

### ***A koronavírus mellék- és utóhatásai: „félelem, harag, agresszió”***

Psychotherapy and Psychosomatics, 2021;90:73–80; <https://doi.org/10.1159/000511468>

**Kulcsszavak:** globális egészségügy, népegészségügy, járványügy, pandémia, koronavírus, COVID-19, mellékhatások, utóhatások, poszt-covid tünetek, poszttraumás stressz szindróma, poszttraumás elkeseredettségi szindróma, pszichoterápia, bölcsesség-terápia, nemzetközi

**Forrás Internet-helye:** <https://www.karger.com/Article/FullText/511468> ;  
<https://www.karger.com/Article/Abstract/321580>

***Michael Linden (Research Group Psychosomatic Rehabilitation at the Charité University Medicine Berlin, and Department of Behavioural and Psychosomatic Medicine at the Rehabilitation Centre Seehof, Teltow/Berlin, Germany) és mt.*** a pandémia pszichés utórezgéseit elemezték. Egy évvel a koronavírus-pandémia kitörése után az tapasztalható, hogy a vírus mellett az érzelmek is mutálódnak.

A pandémiával összefüggő politikai kakofónia, az ellentmondásos nyilatkozatok, az újabb és újabb zárlatok, a tanácstalanság és a tehetetlenség világszerte testileg-lelkileg megviseli a lakosságot. Senki sem tartja mulatságosnak, hogy a politikai döntéshozók megpróbálják az egyéni felelősség körébe utalni a növekvő esetszámot.

A lakosság körében terjedni látszik a fáradtság, a rezignáció, a méreg, sőt a düh egyvelege, egy olyan emóció, amely a koronavírussal összefüggésben mindeddig nem került reflektorfénybe, jóllehet mind orvosilag, mind politikailag problémákat okozhat. Az elkeseredésről van szó, amely az egyén azon meggyőződéséből fakad, hogy igazságtalan bánásmódban részesült és nem kapja meg mindazt, amit megérdemel. Az elkeseredés a privátszférában vagy a munkahelyen elszenvedett lealacsonyítást, megalázást, betegséget, vagy bizalmi törést követően következik be.

Az ilyen emberek mindennapi élete hónapokra károsodik, kerülnek azokat a helyeket, amelyek a negatív élményre emlékeztetik, ingerültek, nyomott lelkiállapotban vannak, állandóan arra törekednek, hogy jóvátételt szerezzenek. Az elkeseredés diszfunkcionális viselkedéshez, szociális visszavonultsághoz, öngyilkossági gondolatokhoz vezethet, de a bosszúállásra való törekvést is előhívja (beleértve az emberölést). A kutatók az ilyen súlyos eseteknél poszttraumás elkeseredési zavarról (*Posttraumatic Embitterment Disorder – PTED*) beszélnek. Katasztrófális személyes kudarcokat követően ez gyakran előfordul. Az ennek kezelésére kifejlesztett eljárást „bölcsességterápiának” (*wisdom therapy*) nevezik, amelynek célja, hogy a beteg tanuljon meg emocionálisan eltávolodni a traumát kiváltó eseménytől.