

Volební preference a způsob sledování médií mají vliv na duševní zdraví během pandemie COVID-19, naznačují první výsledky studie

KLECANY, 12. 6. 2020 - Epidemie COVID-19 ovlivňuje mnoho oblastí našeho života a promítá se také do duševního zdraví. Jaký vliv na dopady na duševní zdraví mají naše volební preference? A jak je ovlivňuje typ médií, která sledujeme? A jsou v tomto ohledu odolnější lidé, kteří čtou jen titulky „pandemického zpravodajství“? Odpovědi na tyto otázky naznačují první výsledky studie vědců z Národního ústavu duševního zdraví (NUDZ).

Sledujte seriózní média a nečtěte jen titulky

Již během vrcholící pandemie provedli výzkumníci z NUDZ několik internetových šetření, která přináší první výsledky. Mimo jiné se zabývali rolí médií, ze kterých lidé čerpali informace o aktuální situaci. Média si rozdělili do několika kategorií podle míry důvěryhodnosti poskytovaných zpráv, tedy od médií veřejnoprávních (ČT, ČRo, ČTK) až po média dezinformační. Zjišťovali také, s jakou četností respondenti tyto typy médií sledovali. „Prvního z internetových šetření se zúčastnilo přes 1,5 tisíce respondentů, kteří odpovídali na řadu dotazů včetně duševního zdraví a využívání různých médií. V souladu s očekáváním potvrdili, že míra obav z nákazy, ekonomických a dalších negativních dopadů COVID-19 zvyšovala úzkost a depresivitu během epidemie. Zjistili jsme také, že pravidelnější sledování veřejnoprávních médií zlepšovalo celkový duševní stav, zatímco zvýšená důvěra ve zpravodajství více orientovaná na dramatictější podání úzkostnost naopak zvyšovala,“ popisuje náměstek pro vědu a výzkum NUDZ prof. MUDr. Jiří Horáček, Ph.D..

Mgr. Petr Adánek, analytik výzkumného týmu, k tomu dodává: „Negativní dopad na duševní zdraví byl výraznější u lidí, kteří se omezují pouze na rychlé orientování o dění čtením titulků nežli u těch, kteří čtou články celé nebo si k nim ještě navíc dohledávají další podrobnosti a informace“. „Tento pozoruhodný nálezní by nabízel poměrně snadnou možnost, jak dopadům podobných událostí na duševní pohodu předcházet. Jednoduše stačí číst zpravodajské články celé, přemýšlet o nich a neomezovat se jen na rychlé tĕkání po titulcích. Titulky mají spíše upoutat naši pozornost, a proto jsou často nadnesené, zjednodušující a vyvolávají strach a obavy,“ doplňuje profesor Horáček.

Důvěra ve vládní opatření a schopnost čelit nejistotě

Vědci dále zjistili, že voliči různých politických stran reagovali na epidemii odlišně. PhDr. Ing. Veronika Fajmonová, Ph.D., členka výzkumného týmu se specializací na politickou psychologii, shrnuje: „Lidé, kteří by volili vládní strany (ANO, ČSSD) nebo KSČM, která podporuje současnou vládu, vykazovali mírně menší dopad na duševní zdraví než voliči hlavního snĕmovního opozičního proudu.“ Profesor Horáček k tomu dodává: „Nález není zcela překvapivý. Je pravděpodobné, že voliči vládních stran více věřili opatřením vlády a epidemie měla menší dopad na jejich duševní pohodu.“

Dalším pozoruhodným zjištěním je skutečnost, že míra, do jaké je člověk schopen tolerovat nejistotu, významně ovlivňovala dopad pandemie na duševní zdraví. „Schopnost zvládat nejistotu je osobnostní rys, kterým se různí lidé navzájem odlišují. Poslední desetiletí přinesla řadu problémů, které jsou spojeny s nejistotou: klimatickou změnou s globálním oteplováním počínaje, přes uprchlickou krizi až k pandemii COVID-19. Naše výsledky potvrzují, že zvyšování schopnosti tolerovat nejistotu, kterým se zabývá řada psychologických metod, může být důležitým faktorem, jak lze předcházet dopadům těchto problémů na duševní zdraví,“ uzavírá doc. PhDr. Ladislav Kesner, Ph.D., vedoucí výzkumného týmu.

V Národním ústavu duševního zdraví nyní připravují celopopulační šetření, které bude spuštěno v nejbližší době a které má tyto předběžné výsledky potvrdit či rozvést. S ohledem na možné další vlny epidemie je hlavním cílem týmu NUDZ stanovit ještě letos konkrétní doporučení pro prevenci dopadů COVID-19 a podobných problémů na duševní zdraví.