

Większość Polaków (63%) uważa, że pandemia negatywnie odbija się na naszych relacjach. Aż 71% z nas ogranicza liczbę spotkań z bliskimi lub całkowicie z nich rezygnuje. – *Kontakty społeczne w dobie pandemii wiążą się z większym wysiłkiem emocjonalnym* – komentuje socjolożka.

O to, jak pandemia koronawirusa wpłynęła na nasze więzi zapytała Polaków marka wnętrzarska VOX. Anonimową ankietę wypełniło blisko tysiąc osób z całego kraju. Jej wyniki stały się podstawą opublikowanego raportu.

Mija 10 miesięcy, odkąd żyjemy w świecie zdominowanym przez pandemię. Jak dowiadujemy się z badania, większość z nas ma już jej zwyczajnie dość. 61% jest nią zmęczonych, ponad połowa odczuwa frustrację, a niespełna 45% – przygnębienie. W co trzeciej osobie koronawirus wzbudza strach i lęk.

Za czym najbardziej tęsknimy? Okazuje się, że brakuje nam zwłaszcza wolności i swobody. Na drugim miejscu wskazujemy chęć powrotu do tzw. „normalności”, a na trzecim – możliwość bezpośredniego kontaktu z innymi ludźmi. Dopiero dalej plasuje się nieograniczony dostęp do sklepów czy swobodne podróżowanie.

Jak deklarują Polacy, konieczność izolacji nie pozostała bez wpływu na nasze więzi. Zdaniem 63% badanych w ostatnich miesiącach oddaliliśmy się od siebie. Nie tylko rzadziej się spotykamy, ale także stajemy się bardziej nieufni wobec innych. Pogorszenie relacji najsilniej odczuwają Polacy w wieku 55–64 lat.

– *Według mnie w sensie psychologicznym bardziej niż brak normalnych, nieograniczonych kontaktów społecznych odczuwamy skutki chaosu informacyjnego, niepewności, dezinformacji i mitów, które narosły wokół pandemii* – mówi dr Paula Pastulka, socjolożka z Uniwersytetu SWPS. – *Te sfery – wiedzy i relacji – są jednak współzależne, bo nie wiemy nigdy na 100% jakie zachowania czy postawy prezentują nasi znajomi lub członkowie dalszej rodziny.*

Od spotkań z rodziną wstrzymuje się 74% Polek oraz 63% Polaków. Jeszcze więcej z nas unika bezpośredniego kontaktu ze znajomymi. Przed pandemią czas z bliskimi najchętniej spędzaliśmy w naszych domach. 6 na 10 osób najbardziej lubiło zaprosić gości na kawę czy obiad. Obecnie jest nieco inaczej.

Podczas pandemii najczęściej rozmawiamy ze sobą przez telefon oraz internetowe komunikatory. Taka forma kontaktu pojawiła się w odpowiedziach 74% badanych. Dla wielu z nas (65%) spotkania w domu należą do ulubionych nawet w tych wyjątkowych okolicznościach. Trzecie miejsce zajmuje wspólne spędzanie czasu na świeżym powietrzu, a czwarte – wideorozmowy. Co ciekawe, przed pandemią korzystało z nich tylko niespełna 1% Polaków. Obecnie tę technologię stosuje aż 28% z nas.

– *Najbardziej z pandemii zapamiętam połączenie się z pradziadkami po raz pierwszy przez wideorozmowę* – pisze jeden z badanych.

Na szczęście, nic nie trwa wiecznie – również pandemia. W oczekiwaniu na poluzowanie obostrzeń, warto skupić się na pogłębieniu relacji z domownikami.

*Źródło: ip*