

مقدمه

با همه گیری عالمگیر ویروس کرونا و گسترش روزافزون ترس و نگرانی مردم، موضوع بدنامی اجتماعی در ارتباط با فرد، افراد و یا مکان نهایی که با کروناویروس ارتباط دارند به یک دغدغه مهم اجتماعی تبدیل شده است . ابتلا به ویروس جدید کرونا و یا در معرض ابتلا بودن با انگ اجتماعی قابل توجهی همراه شده است. برای مثال بعضی افراد به اختصاص مراکزی برای درمان این بیماری در محله شان اعتراض کرده اند، بعضی در هنگام صحبت واژه های نامناسبی به کار می بریم، بعضی از ما برخورد نامناسبی با افراد ساکن یک منطقه خاص یا افراد با نشانه های بیماری داریم. اما چرا این ویروس می تواند این میزان انگ را ایجاد کند؟ چون ناشناخته است و ما از ناشناخته ها می ترسیم. چون گاهی راحت تر است که ترس از مسری بودن بیماری را به "دیگران" نسبت دهیم. هرچند این میزان از اضطراب، ترس و ابهام در جامعه قابل درک است اما متأسفانه دقیقاً همین عوامل باعث بازتولید کلیشه های زیان بار خواهد شد.

بدنامی (انگ) اجتماعی چیست؟

در حوزه های مرتبط با مسائل سلامت و بهداشت، بدنامی اجتماعی به ارتباط منفی بین فرد یا گروهی از افراد گفته میشود که ویژگی ها یا بیماری خاصی دارند .

در زمان شیوع بیماری، این بدنامی ممکن است به معنای برچسب خوردن افراد، رفتارهای کلیشه ای و تبعیض آمیز با آنها و یا تجربه از دست رفتن شأن اجتماعی شان به دلیل ارتباط با یک بیماری خاص باشد. انگ نگرش های منفی و رفتارهای تبعیض آمیز و طردکننده نسبت به فرد یا گروهی متفاوت است. این چنین رفتارهایی میتواند علاوه بر شخص بیمار، روی پرستاران، خانواده، دوستان و اجتماع آنها نیز تأثیر منفی بگذارد. حتی افرادی که بیمار نیستند اما خصوصیات مشترکی با افراد بیمار دارند نیز ممکن است دچار این بدنامی شوند. شیوع کووید ۱۹ موجب تحریک بدنامی اجتماعی و رفتار تبعیض آمیز با افراد از نژادهای خاص و همچنین همه کسانی شده است که به نوعی با ویروس در ارتباط بوده اند.

چرا کووید ۱۹ تا این اندازه موجب بدنامی (انگ) می شود؟

میزان بدنامی مرتبط با کووید ۱۹ بر پایه سه عامل اصلی میباشد:

۱- کووید ۱۹ یک بیماری جدید است که بسیاری از جنبه های آن هنوز ناشناخته است.

۲- ما اغلب از چیزهای ناشناخته می ترسیم

۳- کار بسیار ساده ای است که این ترس را به دیگران ارتباط دهیم.

این موضوع قابل درک است که سردرگمی، اضطراب و ترس در بین عموم مردم وجود دارد، اما متأسفانه این عوامل باعث تحریک رفتارهای نامناسب میشوند.

تأثیر این بدنامی (انگ) چیست؟

این بدنامی می تواند انسجام اجتماعی را تضعیف کرده و باعث انزوای اجتماعی احتمالی گروهی از افراد شود که ممکن است به وضعیتی منجر شوند که در آن حتی احتمال پخش ویروس بیشتر شود. این کار ممکن است به مشکلات بهداشتی شدیدتر و دشواری های عدیده تری در کنترل شیوع بیماری ختم شود. انگ زدن باعث از بین رفتن یکپارچگی جامعه و منزوی شدن گروهی از افراد می شود و افراد مبتلا به بیماری علاوه بر رنج و نگرانی بیماری، از نظر روانی نیز تحت فشار قرار گیرند.

بدنامی می تواند:

- باعث شود افراد به دلیل ترس از رفتار تبعیض آمیز بیماریشان را مخفی کنند.
- مانع از تلاش سریع افراد برای مراقبت های بهداشتی شود.
- آنها را از اتخاذ رفتارهای سالم دلسرد کند.

چگونه با بدنامی (انگ) اجتماعی مقابله کنیم؟

شواهد به وضوح نشان میدهد که بدنامی و ترس از بیماری های واگیردار مانع از پاسخگویی به این بیماری می شود. آنچه در این شرایط مفید است اعتماد به مراکز خدماتی و مشاورهای قابل اطمینان، همدردی با مبتلایان، شناخت دقیق بیماری و به کارگیری اقدامات مؤثر و عملی است تا مردم بتوانند از خود و عزیزانشان مراقبت کنند. نحوه صحبت کردن ما با افراد در مورد این بیماری در کمک به آنها در جهت اقدامات مؤثر و نبرد علیه بیماری و جلوگیری از دام زدن به ترس و بدنامی بسیار مهم است. لازم است محیط مناسبی به وجود آید که بتوان در آن به طور شفاف، صادقانه و مؤثر در مورد بیماری و تأثیر آن بحث کرد. در اینجا به چند نکته در مورد نحوه مقابله با این مشکل و جلوگیری از بدنامی اجتماعی اشاره میکنیم:

- **کلمات مهم هستند:** بایدها و نبایدها، هنگام صحبت کردن در مورد ویروس کرونای جدید (کووید ۱۹)
- **نقش خود را ایفا کنید:** ایده های ساده برای دور کردن این بدنامی
- **نکات مهم در ارتباط و پیام ها:** هنگام صحبت کردن در مورد بیماری کرونا، برخی کلمات (برای مثال موارد مشکوک به ابتلا، قرنطینه کردن و ...) و به طور کلی زبان مورد استفاده ممکن است معنایی منفی برای افراد داشته باشد و باعث بدتر شدن دیدگاهشان نسبت به بیماری شود. این کلمات می توانند باعث تداوم کلیشه ها و فرضیه های منفی موجود در

افراد شود، اطلاعات نادرست بین بیماری و عوامل دیگر را تحکیم کنند، موجب ایجاد ترس در افراد شوند و باعث شوند نسبت به مبتلایان دیدی منفی داشته باشیم.

این کار میتواند باعث دور شدن مردم از آزمایشات و قرنطینه شدنشان شود. ما زبان انگیزشی را در تمامی کانال های ارتباطی، شامل رسانه ها پیشنهاد می کنیم که به مردم احترام بگذارد و باعث قویتر شدن آنها شود. کلمات استفاده شده در رسانه ها بسیار مهم هستند زیرا این کلمات، زبان جامعه را در مورد ویروس جدید کرونا (کووید ۱۹) را شکل می دهند. الفاظ منفی می تواند بر روی نگرش و رفتار مردم نسبت به افراد مشکوک به ابتلا به ویروس جدید کرونا، مبتلایان و خانواده هایشان و جوامع مبتلا تأثیر منفی بگذارد.

بایدها و نبایدها:

در زیر به چند نمونه از بایدها و نبایدها هنگام صحبت کردن در مورد ویروس جدید کرونا (کووید ۱۹) اشاره می شود:

باید:

- هنگام صحبت کردن در مورد این ویروس، آن را ویروس جدید کرونا (کووید ۱۹) بنامید.
- از عباراتی مانند "افراد مبتلا به کووید- ۱۹"، "افراد تحت درمان بیماری کووید- ۱۹"، "افراد در حال بهبود از بیماری کووید- ۱۹" یا "افرادی که پس از ابتلا به کووید- ۱۹ فوت کردند" استفاده کنید.
- در مورد افراد، از واژه هایی مانند "ابتلا" به کووید ۱۹ استفاده کنید.
- در مورد خطر ابتلا به بیماری کووید ۱۹ بر اساس داده های علمی و آخرین توصیه های نهادهای بهداشتی صحبت کنید.
- در مورد بیماری، مثبت صحبت کنید و در مورد تأثیر اقدامات پیشگیرانه و درمان تأکید کنید. بسیاری از افراد میتوانند بر این بیماری غلبه کنند. اقدامات ساده ای وجود دارند که با انجام آنها خود، عزیزان و افراد آسیب پذیر را امن نگه داریم.
- در مورد تأثیر اقدامات پیشگیرانه به منظور جلوگیری از ابتلا به بیماری جدید کرونا و همچنین تست و درمان آن تأکید کنید.
- افراد سالمند و مبتلایان به بیماری زمینه ای به ویژه در معرض انگ هستند. مراقب افراد سالمند و این بیماران در خانواده و اجتماع باشیم و از آنها حمایت کنیم. برای مثال نگوئیم "خوشبختانه فقط افراد سالمند یا دارای بیماری زمینه ای در خطر مرگ و میر هستند" این عبارات برای افراد در معرض خطر ناراحت کننده است.
- ضمن رعایت توصیه های بهداشتی و آموزش روش های پیشگیری به اطرافیان، با افراد دارای نشانه های بیماری با خشم و طردکننده برخورد نکنیم. آنها را به استراحت در منزل و پیگیری درمان تشویق کنیم و حال شان را بپرسیم.
- به افراد بیماری که در خانه مراقبت می شوند، یادآوری کنیم جدا بودن فرد از دیگران و مجزا بودن وسایل، به معنی خشم یا طرد نیست، بلکه برای مدت کوتاه مراقبت و پیشگیری است.
- به شایعات یا اخبار در مورد ابتلای دوست و آشنا و همسایه دامن نزنیم. در زمان همه گیری بیماری همه باید مراقب باشیم.

نباید:

- ویروس را به مکانه‌ها یا نژادهای خاصی نسبت ندهید. این ویروس، "ویروس ووهان"، "ویروس چینی" و "ویروس آسیایی" نیست. نام رسمی این ویروس (کووید ۱۹) به طور عمده برای جلوگیری از بدنام شدن عده‌ای خاص انتخاب شد.
- استفاده از اصطلاحاتی که افراد مبتلا را مقصر تلقی میکند و ارزش انسانی آنها را پایین می‌آورد، این حس را در بقیه به وجود می‌آورد که اشخاص مبتلا مرتکب کار اشتباهی شده‌اند و جایگاه انسانی پایین تری نسبت به بقیه دارند. این حس به نوبه خود باعث تشدید بدنامی مبتلایان، گم شدن حس همدردی و بی تفاوتی نسبت به درمان بیماران و اقدام به تست و قرنطینه کردن افراد می‌شود.
- شایعات ناموثق را به اشتراک نگذارید و از اصطلاحات اغراق آمیز مانند "بیماری فاجعه بار" و "کشتار جمعی" که باعث ایجاد ترس میشوند اجتناب کنید.
- روی جنبه‌های منفی و پیامهای تهدیدآمیز تأکید نکنیم. ما بایستی با همدیگر تلاش کنیم و افراد آسیب پذیر را امن نگه داریم.

نقش خود را ایفا کنید:

- دولت‌ها، شهروندان، رسانه‌ها، افراد با نفوذ و جوامع نقشی بسیار مهمی در جلوگیری از بدنامی مردم چین و به طور کلی آسیا دارند. همه ما باید هنگام صحبت کردن در رسانه‌های اجتماعی و سایر تریبون‌های ارتباطی آگاهانه و مدبرانه صحبت کنیم و رفتاری حامیانه در برابر ویروس کرونا از خود نشان دهیم.
- در اینجا چند مثال و نکته را در مورد اقدامات احتمالی در مقابله با عقاید بدبینانه ذکر میکنیم:
- انتشار حقایق: بدنامی میتواند با دانش ناکافی در مورد نحوه گسترش و درمان ویروس کرونا و نحوه پیشگیری از ابتلای سایرین افزایش پیدا کند. در پاسخ به اینگونه رفتارها، اطلاعات دقیقی را از کشورها و مناطق آلوده، آسیب‌پذیری افراد و گروه‌ها در برابر کووید ۱۹، راه‌های درمان آن و نهادهای ارائه دهنده خدمات بهداشتی جمع‌آوری، یکپارچه و ارائه دهید. با زبان ساده مسائل را توضیح دهید و از اصطلاحات تخصصی و پزشکی پرهیز کنید. رسانه‌های اجتماعی مکان مناسبی هستند که شما با هزینه‌های کم به تعداد زیادی از افراد دسترسی دارید. (برای مثال کشور نیجریه در هنگام انتشار بیماری ابولا در سال ۲۰۱۴ که ۳ کشور دیگر را نیز در غرب آفریقا درگیر کرد، افرادی را مأمور کرد تا اطلاعات صحیح را در فیس‌بوک و توئیتر به اشتراک بگذارند و در این کار بسیار هم موفق بود.)
 - درگیر کردن افراد با نفوذ در جامعه: از شخصیت‌های پرنفوذ مانند رهبران مذهبی بخواهید تا در مورد افراد بدنام و نحوه حمایت از آنها صحبت کنند، و از بازیگران، هنرمندان و ورزشکاران قابل احترام جامعه بخواهید تا پیامهایی را منتشر کنند که این بدنامی را کاهش می‌دهد. مخاطبان مورد نظر این پیامها باید با دقت بررسی شوند و افراد معروفي که برای انتشار این اطلاعات انتخاب میشوند باید شخصاً درگیر مسئله باشند و از لحاظ جغرافیایی و فرهنگی با مخاطبان تناسب داشته باشند.

- یک مثال خوب میتواند شهردار (یا شخص با نفوذ دیگری) باشد که به طور زنده در شبکه های اجتماعی حضور یابد و با رهبر چین دست بدهد.
- صدا، داستان و تصاویر افرادی از محل زندگی خودتان را پخش کنید که ویروس جدید کرونا را تجربه کرده اند و شرایطشان بهبود پیدا کرده اند و یا عزیزانشان را تا بهبودی کامل حمایت کرده اند و تأکید کنید که اکثر افراد مبتلا به کووید ۱۹ بهبود می یابند.
- علاوه بر این یک "کمپین قهرمان" برای قدردانی از پرستاران و کارکنان بخش بهداشت تشکیل دهید که ممکن است جامعه به دلیل تما سشان با مبتلایان، از آنها هراس داشته باشند. نیروهای داوطلب جامعه نیز نقش مهمی درک کردن این برنامه بدنایمی ایفا میکنند.
- اطمینان پیدا کنید که از نژادهای متفاوت مواردی را نشان میدهید. تمامی مطالب باید نشان دهند که جوامع مختلف تحت تأثیر این ویروس هستند و همگی با هم برای جلوگیری از انتشار کووید ۱۹ همکاری میکنند. اطمینان حاصل کنید که فونتها، نمادها و اشکال خنثی هستند و به طور ضمنی به گروه خاصی اشاره نمی کنند.
- روزنامه نگاری اخلاقی: گزارشهای ژورنالی که بیش از حد روی رفتار افراد و مسئولیت بیماران در انتشار ویروس کووید ۱۹- تمرکز میکند میتواند منجر به افزایش بدنایمی افراد مبتلا شود. برای مثال برخی از رسانه ها روی محل اولیه به وجود آمدن کووید ۱۹- تمرکز کردند و سعی کردند اولین بیمار در هر کشور را شناسایی کنند. تأکید بر تلا شها برای پیدا کردن واکسن و درمان این بیماری نیز می تواند ترس از بیماری را افزایش دهد و این حس را منتقل کند که ما در متوقف کردن آن ناتوان هستیم. در عوض روی محتوایی تمرکز کنید که اقدامات اولیه برای جلوگیری از سرایت بیماری را نشان میدهد، در مورد علایم کووید ۱۹- بحث میکند و زمان مناسب برای مراجعه به نهادهای درمانی را به شما اعلام میکند.
- به گروه ها و کمپین ها ملحق شوید، کارهای خلاقانه زیادی برای مقابله با بدنایمی (انگ) کرونا انجام میشود. خیلی مهم است که به این فعالیت ها بپیوندید تا یک جنبش و فضای مثبت به وجود آید که نشانگر توجه و همدردی با جامعه است.

نکات مهم در ارتباط و پیامها

- انبوه اطلاعات و شایعات نادرست سریعتر از خود بیماری کرونا ویروس جدید در حال انتشار است. این کار به تأثیرات منفی، شامل بدنایمی و رفتار تبعیض آمیز نسبت به ساکنان نواحی آلوده منجر میشود. ما به اطلاعات یکپارچه و شفاف برای حمایت از جوامع و افراد آلوده به این بیماری نیاز داریم.
- انبوه اطلاعات و شایعات نادرست به بدنایمی و رفتار تبعیض آمیز کمک میکنند که باعث جلوگیری از اقدامات مؤثر میشود.
- اطلاعات نادرست را تصحیح کنید و در عین حال تأیید کنید که احساسات و رفتارهای بعدی افراد واقعی هستند، اگرچه فرضیه های بنیادی اشتباه است.
- بر اهمیت پیشگیری، اقدامات نجات بخش و تست و درمان فوری را برجسته کنید.
- اتحاد جمعی و همکاری جهانی برای جلوگیری از انتشار بیشتر ویروس لازم است و نگرانی های جوامع را کاهش خواهد داد.

- روایت‌های همدردانه یا داستانی‌هایی از تجربه‌های انسان دوستانه و جنگ افراد درگیر با ویروس جدید کرونا را به اشتراک بگذارید.
- حمایت خود را از کسانی که در خط مقدم مبارزه با شیوع کرونا مشغول خدمت رسانی هستند نشان دهید (کارکنان بخش بهداشت، نیروهای داوطلب، رهبران کشورها و ..)
- حقایق (نه ترس) مانع انتشار ویروس جدید کرونا (کووید ۱۹) خواهد شد.
- حقایق و اطلاعات دقیق در مورد بیماری را به اشتراک بگذارید.
- با داستان‌های ساختگی مخالفت کنید.
- در انتخاب کلمات دقت کنید. شیوه بیان می تواند بر دیدگاه افراد تأثیر بگذارد (به بایدها و نبایدها در بخش بالا دقت کنید).
- نقش هر یک از ما در شکستن چرخه ی تولید و بازتولید انگ بسیار مهم و حیاتی است .با شنیدن داستان هر یک از افراد مبتلا، بهبود یافته، یا فوت شده، هویت انسانی افراد را به رسمیت شناخته و آنها از پشت اعداد و آمارها بیرون بیاوریم.
- فرد مبتلا به ویروس کرونا می تواند اهل هر مکانی باشد یا نباشد؛ می تواند هر سنی داشته باشد؛ می تواند علی رغم رعایت تمامی اصول بهداشتی و قرنطینه مبتلا شده باشد؛ می تواند هر یک از ما یا عزیزان ما باشد.
- افراد مبتلا به ویروس جدید کرونا "دیگرانی" جدا از ما نیستند. کلیشه ها را کنار بگذاریم و همدلانه در کنار هم باشیم.

منابع:

- ترجمه و تدوین :مؤسسه عالی پژوهش تأمین اجتماعی 8-فروردین ۱۳۹۹
- گروه روانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران