

صابر محمدی / روزنامه نگار  
اونوشته که در این پرونده  
دقیقاً چه کار کرده ایم



یگانه خدای / روزنامه نگار

اودر جمع خوانی پیش رواج یک طرف مسأله انکار مردم  
در مواجهه با کرونا و از طرفی دیگر پاسخ های کارشناسان را آورده است



جمع خوانی

## تئوریزه کردن فرار از مسئولیت اجتماعی

آن روز نمی دانستم این سرم را کجا بکوبم! او تازه از مسافرتی سیاحتی به یکی از کشورهای همسایه بازگشته بود و من هم مجبور بودم کنارش بنشینم. می دانست نگاه ها تیز و فضا سنگین است و شاید از همین رو بود بدون اینکه ما توضیحی بخواهیم، یکباره خودش آن خطابه غرا را آغاز کرد: «شما رو که با خودم نبردم! مگه باید از شما اجازه می گرفتم؟ اصلاً بارها به این فکر کردم که شماها من رو مجبور کردید با این وضع زندگی کنم. شماها این شرایط رو به من تحمیل کردید. من چندماهه مجبورم این ماسک رو روی صورتم تحمل کنم! چندماهه هر چی می دم دست شما باید به ساعت الکل کاریش کنم! چرا باید این کارها رو بکنم؟ چون شماها حساسید؟! چون شماها فکر می کنید خیلی فهمیده و باشعور هستید و من بی شعورم؟! این کارها همه ش بی فایده س! همه دنیا قراره بگیرن و ما ول معطلیم. مگه همین من کرونا نگرفتم؟ تازه این همه هم رعایت می کنم! با اینکه می دونم این کارها بی فایده س اما به خاطر شماها رعایت می کنم. تو این چندماه هم که کرونا گرفتم و خوب شدم می تونستم دیگه رعایت نکنم چون بدنم پادزهرش رو داره و دیگه نمی گیرم. اما پادتون می آد اون چند روزی که ماسک نمی زدم چقدر گیر دادید بهم؟!...» این خطابه که در چنین کلمات و لحن و بیان، مجهز به قدرت و فصاحتی حتی فراتر از نطق های سخن ورترین سیاستمداران جهان پشت تریبون سازمان ملل متحد بود همین طور ادامه داشت. این، تنها یکی از چندین و چند استدلال عجیب جماعت بی خیال از هراس ابتلا به ویروس کرونا در این روزها بود که می شنیدم. پیش از این هم با انواع چنین استدلال هایی از طرف آدم ها در پاسخ به اینکه چرا پروتکل های بهداشتی را رعایت نمی کنند روبه رو شده بودم. نه اینکه فکر کنید از عوام الناس، نه! از منورالفکرهایی با ادعاهایی که فلک را سقف می شکافد. این اما تیر خلاص بود؛ تیر خلاص با تئوریزه کردن فرار از مسئولیت اجتماعی در این باب. تئوریزاسیونی مبتنی بر عرفان کاذب هولناک. از اینجا بود که فکر کردم در «ایران جمعه» این هفته، برویم سراغ استدلال هایی که برخی از مردم برای رعایت نکردن پروتکل های بهداشتی به آنها متوسل می شوند در زمانه تسلط کرونا بر جهان. در نوار بالای چهار صفحات پیش رو، برخی از این استدلال ها را فهرست کرده ایم و در پایین نوار، متناسب با جنس استدلال ها از کارشناس های مرتبط با موضوع خواسته ایم بگویند چرا این استدلال ها درست نیستند. دو روایت دیگر هم در این صفحات خواهید خواند؛ یکی داخلی و دیگری خارجی.

## استدلال های عجیب ضد کرونایی

در این چند ماه که کرونا به زندگی مان پا گذاشته و همه جهان را درگیر خودش کرده سبک زندگی مان تغییر کرده است. مدام گفتند ماسک بزنید، بادگیران دست ندهید و روبروسی نکنید، فاصله را رعایت کنید، میهمانی نروید و... گفتند همه زندگی تان را عوض کنید تا کرونا هست. بعضی هایمان گوش دادیم و بعضی ها یا اولش گوش دادند و بعد خسته شدند یا از همان اول سرتاسر گاری گذاشتند و راضی نشدند تا با رعایت نکات مختلف احتمال ابتلا به بیماری را در خودشان و دیگران کم کنند. کسانی که رعایت نمی کنند دلایل مختلفی می آورند که حتماً شنیده اید. دلایلی که بررسی کردیم درست هستند یا نه؟ می توانند از ما مقابل بیماری کرونا محافظت کنند یا نه؟

### به کرونا اعتقاد داری؟

- چرا ماسک نزدی؟  
- اعتقادی به کرونا ندارم.

همیشه وقتی این جمله را می شنوم دوست دارم از کسی که این پاسخ را داده بپرسم مگر کرونا به اعتقاد تو نگاه می کند؟ اما خب کسانی هستند که با همین جمله و همین استدلال ترجیح می دهند ماسک نزنند، فاصله شان را با بقیه رعایت نکنند و میهمانی بروند و هر کار که نباید این روزها انجام بدهیم انجام دهند. البته وقتی هم بپرسی یعنی چه که اعتقاد نداری؟ پاسخی ندارند و می گویند: همین دیگه. اعتقاد ندارم.» این شاید یکی از رایج ترین استدلال هایی باشد که برای ماسک نزن و رعایت نکردن پروتکل ها این روزها می شنویم. با یک لبخند بزرگ، حرکت دستی که معنایش «برو بابا» است و سری که با تأسف برایت تکان می دهند.

۱

### شما انکار می کنید

علی پناهی / روانشناس: به کار بردن جمله هایی مانند «من به کرونا اعتقادی ندارم» یک نوع مکانیزم دفاعی است. مکانیزم هایی مانند دلیل تراشی، انکار، توجیه و فلسفه بافی در سیستم روانی ما وجود دارد که گاهی اوقات از آنها برای کاهش اضطراب و فشارهای روانی استفاده



می کنیم. البته همیشه استفاده از این مکانیزم های دفاعی خود آگاهانه نیست. فکر نکنید فرد به عمد یا آگاهانه این تفکر را در خودش ایجاد می کند. او این تفکر را به شکل ناخود آگاه دارد. زمانی که آگاهانه باشد یعنی فرد به عمد نمی خواهد مسأله ای را قبول کند و به اصطلاح خودش را به خواب زده اما گاهی اوقات این کار عمدانه نیست. اتفاقاً افرادی که در چنین شرایطی از چنین جمله هایی استفاده می کنند در لایه های زیرین شخصیت و سیستم روانی شان بشدت مضطرب هستند اما چون از مکانیزم های دفاعی بشدت استفاده می کنند چنین وانمود می کنند که بی تفاوتند و برایشان مهم نیست اما در واقع آنها در حال استفاده از مکانیزم های دفاعی هستند و این روند تا زمانی جواب می دهد که این مکانیزم ها فعال هستند. گاهی اوقات دچار فرآیندی به نام فروپاشی مکانیزم های دفاعی می شویم و در نتیجه آن فرد عملاً دچار اضمحلال روانی و به دنبال آن دچار اختلالاتی مانند وسواس، اضطراب، حملات هراس و حتی اختلالات خلقی مانند افسردگی می شود. کسانی که در شرایطی مثل امروز از جملاتی مانند «من به کرونا اعتقادی ندارم» استفاده می کنند معمولاً به صورت ناخود آگاه در حال استفاده از مکانیزم دفاعی هستند چون مکانیزم های دفاعی عموماً غیر ارادی و ناخود آگاه اتفاق می افتد. این افراد نه فقط در زمینه کرونا بلکه در زمینه سایر مشکلات زندگی هم اعتقاد این چنینی به مسائل دارند و سعی می کنند با بی تفاوتی و بی خیالی نسبت به دیگر مسئولیت های زندگی نگاه کنند. خودشان را درگیر واقعیت ها نمی کنند و سعی می کنند در یک دنیای ذهنی خود ساخته که ما اصطلاحاً به آن می گوئیم «گریز از آگاهی» زندگی کنند. استفاده از این جمله یعنی فرد یا در حال استفاده از مکانیزم دفاعی انکار است یا در حال استفاده از مکانیزم دفاعی جداسازی. یعنی هیجانات موجود در یک اتفاق را جدا کرده و منطقی سازی می کند. یعنی ترس و نگرانی را از یک ماجرا جدا می کند و خیلی منطقی به آن نگاه می کند و خودش یک نوع مکانیزم است که کمی بی تفاوتی ایجاد می کند در حالی که ما به ترس و نگرانی هم در بسیاری از موارد زندگی بشدت نیاز داریم و نبودنش بقای نسل را به خطر می اندازد. علت به وجود آمدن مکانیزم های دفاعی مانند سیستم ایمنی بدن است. یعنی هدفش دفاع از سیستم روانی ما در مقابل فشارهاست اما تا زمانی می تواند مؤثر باشد که فرد را دچار مشکلات نکنند. کسی که با منطقی سازی یا جداسازی و انکار با کرونا روبه رو می شود عملاً از مکانیزم های دفاعی به صورت نابجا و افراطی استفاده می کند و از واقعیت دور می شود.



Nick Richards

این تصویر بیانگر بخشی از  
استیصال تیم پزشکی در ایران  
و البته سراسر جهان است که به  
خاطر استدلال های من در آورده و  
بی پایه برخی از مردم روزه روز  
بیشتر می شود.