psychice/?fbclid=IwAR09JS_IQGkflCs8D95ru3vZsA6dkuTWvfRx7F7VR2Wt2WkXwE5jCXc93aw/.
- Dąbrowski K., *Dezintegracja pozytywna*, PiW, Warszawa 1979.
- De Barbaro B., *Niepewność może być dobra*, https://kulturaliberalna.pl/2020/05/19/de-barbaro-niepewnosc-moze-byc-dobra/?fbclid=IwAR2ml-SR_7iBBikc85V71kuffdkd4Tr-rw3LJW3zcphG4WDISnzYnHPQnY.
- Demertzis N., Eyerman R., COVID-19 as cultural trauma, *American Journal of Cultural Sociology*, volume 8, 428–450 (2020). <https://doi.org/10.1057/s41290-020-00112-z>.
- Devlin K., Nicholas K., *As Pandemic Continues, More in U.S. and Europe Feel Major Impact on Their Lives*, <https://www.pewresearch.org/global/2021/02/03/as-pandemic-continues-more-in-u-s-and-europe-feel-major-impact-on-their-lives/>.
- Dingwall R., Hoffman L.M., Staniland K., *Introduction: why a Sociology of Pandemics?* *Sociology of Health & Illness*, 2013, 35: 167-173. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.12019>.
- Długosz P., *Blaski i cienie zdalnej edukacji wśród uczniów z obszarów wiejskich*, [w:] N. Pikuła, K. Jagielska, J. Łukasik (red.), *Wyzwania dla edukacji w sytuacji pandemii COVID-19*, Scriptum, Kraków 2020.
- Długosz P., Forys G., *Zdalne nauczanie na Uniwersytecie Pedagogicznym im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie z perspektywy studentów i wykładowców*, Wydawnictwo UP, Kraków 2020.
- Długosz P., Kryvachuk L., Shyyan O., *Praktyki społeczne w czasie pandemii COVID-19 wśród polskiej i ukraińskiej młodzieży*, Academicon, Lublin 2021.
- Długosz P., *Neurotyczne pokolenie koronawirusa?* <https://wszystkoconajwazniejsze.pl/prof-piotr-dlugosz-neurotyczne-pokolenie-koronawirusa/>.
- Długosz P., *Przemiany wartości życiowych krakowian pod wpływem pandemii*, <https://ifis.up.krakow.pl/wp-content/uploads/sites/9/2020/05/Przemiany-warto%C5%9Bci-krakowian-w-obliczu-pandemii.pdf>.
- Długosz P., *Raport z badań: Krakowska młodzież w warunkach kwarantanny COVID-19*, <https://ifis.up.krakow.pl/wp-content/uploads/sites/9/2020/04/Krakowska-m%C5%82odziedz-COVID19.pdf>.
- Długosz P., *Raport z II etapu badań studentów UP. Opinia na temat zdalnego nauczania i samopoczucia psychicznego*, IFiS UP. Pozyskano z: <https://ifis.up.krakow.pl/wp-content/uploads/sites/9/2020/06/Raport-z-II-fali-bada%C5%84-student%C3%B3w-UP-.pdf>.
- Długosz P., *Trauma wielkiej zmiany na Podkarpaciu*, Nomos, Kraków 2008.
- Domański H., *Struktura społeczna*, Scholar, Warszawa 2004.
- Dudek D., *Przejdziemy właśnie przez zbiorową traumę. A po niej nic nie będzie już takie, jak wcześniej*, <https://plus.gazetakrakowska.pl/przechodzimy-wlasnie-przez-zbiorowa-traume-a-po-niej-nic-nie-bedzie-juz-takie-jak-wczesniej-wywiad-z-psychiatra/ar/c14-14869247> [dostęp 26.05.2020].
- Durkheim E., *Samobójstwo*, Oficyna Naukowa, Warszawa 2006.
- Duszyński J., Afelt A., Ochab-Marcinek A., Owczuk R., Pyrc K., Rosińska M., Rychard A., Smiatcz T., *Zrozumieć COVID-19*, PAN, Warszawa 2020.
- Feliński M., *Korzystanie z internetu*, CBOS, Warszawa 2020.

- Feliksiak M., *Zadowolenie z życia*, CBOS, Warszawa 2021.
- French M., Mykhalovskiy E., *Public health intelligence and the detection of potential pandemics*, *Sociology of Health & Illness*, 2013, 35: 174-187. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9566.2012.01536.x>.
- Fromm E., *Mieć czy być?* Rebis, Poznań 2000.
- Fromm E., *Ucieczka od wolności*, Czytelnik, Warszawa 2000.
- Fromm E., *Zdrowe społeczeństwo*, Vis-a-vis / Etiuda, Kraków 2012.
- Gambin M. i in., *Objawy depresji i lęku wśród Polaków w trakcie epidemii COVID-19. Raport z badań podłużnych*, http://psych.uw.edu.pl/wp-content/uploads/sites/98/2021/01/Raport_objawy_depresji_leku_IV_fale.pdf.
- Garfin D.R., Silver R.C., Holman E.A., *The novel coronavirus (COVID-2019) outbreak: Amplification of public health consequences by media exposure*, *Health Psychology*, 2020, 39(5), 355-357.
- Giddens A., *Nowoczesność i tożsamość*, PWN, Warszawa 2002.
- Hamer K., Baran M., *Wpływ pandemii COVID-19 na zachowania, postawy i dobrostan Polaków*, Warszawa 2021. <https://covid19psychologia.com/2021/02/22/podsumowanie-wplyw-pandemii-na-zachowania-postawy-i-dobrostan-polakow-w-2020-roku>.
- Heitzman J., *Wpływ pandemii COVID-19 na zdrowie psychiczne*, *Psychiatria Polska*, nr.54, 2020.
- Heszen I., *Psychologia stresu*, PWN, Warszawa 2013.
- Hobfoll S., *Stres, kultura i społeczeństwo*, GWP, Gdańsk 2006.
- Hoerger M., Alonzi S., Perry L.M., Voss H.M., Easwar S., Gerhart J.L., *Impact of the COVID-19 pandemic on mental health: Real-time surveillance using Google Trends*, *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 2020, 12(6), 567-568. <https://doi.org/10.1037/tra0000872>.
- Horney K., *Neurotyczna osobowość naszych czasów*, PWN, Warszawa 1982.
- Huremović D. (eds.), *Psychiatry of Pandemics. A Mental Health Response to Infection Outbreak*, Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-15346-5_4.
- Inglehart R., *Pojawienie się wartości postmaterialistycznych*, [w:] P. Sztompka, M. Kucia (red.), *Socjologia. Lektury*, Znak, Kraków 2006.
- Izdebski Z., *Zdrowie, relacje w związkach i życie seksualne Polek i Polaków w czasach pandemii COVID-19*, <https://www.uw.edu.pl/zdrowie-relacje-w-zwiazkach-i-zycie-seksualne-polakow/>.
- Jaki był rok 2020?* CBOS. Warszawa, 2020. https://www.cbos.pl/EN/publications/reports/2020/167_20.pdf.
- Javakhishvili J.D., Ardino V., Bragesjö V., Kazlauskas E., Olf M., Schäfer I., *Trauma-informed responses in addressing public mental health consequences of the COVID-19 pandemic: position paper of the European Society for Traumatic Stress Studies (ESTSS)*, *European Journal of Psychotraumatology*, 2020, 11:1, 1780782, DOI: 10.1080/20008198.2020.1780782.
- Johnson M.T., Johnson E.A., Webber L., Nettle D., *Mitigating social and economic sources of trauma: The need for universal basic income during the coronavirus pandemic*, *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 2020, 12(S1), S191-S192. <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000739>.
- Jucewicz A., Kwaśniewski T., *Niepełni*, Wydawnictwo Agora, Warszawa 2020.
- Kaniasty K., *Kłęska żywiołowa czy katastrofa społeczna*, GWP, Gdańsk 2003.

- Kendall-Tackett A.K. (eds.), *COVID-19: Insights on the Pandemic's Traumatic Effects and Global Implications*, Special Issue of Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy. <https://www.apa.org/pubs/journals/special/tra-covid-19>.
- Kessler Psychological Distress Scale (K10), https://www.tac.vic.gov.au/files-to-move/media/upload/k10_english.pdf.
- Kessler R., Barker P., Colpe L., Epstein J., Gfroerer J., Hiripi E., *Screening for serious mental illness in the general population*, Arch Gen Psychiatry. 2003 Feb;60(2):184-9.
- Kępiński A., *Lęk*, Stigittarius, Warszawa 1995.
- Kępiński A., *Psychopatologia nerwic*, Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, Warszawa 1986.
- Kępiński A., *Rytm życia*, Stigittarius, Warszawa 1992.
- Kluth A., *Tęgoroczne protesty to dopiero początek. Świat wkracza w epokę niepokoju społecznych*, <https://forsal.pl/lifestyle/psychologia/artykuly/8012875.pandemia-covid-protesty-to-dopiero-poczatek-swiat-wkracza-w-epoke-niepokoju-spoecznych-opinia.html>.
- Kochhar R., *Unemployment rose higher in three months of COVID-19 than it did in two years of the Great Recession*, <https://www.pewresearch.org/fact-tank/2020/06/11/unemployment-rose-higher-in-three-months-of-covid-19-than-it-did-in-two-years-of-the-great-recession/>.
- Koronawirus. *Niepokojące dane o młodzieży. Coraz większy problem rodziców*, <https://www.o2.pl/informacje/koronawirus-niepokoja-dane-o-mlodziezy-coraz-wiekszy-problem-rodzicow-6576375774706304a>.
- Kossowska M., Letki N., Zaleskiewicz T., Wichary S., *Człowiek w obliczu pandemii*, Smak Słowa, Sopot 2020.
- Krastew I., *Nadeszło jutro. Jak pandemia zmienia Europę*, Wydawnictwo Krytyki Politycznej, Warszawa 2020.
- Kukanow S., Nawrocka D., *Badanie zdrowia psychicznego Polaków podczas pandemii COVID-19*, 2020, <https://swresearch.pl/raporty/badanie-zdrowia-psychicznego-polakow-podczas-pandemii-covid-19-kukanow-nawrocka-sw-research>.
- Lazarus R., Folkman S., *Stress, Appraisal and Coping*, Springer, Now York. 1984.
- Łosiak W., *Psychologia stresu*, WAiP, Warszawa 2008.
- Malesza M., Kaczmarek M.C., *Predictors of anxiety during the COVID-19 pandemic in Poland. Personality and Individual Differences*, 2021, 170, 110419. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110419>.
- Marody M., *Żeglując po wzburzonym morzu*, [w:] M. Marody, J. Konieczna-Salamatin, M. Sawicka, S. Mandes, G. Kacprowicz, K. Bulkowski, J. Bartkowski, *Społeczeństwo na zakręcie*, Scholar, Warszawa 2019.
- Masiero M., Mazzocco K., Harnois C., Cropley M. & Pravettoni G., *From Individual To Social Trauma: Sources Of Everyday Trauma In Italy, The US And UK During The Covid-19 Pandemic*, Journal of Trauma & Dissociation, 2020. 21:5, 513-519, DOI: 10.1080/15299732.2020.1787296.
- Mertens G., Gerritsen L., Duijndam S., Saleminck E., Engelhard I.E., *Fear of the coronavirus (COVID-19): Predictors in an online study conducted in March 2020*, Journal of Anxiety Disorders, 2020, 74, 102258. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102258>.
- Merton R., *Teoria socjologiczna i struktura społeczna*, PWN, Warszawa 2002.

- Miller E., *The COVID-19 Pandemic Crisis: The Loss and Trauma Event of Our Time*, Journal of Loss and Trauma, 2020, 25:6-7, 560-572, DOI: 10.1080/15325024.2020.1759217.
- Mimo pandemii koronawirusa liczba samobójstw w Polsce spada*, <https://www.rp.pl/Spoleczenstwo/312169878-Mimo-pandemii-koronawirusa-liczba-samobojstw-w-Polsce-spada.html>.
- More than 87,000 scientific papers on coronavirus since pandemic*, https://news.osu.edu/more-than-87000-scientific-papers-on-coronavirus-since-pandemic/?fbclid=IwAR0Exflx7x1ieyGIONtMMLAmb9yL3_sQQbkJyKKPmxK01uNMuN5YKmUiIrk.
- Nalaskowski A., *Wielkie zatrzymanie. Co się stało z ludźmi*, Biały Kruk, Kraków 2020.
- Nauczanie zdalne. Jak wygląda w naszych domach. Raport z badania ankietowego*, (2020). Librus, Pozyskano z: https://www.librus.pl/wp-content/uploads/2020/06/Nauczanie_zdalne_jak_wyglada_w_naszyc_domach_raport_kwiecien_2020.pdf.
- Nikčević A., Spada M., *The COVID-19 Anxiety Syndrome Scale: development and psychometric properties*, Psychiatry Research, 292, 113322.2020.
- Nikčević A.V., Marino C., Kolubinski D.C., Leach D., Spada M.M., *Modelling the contribution of the Big Five personality traits, health anxiety, and COVID-19 psychological distress to generalised anxiety and depressive symptoms during the COVID-19 pandemic*, Journal of Affective Disorders. 2021 Jan; 279:578-584. DOI: 10.1016/j.jad.2020.10.053.
- Omyła-Rudzka M., *Edukacja zdalna – doświadczenia i oceny*, CBOS, Warszawa 2021.
- Orwid M., *Trauma*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 2009.
- Pandemia koronawirusa w opinii Polaków*, CBOS, Warszawa 2020.
- Pervin L., *Psychologia osobowości*, GWP, Sopot 2000.
- Pickersgill M., *Pandemic Sociology, Engaging Science, Technology, and Society* 6 (2020), 347-350.
- Pietkiewicz I., Tomalski R., *Zaburzenia związane z traumą – perspektywa teoretyczna*, Czasopismo Psychologiczne – Psychological Journal 2018, 24.
- Plebańska M., Szyller A., Sieńczewska M., *Raport-Edukacja zdalna w czasach Covid-19*. Pozyskano z: https://files.librus.pl/articles/00pic/20/07/09/librus/a-nauczanie_zdalne_oczami_nauczycieli_i_uczniow_RAPORT.pdf.
- Pollard M., Tucker J., Green H., *Changes in Adult Alcohol Use and Consequences During the COVID-19 Pandemic in the US*, JAMA Netw Open. 2020;3(9):e2022942. doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.22942.
- Ponad milion publikacji o koronawirusie*, <https://psmm.pl/informacja-prasowa/ponad-milion-publicacji-o-koronawirusie>.
- Prati G., Mancini A.D., *The Psychological Impact of COVID-19 Pandemic Lockdowns: A Review and Meta-Analysis of Longitudinal Studies and Natural Experiments*, 2021, <https://doi.org/10.1017/S0033291721000015>.
- Przyszłość koronawirusa i jego wariantów jest nieznana*, <https://naukawpolsce.pap.pl/aktualnosci/news%2C86372%2Cwlochy-dr-tarkowski-przyszlosc-koronawirusa-i-jego-wariantow-jest-nieznana>.
- Puls Medycyny, GUS: *w październiku duży wzrost liczby zgonów*. <https://pulsmedycyny.pl/gus-w-pazdzierniku-2020-r-duzy-wzrost-liczby-zgonow-1007918>.
- Raport o stanie edukacji 2010*, IBE, Warszawa 2011.

- Raport z badania *Kształcenie na odległość oczami nauczycieli, dyrektorów szkół, uczniów i rodziców*, <https://mcdn.edu.pl/3d-flip-book/raport-z-badania-ksztalcenie-na-odleglosc-oczami-nauczycieli-dyrektorow-szkol-uczniow-i-rodzicow//>.
- Riehm K.E., Holingue C., Kalb L.G., Bennett D., Kapteyn A., Jiang Q., Veldhuis C.B., Johnson R.M., Fallin M.D., Kreuter F., Stuart E.A., Thrul J., *Associations Between Media Exposure and Mental Distress Among U.S. Adults at the Beginning of the COVID-19 Pandemic*, *American Journal of Preventive Medicine*, 2020, 59(5), 630–638. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2020.06.008>.
- Riesman D., *Samotny tłum*, Vis-á-Vis/Etudiada, Kraków 2011.
- Roguska B., *Motywy głosowania w wyborach prezydenckich 2020*, CBOS, Warszawa 2020. https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2020/K_097_20.PDF.
- Roguska B., *Obawy przed zakażeniem koronawirusem i ocena działań rządu w lutym*, CBOS, Warszawa 2021.
- Rosyjscy oligarchowie wykupują respiratory*, <https://www.pb.pl/rosyjscy-oligarchowie-wykupuja-respiratory-985966>
- Scovil J., *Aktywności i doświadczenia Polaków w 2020 roku*, CBOS, Warszawa 2021.
- Scovil J., *Samopoczucie Polaków w 2020*, CBOS, Warszawa 2021.
- Seligman M., *Optymizmu można się nauczyć*, Media Rodzina, Poznań 2002.
- Sherlaw W., Raude J., *Why the French did not choose to panic: a dynamic analysis of the public response to the influenza pandemic*, *Sociology of Health & Illness*, 2013, 35: 332-344. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9566.2012.01525.x>.
- Siek S., *Pranie mózgu*, ATK, Warszawa 1995.
- Stanowisko 9. zespołu ds. COVID-19 przy Prezesie PAN: *Scenariusze na 2021 rok*, https://informacje.pan.pl/index.php/informacje/materialy-dla-prasy/3218-stanowisko-9-zespołu-ds-covid-19-przy-prezesie-pan-scenariusze-na-2021-rok?fbclid=IwAR26Lau5VQlWJdjen9VtF3dGoWUMW edFEckUXKsVqWcQLu7sUqraXRUmP2U#.X_mZtD0gSRs.facebook.
- Strong P., *Epidemic psychology: a model*, *Sociology of Health & Illness*, 1990, 12: 249-259. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.ep11347150>.
- Szaban D., Trzop B., *Zapiski Lubaszan z „Czasów Zarazy 2020”*, Elipsa, Warszawa 2020.
- Szczepański J., *Elementarne pojęcia socjologii*, PWN, Warszawa 1972.
- Sztompka P., *Trauma wielkiej zmiany*, ISP PAN, Warszawa, 2000.
- Sztompka P., *Socjologia*, Znak, Kraków 2002.
- Sztompka P., *Socjologia zmian społecznych*, Przeł. J. Konieczny, Znak, Kraków 2005.
- Sztompka P., *Zaufanie*, Znak, Kraków 2007.
- Sztompka P., *Kapitał Społeczny*, Znak, Kraków 2016.
- Sztompka P., *Słownik socjologiczny 1000 pojęć*, Znak, Kraków 2020.
- Taylor S., *The psychology of pandemics: Preparing for the next global outbreak of infectious disease*, Cambridge Scholars Publishing 2019.
- Toffler A., *Szok przyszłości*, Zysk i S-Ka, Poznań 1998.
- Trendy*, https://www.cbos.pl/PL/trendy/trendy.php?trend_parametr=zadowolenie_z_zycia.
- Twenge J., *iGen. Dlaczego dzieciaki dorastające w sieci są mniej zbuntowane, bardziej tolerancyjne i mniej szczęśliwe i zupełnie nieprzygotowane do dorosłości*, Smak Słowa, Sopot 2019.

- Ward P., *A Sociology of the COVID-19 Pandemic: A Commentary and Research Agenda for Sociologists*, Journal of Sociology, vol. 56, no. 4, Dec. 2020, pp. 726-735, doi:10.1177/1440783320939682.
- Weinstein N., *Unrealistic optimism about future life events*, Journal of Personality and Social Psychology, 1980,39, 114-129.
- Wojciszke B., *Psychologia miłości*, GWP, Gdańsk 2009.
- WTO: *Pandemia może doprowadzić do kolejnego Wielkiego Kryzysu*, <https://forsal.pl/artykuly/146-8398,wto-pandemia-koronawirusa-moze-doprowadzic-do-kolejnego-wielkiego-kryzysu.html>.
- Zahorska M., *Sukces czy porażka zdalnego nauczania?* Fundacja im. Stefana Batorego, Warszawa 2020.
- Zimbardo F., Gerrig R., *Psychologia i życie*, PWN, Warszawa 2008.
- Zinn J. (ed.), *Social Theories of Risk and Uncertainty*, Blackwell, Oxford 2009.
- Żiżek S., *Pandemia! COVID-19 trzęsie światem*, Relacja, Warszawa 2020.
- Zwoliński A., *Od powietrza... Ludzie w czasie zarazy*, Petrus, Kraków 2020.
- 2020 год: итоги, <https://www.levada.ru/2020/12/29/2020-god-itogi/>

Strony WWW

- <https://pts.org.pl/badania/>
- <https://www.researchgate.net/community/COVID-19> <https://www.academia.edu/search?utf8=%E2%9C%93&q=covid-19>
- https://scholar.google.com/scholar?hl=pl&as_sdt=0%2C5&q=covid-19&btnG=
- <http://imas.pl/?go=blog>
- <https://www.cbos.pl/PL/publikacje/raporty.php>
- <https://www.kantar.com/campaigns/covid-19-barometer>
- <https://www.gfk.com/pl/prasa/trendkey-w-koronie?hsLang=pl>
- <https://pbs.pl/2020/05/wyniki-badania-c19-polacy-w-dobie-pandemii/>
- <https://pbs.pl/wp-content/uploads/2020/03/Poznaj.to-wyniki-badania-Koronawirus-tabele.pdf>
- https://www.ipsos.com/pl-pl/zmiana_a_nie_powr%C3%B3t_do%20postpandemicznej_normalno%C5%9Bci
- <https://panelariadna.pl/news/70>
- <https://www.nationalpandemicalarm.eu/pl/>
- <https://www.wirtualnemedial.pl/artykul/prof-andrzej-rzeplinski-nie-jestesmy-holota-wywiad-zemna-dla-dzienniku-gazecie-prawnej-zmanipulowano>
- <http://ranking.perspektywy.pl/2020/>
- <https://www.parp.gov.pl/component/site/site/bilans-kapitalu-ludzkiego#pobierzdane>
- <https://www.nationalpandemicalarm.eu/pl/2020-12-11?index=fear>
- <https://fdds.pl/wp-content/uploads/2020/11/Negatywne-doswiadczenia-mlodziezy-w-trakcie-pandemii.-Raport-z-badan-ilosciowych-1.pdf>
- https://www.ipsos.com/pl-pl/zmiana_a_nie_powr%C3%B3t_do%20postpandemicznej_normalno%C5%9Bci

<https://www.rmfm24.pl/raporty/raport-koronawirus-z-chin/polska/news-niedzielski-o-koronaparty-w-zakopanem-glupie-nieodpowiedzial,nId,5051201>

<https://bezprawnik.pl/biznesmeni-szczepieni-poza-kolejka/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=COVID-19>

<https://www.empik.com/empikultura/ksiazki-zwiazane-z-pandemia-koronawirusa,114897,a>

Trauma pandemii COVID-19 w polskim społeczeństwie

Analizy prowadzone w niniejszej książce można potraktować jako unikatowe, ponieważ badania zostały przeprowadzone na początku przedstawianego okresu, kiedy stosunek ludzi do tego, co się wokół nich dzieje, był jeszcze nieukształtowany, zaś wiedza na temat tego, jakie to będzie miało w dłuższej perspektywie konsekwencje oraz jak długo ten stan potrwa, była mimo wszystko niewielka.

Przystępny i przeglądowy charakter książki, trafne i skłaniające do refleksji wnioski stanowiąc będą z pewnością doskonale wprowadzenie do kontynuowania w przyszłości przez zainteresowanych badaczy jeszcze bardziej pogłębionych i zaawansowanych analiz w różnych obszarach i wymiarach rzeczywistości społecznej związanych z pandemią i jej konsekwencjami.

Z recenzji dr hab. Barbary Wiśniewskiej-Paź, prof. Uniwersytetu Wrocławskiego

W książce Piotra Długosza znajdujemy próbę wskazania i opisanie mechanizmów psychologicznych i społecznych, które są uruchamiane przez pandemię.

Na podkreślenie zasługuje sposób analizy i prezentacji wyników badań. Widać tu biegłość Autora w stosowaniu bardziej zaawansowanych technik analizy, wychodzących poza proste rozkłady odpowiedzi. Autor nie tylko stosuje analizy korelacyjną i czynnikową, ale co ważniejsze przekształca dane wyjściowe, tworzy indeksy na bazie konkretnych odpowiedzi, pozwalające na bardziej ogólny, a zarazem czytelniejszy opis badanych zjawisk.

Z recenzji dr. hab. Mariana Niezgody, prof. Uniwersytetu Jagiellońskiego

Piotr Długosz – dr hab. prof. UP, kierownik Zakładu Metodologii Badań Społecznych, wicedyrektor Instytutu Filozofii i Socjologii Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie im. KEN. Autor sześciu monografii, m.in. „Traumy wielkiej zmiany na Podkarpaciu”, Kraków 2008. Badacz traumy transformacji na Ukrainie (grant z NCN). Obecnie zajmuje się psychospołecznymi skutkami pandemii COVID-19. Publikuje w renomowanych czasopismach polskich i zagranicznych, np.: „Studia Polityczne”, „Frontiers Psychiatry”, „Personality and Individual Differences”, „Brain Sciences”.

CEDEWU.PL

+48 (22) 396 15 00
zamawiam@cedewu.pl

ISBN 978-83-8102-512-6



CENA 60 zł