

*A koronavírus és az alkalmi ismeretségek vége*  
Ärzte Zeitung online, 28.04.2021, 11:22

**Kulcsszavak:** globális egészségügy, népegészségügy, járványügy, pandémia, koronavírus, COVID-19, lelki egészség, nemzetközi

**Forrás Internet-helye:** [https://www.aerztezeitung.de/Panorama/Corona-und-das-Ende-der-fluechtigen-Bekanntschaften-419150.html?utm\\_term=2021-04-29&utm\\_source=2021-04-29-AEZ\\_NL\\_NEWSLETTER&utm\\_medium=email&tid=TIDP833341X1F50732558AD4E8691DD5F2F168B61DAYI4&utm\\_campaign=AEZ\\_NL\\_NEWSLETTER&utm\\_content=Ihr%20c3%84rzte%20Zeitung-Newsletter%20vom%20\[rundate\]](https://www.aerztezeitung.de/Panorama/Corona-und-das-Ende-der-fluechtigen-Bekanntschaften-419150.html?utm_term=2021-04-29&utm_source=2021-04-29-AEZ_NL_NEWSLETTER&utm_medium=email&tid=TIDP833341X1F50732558AD4E8691DD5F2F168B61DAYI4&utm_campaign=AEZ_NL_NEWSLETTER&utm_content=Ihr%20c3%84rzte%20Zeitung-Newsletter%20vom%20[rundate])

A pandémia véget vetett az alkalmi ismerősökkel folytatott csevegésnek. A fitnessstúdióban, a bárpultnál, bevásárlás vagy utazás közben kezdeményezett társalgás a múlté. A pszichológusok évtizedeken keresztül a szoros kapcsolatok, a családi kötelékek, a romantikus partnerség, a mély barátság jelentőségét hangsúlyozták. Aztán rájöttek, hogy a jó közérzet számára a lépcsőházban, a kerítésnél, vagy a kávéházban folytatott alkalmi társalgás is fontos lehet.

**Gillian Sandstrom és Elizabeth Dunn szociálpszichológusok (University of Essex)** vizsgálatai szerint az alkalmi ismerősökkel való mindennapi beszélgetés hasznos a lelki egészség számára. Sandstrom új fényben világítja meg a „koronavírus köztársaságában” az éttermek, fitnessstúdiók, klubok bezárása okozta rossz hangulatot. Amíg tart a zárlat, nem marad más, mint az élelmiszerboltban, drogériában, buszon folytatott smalltalk. A neves pszichológus szerint még ez is sok örömet képes szerezni!

A hálózatok szociológiai elméletei Amerikából származnak. **Ronald S. Burt szociológus** például rámutat, hogy a munkatársak akkor különösen kreatívak, ha munkahelyükön az ún. strukturális lyukakon („*structural holes*“) keresztül folyamatosan informális kontaktusokat tudnak fenntartani. Ezek a lyukak általában a csoportok és funkciók közötti mezsgyéken jelennek meg. Nem a kontaktusok számáról, hanem hídépítésről, a saját teamen kívüli emberekkel való kapcsolattartásról van szó.

**Mark Granovetter hálózatkutató, szociológus, közgazdász** 1973-ban adta ki „*The Strength of Weak Ties*“ c. könyvét. Ebben négy komponens szerint definiálta a kapcsolatok intenzitását: a személyek által együtt töltött idő, az emocionális intenzitás mértéke, a kölcsönös bizalom (intimitás) és a kölcsönös segítségnyújtás módja. Ennek ellenére a gyenge kötelékek („*weak ties*“) sem alulértékelendők.