

中东欧国家周报

【克罗地亚社会周报】

克罗地亚疫情期间的心理健康问题

Valentino Petrović

(2020年11月)

Kiadó: Kína-KKE Intézet Nonprofit Kft.

Szerkesztésért felelős személy: Chen Xin

Kiadásért felelős személy: Wu Baiyi



【克罗地亚】克罗地亚疫情期间的心理健康问题

鉴于其重要性，心理疾病通常不是在媒体上公开讨论的话题，特别是在疫情期间。然而，目前在克罗地亚有越来越多的人开始寻求帮助，这不仅仅是出于对病毒的恐惧，还因为3月份萨格勒布和周边地区发生了地震。

1992年，10月10日被定为世界精神卫生日（World Mental Health Day）。今年由于新冠疫情，世界各国经济都面临着巨大挑战，社会上也存在诸多不确定因素。设立世界精神卫生日是为了促进有关心理疾病的全球性教育，并让人们意识到，社会为这些经常被忽视的心理疾病患者提供支持的重要性。然而，即使没有新冠疫情，心理健康问题也很难解决，因为很多人觉得公开谈论心理疾病是一件很艰难的事，如果精神疾病患者的病情被别人知道，他们认为会被污名化。因此，大多数患者决定保持沉默，自己与疾病作斗争。现在，我们的日常生活习惯和方式已经与以往不同，大多数人需要适应如今所谓的“新常态”——为了防止疫情迅速扩散，出台了人与人之间需要保持“物理距离”的限制措施。这使越来越多的人感到与社会脱节，特别是在封锁隔离期间，所有人都待在家里，在最需要的时候才出门。

克罗地亚的情况

萨格勒布儿童和青年保护中心 (Child and Youth Protection Center) 主任戈尔丹娜·布尔扬·佛兰德 (Gordana Buljan Flander) 最近在接受克罗地亚商业电视台采访时谈到了新冠病毒对克罗地亚居民的影响。佛兰德担心一些人根本无法适应“新常态”，并谈到3月份发生的地震给萨格勒布及周边地区市民造成了巨大心理创伤。地震发生7个月后，住在震中附近的人仍然感到很害怕，担心地震会再次发生；听到远处有音乐或鼓声，还是会恐慌、不舒服，觉得可能还会再发生什么事情。有些人甚至开始饮酒，以此来安定情绪。佛兰德在采访中强调，研究表明，出现创伤后应激障碍症状的儿童越来越多。她提醒家长们，如果发现子女又出现了一些老毛病，如尿床、情绪突然波动或者突然与别人产生距离感等，应及时关注。人文和社会科学学院 (Faculty of Humanities and Social Sciences) 的舍利卡·卡梅诺夫 (Željka Kamenov) 认为，萨格勒布地震和新冠疫情造成的影响非常严重，之后可能会以抑郁症和大流行病焦虑症的形式表现出来，企图自杀的人也会越来越多。她敦促决策者、有关机构和民间组织合作，为心理社会服务及活动提供资金。

有关疫情期间心理健康的研究

人文和社会科学学院心理学系对地震和新冠疫情导致的后果及其对克罗地亚公民日常生活的影响进行了研究，并于6月份公布了初步研究结果。该项研究的对象为18岁至95岁的3500余人，其中750人为中小學生。结果显示，近半数受访者存在严重抑郁、焦虑和感觉有压力等情况。29%的人有轻度或中度抑郁症状，而每5位受访者中就有1位有严重的抑郁症。此外，女性和严格遵守限制和隔离措施者的心理健康问题更为明显。对疫情前后心理健康状况进行比较的结果如下：在疫情前没有任何心理问题的人中，66%的人表示自己的心理状态和以前一样，而近25%的人表示自己的情况有变化。在确实有心理问题的受访者中，37%的人表示自己的病情恶化，约17%的出现了某种形式的心理变化（比如从焦虑到抑郁），而34%的人表示没有出现变化。令人不安的是，在疫情恶化期间，约30%的受访者严重或极度抑郁、感到焦虑，同时承受了巨大的压力。此外，他们对自己的生活不满意，对未来也不太乐观。在谈到父母与子女的关系时，约三分之二的父母表示，他们与子女在疫情期间相处的时间较多，子女会经常帮助他们做家务。

青年人的社会经济地位

社会和经济环境变化可能比其他任何因素对年轻人的影响都大。克罗地亚是欧洲青年失业率最高的国家之一，而目前的情况更加糟糕。除了找不到工作外，雇主与年轻人签订的通常都是短期合同，或者他们必须经过实习，才能成为某岗位的候选人。因此，许多年轻人对自己的未来没有把握，更愿意去其他一些经济条件更好的国家。但必须指出，这些因素并不是造成“青年问题”的唯一原因。更有可能的是，用人单位认为自己高人一等或者“看不起”应聘者，打击了年轻人求职的积极性。因此，我们可以看到年轻人的思想日益激进化，特别是在社交媒体上。遗憾的是，当25岁的青年丹尼尔·别祖克（Danijel Bezuk）在克罗地亚政府大楼前的圣马可广场上开枪打伤一名警察时，这种情况已成为现实。很多人认为，这是一起恐怖袭击事件——别祖克是要进入政府大楼，袭击目标是克罗地亚总理安德烈·普伦科维奇（Andrej Plenković）。普伦科维奇本人在最近发表的评论中也表示了同样的看法。显然，青年激进化已经成为现实，每个人在作出会影响其未来（已不明朗）的决定时，都必须谨慎。民防局（Civil Protection Directorate）也应考虑到这一点，因为它必须理解，年轻人有时不负责任、做事冲动鲁莽，而且不可

能完全遵守疫情期间的限制性规定，否则他们可能会出现心理问题。

结语

新冠疫情和萨格勒布地震造成了巨大损失，很多人还被建议不要将自己的心理状况透露给其他人，否则会被社会污名化（social stigma）。当然，这是完全错误的认识，按照世界精神卫生日的倡导，人们应该把自己的问题告诉其他人，并在必要时寻求帮助。

（作者：Valentino Petrović；翻译：吴越；校对：郎加泽仁；审核：刘绯）