

Ανοικτό Πανεπιστήμιο Κύπρου
Σχολή: Οικονομικών Επιστημών και Διοίκησης

Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών *Διοίκηση Επιχειρήσεων*
(MBA)

Μεταπτυχιακή Διατριβή



Οι Οικονομικές και Ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις του Covid-19-
Μία έρευνα σε δείγμα πολιτών.

Ονοματεπώνυμο:

Ζώγας Δημήτριος

Επιβλέπων Καθηγητής:

Γεωργόπουλος Αντώνιος

Μάιος 2022

Ανοικτό Πανεπιστήμιο Κύπρου

Σχολή: Οικονομικών Επιστημών και Διοίκησης

**Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών *Διοίκηση Επιχειρήσεων*
(MBA)**

Μεταπτυχιακή Διατριβή

Οι Οικονομικές και Ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις του Covid-19-

Μία έρευνα σε δείγμα πολιτών.

Ονοματεπώνυμο:

Ζώγας Δημήτριος

Επιβλέπων Καθηγητής:

Γεωργόπουλος Αντώνιος

Μάιος 2022

Η παρούσα μεταπτυχιακή διατριβή υποβλήθηκε προς μερική εκπλήρωση των απαιτήσεων για απόκτηση μεταπτυχιακού τίτλου σπουδών στη Διοίκηση Επιχειρήσεων

από τη σχολή Οικονομικών Επιστημών και Διοίκησης

του Ανοιχτού Πανεπιστημίου Κύπρου.

Μαίος 2022

Περίληψη

Η πανδημία του Covid-19 που εμφανίστηκε στην Κίνα στις αρχές του 2020 αποτελεί ένα πρωτοφανές φαινόμενο στο σύγχρονο κόσμο, το οποίο έχει επιπτώσεις σε κάθε έκφανση της ανθρώπινης δραστηριότητας και ζωής. Για την αντιμετώπιση και τον έλεγχο αυτής της υγειονομικής κρίσης έχει συνδράμει ολόκληρη σχεδόν η επιστημονική κοινότητα, ενώ οι κυβερνήσεις και οι παγκόσμιοι οργανισμοί έχουν προχωρήσει στην εφαρμογή μίας σειράς μέτρων και στρατηγικών.

Η παρούσα έρευνα έχει σκοπό της διερεύνηση των οικονομικών και ψυχοκοινωνικών επιπτώσεων της πανδημίας όσον αφορά τον πληθυσμό της Ελλάδας. Η διερεύνηση του φάσματος των οικονομικών και των ψυχοκοινωνικών επιπτώσεων μπορεί να συμβάλει στην ουσιαστική κατανόηση του προβλήματος και τη στοχευμένη επιλογή παρεμβάσεων πρόληψης ή αντιμετώπισης τόσο σε ατομικό επίπεδο όσο και στο γενικό σύνολο του πληθυσμού.

Η παρούσα έρευνα αποτελεί μελέτη όπου συμμετείχαν άνθρωποι που έχουν συμπληρώσει το δέκατο όγδοο έτος της ηλικίας τους και κατοικούν στην Ελλάδα. Η συλλογή του δείγματος έγινε με τη συμπλήρωση ηλεκτρονικού ερωτηματολογίου με τη μέθοδο της χιονοστιβάδας. Το ερωτηματολόγιο εμπεριείχε ένα μέρος που αφορούσε δημογραφικές και άλλες πληροφορίες.

Abstract

The Covid-19 pandemic outbreak is an unprecedented phenomenon in the modern world, which has affected every aspect of human activity and life. Almost the entire scientific community is constantly assisting in tackling and mitigating this health crisis, and governments and international organizations have engaged in a series of research and

implementation measures and strategies.

The present study aims to detect the pandemic financial and psychological effects in Greek population. Exploring the spectrum of the effects can contribute to a meaningful understanding of the problem and to purposeful prevention or treatment interventions, both at the

individual level and the whole population.

The present study includes participants over 18 years old living in Greece. The sample was collected by completing an electronic questionnaire using the snowball sampling. The questionnaire had two main parts: an extensive section on demographic and other information and a section with financial and psychological effects.

Περιεχόμενα

Περίψη.....	4
Abstract.....	5
Πρόλογος.....	7

Μέρος Α

Κεφάλαιο 1 Είσαγωγή.....	10
1.1 Σκοπός Διατριβής.....	11
1.2 Ταυτότητα της Έρευνας.....	11
1.3 Σπουδαιότητα Έρευνας.....	12
Κεφάλαιο 2 Οι συνέπειες του Covid-19.....	13
2.1 Μία ιστορική αναδρομή.....	13
2.2 Οι οικονομικές συνέπειες του Sars Cov 2.....	14
2.3 Οι ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις του Sars Cov 2.....	18

Μέρος Β

Κεφάλαιο 3 Εμπειρική Έρευνα.....	23
3.1 Γενικά-Τομείς έρευνας.....	23
3.2 Δείγμα και ερωτηματολόγιο πρωτογενούς έρευνας.....	23
3.3 Αποτελέσματα πρωτογενούς έρευνας.....	25
3.4 Συμπέρασμα - Επίλογος.....	40

Μέρος Γ

Κεφάλαιο 4 Περιορισμοί έρευνας.....	43
Κεφάλαιο 5 Προτάσεις για περαιτέρω έρευνα.....	43

Παράρτημα	45
Βιβλιογραφία.....	52

Οι οικονομικές και ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις του Covid-19- Μία έρευνα σε δείγμα πολιτών.

Πρόλογος

Η οικονομική κρίση του 2009 προκάλεσε στην Ελλάδα πολλές αλλαγές στο σύστημα της, το οποίο αποσταθεροποιήθηκε. Ως προς την κοινωνική ανάπτυξη το ελληνικό-μεσογειακό μοντέλο κοινωνικής ευημερίας έχει ως επίκεντρο την εργασία και την οικογένεια, ενώ το πολιτικό σύστημα χαρακτηρίζεται από πελατοκεντρικές σχέσεις (Ferrera 1996, Martin 1997), οι οποίες επηρεάζουν ανισομερώς την προστασία και αναγνώριση που απολαμβάνουν οι άνθρωποι στην εργασία τους και στην πρόσβασή τους σε υπηρεσίες που παρέχει το κράτος (δημόσια αγαθά). Η οικονομική κρίση οδήγησε στην δημιουργία ανασφάλειας. Τόσο η μείωση εισοδήματος όσο και τα υψηλά ποσοστά ανεργίας, καθώς και η όξυνση της αδήλωτης εργασίας, ή της εργασίας εκ περιτροπής επηρέασαν και τα μεσαία κοινωνικά στρώματα που μέχρι πρότινος ήταν ασφαλή. Οι Έλληνες πολίτες ήρθαν αντιμέτωποι με την κοινωνική πτώση και την έλλειψη προοπτικών για το παρόν και το μέλλον κ.α. (Σπυριδάκης 2018). Το ήδη ελλειμματικό και απορρυθμιζόμενο κοινωνικό κράτος δεν μπορούσε να περιορίσει την ανασφάλεια αυτή (Φέρωνας 2018), καθώς μεγάλες κοινωνικές ομάδες όπως οι μακροχρόνια άνεργοι δεν είχαν πρόσβαση στις υπηρεσίες του και το ίδιο το κράτος δεν μπορούσε να τους παρέχει καλύψεις σε διάφορους τομείς. Ακόμη τα μέτρα, τα οποία πάρθηκαν, είχαν προσωρινό και ακανόνιστο χαρακτήρα επιβεβαιώνοντας την ανασφάλεια ως μοντέλο ζωής και εργασίας. Από το 2015 και έπειτα τα σχετικά μέτρα στήριξης (π.χ., κοινωνικό μέρισμα) ήταν μέτρα υποστήριξης για τα πιο χαμηλά στρώματα για την καταπολέμηση της φτώχειας, παρά για την προώθηση ενός νέου μοντέλου κοινωνικής και οικονομικής πολιτικής.

Για αυτόν τον λόγο η οικογένεια αποτέλεσε κινητήρια πηγή αλληλεγγύης, επιβεβαιώνοντας το μεσογειακό μοντέλο σε καθεστώς ευημερίας. Η οικογενειακή αλληλεγγύη, σε όλες τις μορφές οικογενειών αναδείχθηκε ως κύρια πηγή επιβίωσης (επιβίωση νοικοκυριών από ένα και μόνο εισόδημα, κοινή κατοικία κ.α.).

Οι σημαντικές αυτές αλλαγές οδήγησαν στη διαταραχή των πολιτικών σχέσεων, όπως αυτές είχαν αναπτυχθεί, και στην έλλειψη εμπιστοσύνης απέναντι στον κρατικό και πολιτικό μηχανισμό. Μετά από περίπου δέκα χρόνια η διαταραχή αυτή αρχίζει να εξασθενίζει και να αγγίζει τα πλαίσια της κανονικότητας. Η σταθεροποίηση αυτή φαίνεται και στην ομαλοποίηση του πολιτικού συστήματος.

Κι ενώ είχαν αρχίσει να εγκαθιδρύονται συνθήκες σταθεροποίησης και ομαλοποίησης, η Ελλάδα καθώς και ολόκληρος ο πλανήτης ήλθαν αντιμέτωποι με μία νέα κρίση υγειονομικού τύπου, του Covid-19. Ο νέος κορονοϊός παρόλο που υγειονομικά δεν κάνει διακρίσεις, έχει ψυχοκοινωνικές και οικονομικές επιπτώσεις που είναι διαφορετικές για κάθε κοινωνική ομάδα.

Στα πλαίσια της παρούσας εργασίας μπορούμε να διακρίνουμε τρεις κατηγορίες εργαζομένων:

- Στην πρώτη κατηγορία βρίσκονται οι *εργαζόμενοι που έχασαν πλήρως ή μερικώς την εργασία τους*. Πολλοί εργαζόμενοι βρέθηκαν εντελώς ξαφνικά σε καθεστώς αναστολής εργασίας, ή εκ περιτροπής εργασίας, με αποτέλεσμα λιγότερες ώρες εργασία και λιγότερες αποδοχές. Σε αντίστοιχη κατάσταση βρέθηκαν και οι ελεύθεροι επαγγελματίες, καθώς και μικροεπιχειρηματίες που με το γενικό lockdown σταμάτησαν την εργασία τους με αποτέλεσμα την οικονομική ανασφάλεια.
- Στη δεύτερη κατηγορία βρίσκονται οι *εργαζόμενοι που βρέθηκαν σε καθεστώς τηλεργασίας*. Εδώ, η οικονομική ανασφάλεια ήρθε σε δεύτερο χρόνο, καθώς πρώτα από όλα άλλαξε η σχέση τους με την εργασία αυτή καθ' αυτή. Η έλλειψη του διαχωρισμού μεταξύ ιδιωτικής και εργασιακής ζωής αποτυπώθηκε στον ευέλικτο χαρακτήρα του εργασιμου χρόνου και χώρου, αλλά και στη συνολική οργάνωση της εργασίας, καθώς και στο νόημά της. Η οργάνωση και ο αυτοέλεγχος του εργαζομένου γίνονται αρχές οργάνωσης με στόχο την ενσωμάτωση λειτουργιών της επιχείρησης από τον ίδιο (Voss 1998). Η κρίση αυτή είχε ως αποτέλεσμα την αποσταθεροποίηση της εργασίας μεγάλης μερίδας πολιτών που μέχρι τώρα δεν φαινόταν να τους απασχολούσε (π.χ., καθηγητές).
- Στην τελευταία κατηγορία βρίσκονται εκείνοι που *εργάζονται ακόμη με περισσότερο φόρτο εργασίας* (όπως είναι οι υγειονομικοί, οι εργαζόμενοι σε σούπερ μάρκετ κ.α). Για τους συγκεκριμένους, η ανασφάλεια έχει μεταξύ άλλων υγειονομικό χαρακτήρα, καθώς κλήθηκαν να εργαστούν με νέους κανόνες ασφαλείας, ακόμα και όταν αυτοί είναι ελλιπείς.

Ο οργανικός δεσμός λοιπόν μέσα σε μία δεκαετία δέχεται ένα νέο κύμα αποσταθεροποίησης. Η αδυναμία πρόβλεψης της εξέλιξης της κρίσης, αλλά και των συνεπειών της κυρίως στην εργασία, δημιούργησαν ένα αίσθημα ανασφάλειας σε περισσότερες ομάδες εργαζομένων, είτε επλήγησαν είτε όχι από αυτή.

Η κοινωνική αποστασιοποίηση που επιβλήθηκε στο πλαίσιο της προστασίας της δημόσιας Υγείας, επέφερε αναστολή του μεγαλύτερου μέρους της παραγωγικής και της κοινωνικής δραστηριότητας παγκοσμίως, με αποτέλεσμα μίας σειράς απότομων αλλαγών στην καθημερινότητα δισεκατομμυρίων ανθρώπων και την πτώση στο επίπεδο της ποιότητας ζωής και της ευημερίας, υλικής και ψυχολογικής.

Η αποφυγή κοινωνικών επαφών επηρέασε έντονα και άμεσα το δεσμό των προσωπικών επιλογών. Η κοινωνική ζωή με τον τρόπο που υπήρχε και την είχαμε συνηθίσει περιορίστηκε, ενώ αναπτύχθηκε η ψηφιακή επαφή, η οποία αποτυπώθηκε στην εντατικοποίηση της χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

Οι συνθήκες του lockdown με την απομόνωση και την απουσία της κοινωνικής επαφής είχαν ως αποτέλεσμα την αύξηση στο άγχος, την ανησυχία, την ανασφάλεια, τον φόβο με διάφορες ψυχολογικές επιπτώσεις όπως οι αλλαγές διάθεσης, η συναισθηματική εξάντληση, η αυπνία ακόμη και η κατάθλιψη.

1.Εισαγωγή

Η λοίμωξη SARS-Cov-2 έκανε την εμφάνιση της για πρώτη φορά στην πόλη της Γούχαν στην κινέζικη επαρχία Χουμπέι τον Δεκέμβριο του 2019, με την ονομασία COVID-19, και οι επιπτώσεις της επεκτάθηκαν σε ολόκληρο τον πλανήτη. Πάνω από 390 εκατομμύρια κρούσματα και περίπου 6 εκατομμύρια απώλειες σε ανθρώπινες ζωές καταγράφηκαν παγκοσμίως μέχρι την 5/02/2022. Η πανδημία αύξησε τους θανάτους βρεφών κατά 7% το 2020, μία αύξηση που αντιστοιχεί σε 267.000 επιπλέον θανάτους, με βάση την μελέτη των οικονομολόγων της Παγκόσμιας Τράπεζας ([Εκατοντάδες χιλιάδες βρέφη πέθαναν από τις οικονομικές επιπτώσεις της πανδημίας - ΤΑ ΝΕΑ \(tanea.gr\)](#)). Αξιοσημείωτη είναι η εκτίμηση της μελέτης που δημοσιεύτηκε στο **BMJ Journal** (Σεπτέμβριος 2021), όπου αναφέρεται πως η ανάπτυξη της παγκόσμιας οικονομίας μειώθηκε κατά σχεδόν 5% το πρώτο έτος της πανδημίας (2020), κάτι που είχε ως αποτέλεσμα να αυξηθεί ο αριθμός των ανθρώπων που ζουν κάτω από το όριο της φτώχειας κατά 120 εκατομμύρια.

Σύμφωνα με το Διεθνές Νομισματικό Ταμείο για τα έτη 2020 και 2021, η μείωση της παγκόσμιας οικονομίας ήταν ύψους 11 τρισεκατομμυρίων ευρώ. *“Πρόκειται για τη μεγαλύτερη ύφεση από το οικονομικό κραχ το 1929”*, δήλωσε η επικεφαλής οικονομολόγος του Διεθνούς Νομισματικού Ταμείου Γκίτα Γκόπιντατ στο Deutsche Welle το Νοέμβριο του 2021 για να συμπληρώσει πως *“ καμία χώρα δεν θα περάσει αλώβητη την κρίση”*([Μετά τον κορωνοϊό η πανδημία χρέους | Οικονομία | DW | 20.11.2020](#)).

Ο Γενικός Διευθυντής της Παγκόσμιας Οργάνωσης Υγείας, Tedros Adhanom Ghebreyesus σε συνεδρίαση του Π Ο Υ σχολίασε πως *“ δεν καταπολεμούμε μόνο μία πανδημία, έχουμε να αντιμετωπίσουμε και μία επιδημία παραπληροφόρησης”* ([covid19.gov.gr](#)).

Ό,τι αντιμετωπίζει ολόκληρος ο πλανήτης, το αντιμετωπίζει και η Ελλάδα, σε ό,τι αφορά στα κρούσματα, τις ανθρώπινες απώλειες, την οικονομική ύφεση και τις ψυχολογικές επιπτώσεις.

Η παρούσα έρευνα και μελέτη κατέγραψαν και παρουσιάζουν τις απόψεις και τις σκέψεις των Ελλήνων με βάση ένα δείγμα 88 ερωτηματολογίων. Τα στοιχεία που παρουσιάζονται, συλλέχθηκαν από όλη την χώρα, από ενήλικες όλων των εκπαιδευτικών επιπέδων.

1.1 Σκοπός της Διατριβής

Σκοπός της έρευνας αυτής είναι να αναδείξει πόσο και πως επηρέασε τους ανθρώπους και την κοινωνία γενικότερα ο ιός Covid -19. Οι επιπτώσεις της πανδημίας ήταν τεράστιες σε οικονομικό, κοινωνικό, ψυχολογικό επίπεδο και σε επίπεδο δημόσιας υγείας. Ειδικότερα, η απειλή κατά της ανθρώπινης ζωής υπονομεύει την οικονομική δραστηριότητα, πρώτα και κύρια εκείνες τις επιχειρήσεις των οποίων ο κύκλος εργασιών στηρίζεται στην ανθρώπινη φυσική παρουσία, όπως οι πωλήσεις εμπορικών αντιπροσώπων, η εστίαση, η ψυχαγωγία, ο τουρισμός, οι αεροπορικές πτήσεις, οι κρουαζιέρες και γενικότερα ότι προϋποθέτει τη μαζική συμμετοχή των εργαζομένων, των καταναλωτών, των προμηθευτών, των πιστωτών και όλων των εμπλεκομένων μερών στην εκάστοτε παραγωγική διαδικασία.

Η παρούσα διατριβή θα δείξει τα σημεία που επηρεάστηκαν περισσότερο οι άνθρωποι μέσω της αλλαγής στη συμπεριφορά τους ως εργαζόμενοι και καταναλωτές, τόσο στον ψυχολογικό-κοινωνικό τομέα όσο και στον οικονομικό τομέα, με αποτέλεσμα την αύξηση των πτωχεύσεων των επιχειρήσεων, τη ραγδαία άνοδο της ανεργίας, την εισαγωγή ευέλικτων μορφών εργασίας, την καθιέρωση της τηλεργασίας κ.λπ.

1.2 Ταυτότητα της Έρευνας

Η έρευνα και η μελέτη αποτελούν καταγραφή και αξιοποίηση των δεδομένων που συλλέχθηκαν. Ειδικότερα,

- Η έρευνα πραγματοποιήθηκε σε όλη την Ελλάδα, τους μήνες Μάρτιος έως Αύγουστος το 2021.
- Πραγματοποιήθηκε ηλεκτρονικά, ανώνυμα χωρίς προσωπικά δεδομένα των ερωτηθέντων.
- Τα ερωτηματολόγια που μπόρεσαν να συλλεχθούν, ήταν 88. Ένα μεγάλο μέρος της συλλογής του έγινε από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

1.3 Σπουδαιότητα Έρευνας

Στην παρούσα έρευνα επιχειρείται να μελετηθούν οι επιπτώσεις της πανδημίας στα οικονομικά δεδομένα και στην ψυχική υγεία των Ελλήνων, και να μετρηθεί κατά πόσο οι ζωή τους άλλαξε και σε ποιους τομείς από την αρχή της πανδημίας.

Η γνώση των αποτελεσμάτων της παρούσας έρευνας θα είναι σημαντική για του ιθύνοντες που καταλαμβάνουν θέσης λήψης αποφάσεων, αφού θα πρέπει να γνωρίζουν κατά πόσο η πανδημία έχει μεταβάλει τις ζωές των ανθρώπων και ως εκ τούτου να προχωρήσουν σε οικονομική ενίσχυση και παράλληλα να ενισχύσουν δομές ψυχολογικής υποστήριξης για όσους θεωρούν ότι προβληματίζονται ή απειλούνται κάτω από αυτές τις νέες συνθήκες.

2. Οι συνέπειες του Covid-19

2.1 Μία ιστορική Αναδρομή

Οι κορονοϊοί εμφανίστηκαν για πρώτη φορά τη δεκαετία του 1960 και αποτελούν οικογένεια των ιών RNA με περίβλημα. Αρκετοί κορονοϊοί μπορούν να προκαλέσουν νόσο στον άνθρωπο και άλλοι διαδίδονται μόνο μεταξύ των θηλαστικών και των πτηνών. Όλοι ωστόσο, προκαλούν αναπνευστικά και νευρολογικά προβλήματα.

Η πανδημία του κορονοϊού (Covid 19) προκλήθηκε από τον κορονοϊό SARS- Cov 2 και έκανε για πρώτη φορά την εμφάνιση της στην πόλη Ουχάν, πρωτεύουσα της επαρχίας Χουπέι της Κίνας, για πρώτη φορά τον Δεκέμβριο του 2019. Αυτή η πόλη των 11 εκατομμυρίων κατοίκων έγινε το κέντρο μιας επιδημίας πνευμονίας, η οποία ήταν αγνώστου αιτιολογίας. Οι αρμόδιες αρχές της Κίνας έδρασαν ταχύτατα για τον έλεγχο της επιδημίας και κατάφεραν τον Ιανουάριο του 2020 να απομονώσουν το νέο ιό την ομάδα των ασθενών της πόλης αυτής. Θεωρείται πως η επιδημία ξεκίνησε από την τοπική αγορά θαλασσινών και βρώσιμων άγριων ζώων.

Μέσω όμως των ταξιδιωτών ο ιός μεταδόθηκε τόσο σε άλλες περιοχές της Κίνας όσο και στην ευρύτερη Ασία, την Ευρώπη, την Αμερική και την Αυστραλία. Εξαιτίας αυτής της πολύ γρήγορης εξάπλωσης ο ΠΟΥ χαρακτήρισε τον ιό ως πανδημία μέσα σε διάστημα 30 ημερών (*Who 2020*).

Στη συνέχεια, μέσα σε ένα διάστημα λίγων μηνών ολόκληρος ο πλανήτης βρέθηκε εκτεθειμένος με μία πρωτόγνωρη κατάσταση για τα δεδομένα της εποχής. Κανείς δεν περίμενε να έρθει αντιμέτωπος με μία θανατηφόρα πανδημία. Στις αρχές Μαρτίου του 2020 οι συνθήκες θα μπορούσαν να θεωρηθούν εφιαλτικές για ολόκληρο τον πλανήτη. Η έλλειψη ύπαρξης πόρων για προστασία και θεραπεία, ανάγκασαν ένα μεγάλο μέρος των κυβερνήσεων του πλανήτη, καθώς ήταν ανήμπορες στο να αναχαιτίσουν την εξάπλωση του ιού, να εφαρμόσουν μία σειρά από σκληρούς περιορισμούς όπως την καραντίνα.

2.2 Οι οικονομικές συνέπειες του SARS Cov 2

Η πανδημία του Covid-19 είχε τεράστιες οικονομικές συνέπειες σε παγκόσμιο επίπεδο.

Από το πρώτο κιάλας τρίμηνο του 2020, όπου ο ιός ξέφυγε από τον έλεγχο, ανάγκασε τις κυβερνήσεις να ανακοινώσουν μέτρα απομόνωσης και εγκλεισμού, με αποτέλεσμα να επηρεαστεί άμεσα όχι μόνο το εισόδημα των πολιτών, αλλά και η παγκόσμια οικονομία και κοινωνία συνολικά.

Πολλές επιχειρήσεις, βιομηχανίες, εργοστάσια ακόμα και επιχειρηματικοί κολοσσοί ανέστειλαν προσωρινά την λειτουργία τους ή έκλεισαν εντελώς την παραγωγή τους. Αυτά, σε συνδυασμό με την απαγόρευση των μετακινήσεων και το κλείσιμο της εστίασης και του εμπορίου, η κατάσταση, σταδιακά, από χώρα σε χώρα έγινε ασφυκτική.

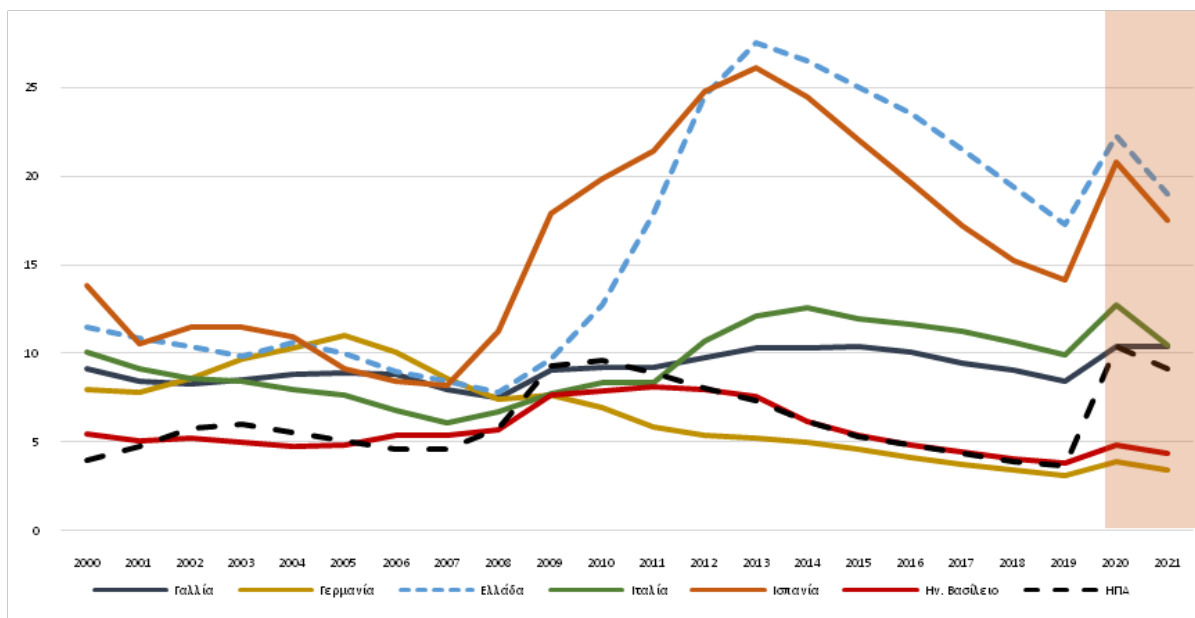
Τα σκληρά μέτρα, τα οποία εφαρμόστηκαν, είχαν ως αποτέλεσμα πολλές επιχειρήσεις να σταματήσουν τη λειτουργία τους και ανεργία να εκτοξευθεί.

Το παρακάτω διάγραμμα παρουσιάζει το ποσοστά ανεργίας τόσο για μεγάλες ευρωπαϊκές οικονομίες όσο και για την Ελλάδα. Είναι απολύτως, εμφανές το σοκ που προκάλεσε η πανδημία για το 2020, καθώς σε όλες τις οικονομίες, η ανεργία εκτοξεύεται κατά το έτος αυτό.

Η Ελλάδα μετά το σοκ αυτό, φαίνεται να έχει το υψηλότερο ποσοστό ανεργίας μεταξύ των εξεταζόμενων χωρών και κατά το έτος του 2021.

Ωστόσο, βλέπουμε πως σε χώρες όπως είναι η Ισπανία και οι Η.Π.Α το ποσοστό ανεργίας στην έξαρση της πανδημίας είναι αρκετά μεγαλύτερο από τις υπόλοιπες, με τη Γερμανία, την Γαλλία και το Ηνωμένο Βασίλειο να αντιμετωπίζουν με περισσότερη αποτελεσματικότητα τη νέα αυτή κρίση.

Ποσοστό ανεργίας (%) σε επιλεγμένες οικονομίες (2000-2021)



Πηγή: MF – World Economic Outlook (April 2020 Database). Retrieved from: <https://www.imf.org/external/pubs/ft/weo/2020/01/weodata/index.aspx>

Αυτό το σοκ ανεργίας που αντιμετώπισαν όλες οι παγκόσμιες οικονομίες κατά το έτος του 2020, συνέβη ανάλογα και στο ποσοστό του πληθυσμού που βρίσκεται σε κίνδυνο φτώχειας. Έτσι, ανεργία και φτώχεια εκφράστηκαν ταυτόχρονα.

Στον παρακάτω πίνακα παρουσιάζεται σε απόλυτα μεγέθη το ποσό του πληθυσμού που βρίσκεται σε κίνδυνο φτώχειας για τις επιλεγμένες χώρες.

Πηγή: IMF – World Economic Outlook (April 2020 Database) and author's calculations. Retrieved from: <https://www.imf.org/external/pubs/ft/weo/2020/01/weodata/index.aspx>

Πίνακας 2. Πληθυσμός (χιλιάδες άτομα) σε κίνδυνο φτώχειας (2016-2021)

	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Γαλλία	8562	8310	8497	8988	9138	8767
Γερμανία	13418	13139	13048	14198	13824	14095
Ελλάδα	2256	2151	1954	1882	1991	1836
Ιταλία	12481	12235	12229	12171	12576	12134
Ισπανία	10269	9950	9950	9955	10146	9957

Ην.	10268	11075	12168	6483	8146	7503
Βασίλειο						
ΗΠΑ	80754	79646	78503	82266	102611	98210

Με εξαίρεση την Γερμανία, όπου οι άνθρωποι που βρίσκονταν σε κίνδυνο φτώχειας μειώθηκαν την περίοδο 2019-2020, σε όλες τις υπόλοιπες χώρες παρατηρήθηκε μεγάλη αύξηση. Η μεγαλύτερη αύξηση παρατηρήθηκε στην κοινωνία των Ηνωμένων Πολιτειών της Αμερικής κατά το 2020, ενώ ακολουθούν οι περιπτώσεις του Ηνωμένου Βασιλείου και της Ελλάδας.

Σχεδόν αμέσως μετά την κήρυξη του Covid-19 ως πανδημία από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ) η τιμή του πετρελαίου υποχώρησε σε αρνητικά επίπεδα (Who 2020), καθώς η προσφορά των καυσίμου ξεπερνούσε την ζήτηση, και η πανδημία ανάγκασε το μεγαλύτερο μέρος του πληθυσμού να σταματήσει να ταξιδεύει, ενώ μειώθηκαν σημαντικά οι εξαγωγές της κάθε χώρας.

Οι αρνητικές επιδράσεις της μείωσης των εξαγωγών και κυρίως στον τομέα της ναυτιλίας είχε ως αποτέλεσμα το παγκόσμιο ΑΕΠ (Ακαθάριστο Εγχώριο Προϊόν) να μειωθεί.

Σύμφωνα με την Goldman Sachs (*timeline*, 2020) το παγκόσμιο ΑΕΠ μειώθηκε κατά 1%, επισημαίνοντας πως η μείωση αυτή είναι μεγαλύτερη και από το έτος που ακολούθησε την παγκόσμια χρηματοπιστωτική κρίση του 2008.

Για την Ελλάδα η μείωση του ΑΕΠ έφτασε σχεδόν το 6% το έτος του 2020 σύμφωνα με την έκθεση της Ευρωπαϊκής Τράπεζας Ανασυγκρότησης και Ανάπτυξης (*capital*, 2020). Η εφαρμογή περιοριστικών μέτρων εξαιτίας της πανδημίας επηρέασε αρνητικά τις επιχειρήσεις, ιδιαίτερα τις μικρές και τις μεσαίες, και διέκοψε απότομα τη σταθερή ανάκαμψη της Ελληνικής οικονομίας.

Όλοι αυτοί οι περιορισμοί δημιούργησαν σοβαρό πλήγμα και στις αεροπορικές εταιρίες, καθώς ο τουρισμός και γενικά οι μετακινήσεις των πολιτών σταμάτησαν. Ως αποτέλεσμα αυτού, πολλές αεροπορικές εταιρίες ήρθαν αντιμέτωπες ακόμα και με την χρεωκοπία, και ως ύστατη λύση ζήτησαν οικονομική ενίσχυση από το κράτος. Πολλές κυβερνήσεις όπως των Ηνωμένων Πολιτειών της Αμερικής και μεγάλες οικονομικές δυνάμεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης χορήγησαν πακέτα στήριξης σε αεροπορικές εταιρίες με στόχο να μπορέσουν αυτές να επιβιώσουν από την οικονομική αναταραχή που προκάλεσε η πανδημία του Covid-19.

Η πανδημική κρίση του Covid-19 καθήλωσε το σύνολο σχεδόν των αεροπορικών εταιριών, οπότε η κρατική ενίσχυση του συγκεκριμένου κλάδου αποτέλεσε μονόδρομο. Σύμφωνα με τη Διεθνή Ένωση Αερομεταφορών (IATA) τα χρήματα που είχαν στα ταμεία τους οι αεροπορικές εταιρίες στην Ευρώπη αρκούσαν κατά μέσο όρο για το χρονικό διάστημα δύο μηνών, και πως το δεύτερο τρίμηνο του 2020 οι απώλειες ξεπερνούσαν τα 55 δισ. Ευρώ.

Ενδεικτικό αυτού είναι πως ο διευθύνων σύμβουλος της Lufthansa, Carsten Spohr, σε δήλωση του ανέφερε πως η εταιρία του έχει απώλειες της τάξεως του 1 εκατομμυρίου ευρώ ανά ώρα. (Capital 2020).

Αρκετές εκτιμήσεις για τις οικονομικές επιπτώσεις της πανδημίας έχουν πραγματοποιηθεί από διεθνείς και εγχώριους οργανισμούς, όπως είναι το Διεθνές Νομισματικό Ταμείο, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, η Eurostat, η Ελστατ κ.α, με αξιόλογες διαφοροποιήσεις στις εκτιμήσεις τους ως προς την διάρκεια της κρίσης, την ταχύτητα λήψης αποφάσεων και μέτρων, καθώς και τις επιπτώσεις της στη διάρθρωση της εκάστοτε οικονομίας. Παρόλα αυτά, οι οικονομικές επιπτώσεις από την πανδημία είναι δύσκολο να προσδιοριστούν επακριβώς, καθώς το φαινόμενο αυτό είναι ακόμα σε εξέλιξη.

Σύμφωνα με ανάλυση που έγινε από το ΚΕΠΕ (Κέντρο Προγραμματισμού και Οικονομικών Ερευνών 2020) δημιουργήθηκε η εικόνα πως το μεγαλύτερο μέρος της συρρίκνωσης της Ελληνικής οικονομίας προκλήθηκε από τις αρνητικές επιδράσεις της μείωσης των εξαγωγών και κατά κύριο λόγο από τους τομείς του τουρισμού και της ναυτιλίας.

Σύμφωνα με την Ελληνική Συνομοσπονδία Εμπορίου και Επιχειρηματικότητας σε έρευνα (eese.gr) που πραγματοποίησε για την συμπεριφορά των καταναλωτών στις πληττόμενες από την πανδημία επιχειρήσεις, παρατηρήθηκε πως η δυσκολία στις εισαγωγές ίσως δώσει την δυνατότητα στον ελληνικό παραγωγικό τομέα να μπορέσει να ανταποκριθεί στην ελληνική ζήτηση και να ανασυγκροτηθεί, όπως αυτό συνέβη και μετά την οικονομική κρίση του 2012.

Άξιο αναφοράς ήταν και οι προτάσεις που έδωσαν οι έμποροι και επιχειρηματίες σχετικά με την χρηματοδότηση και το πρόβλημα της ρευστότητας (ΕΣΕΕ). Μερικές από αυτές είναι:

- Πάγωμα των εξόδων ή χρεώσεων κίνησης στους λογαριασμούς τραπεζών με τη χρήση e-banking .
- Για τη δημιουργία ηλεκτρονικών καταστημάτων (e-shop), διάφορες επιδοτήσεις των εργαλείων.
- Ειδική μέριμνα για τις εποχιακές επιχειρήσεις (πάγωμα πληρωμών μέχρι την έναρξη του 2021).
- Ακατάσχετος Λογαριασμός.
- Διάφορα δάνεια σε καταναλωτές (τάξεως 2.000 ευρώ) με σκοπό την ενίσχυση της καταναλωτικής ζήτησης.
- Εφάπαξ επιδότηση για την επανεκκίνηση της επιχείρησης (5.000 ευρώ).

2.3 Οι ψυχοκοινωνικές συνέπειες του SARS Cov 2

Σύμφωνα με τον Π.Ο.Υ., η ψυχική υγεία είναι μια κατάσταση ευεξίας, κατά την οποία ένα άτομο συνειδητοποιεί τις δικές του ικανότητες, μπορεί να αντιμετωπίσει τις φυσιολογικές πιέσεις της ζωής, μπορεί να εργαστεί παραγωγικά και είναι σε θέση να συμβάλλει στην κοινότητά του (WHO, 2015).

Ο ιός SARS- Cov-2 και η πανδημία ανέτρεψαν τα δεδομένα της καθημερινότητας για το μεγαλύτερο μέρος των ανθρώπων σε ολόκληρο τον πλανήτη μέσα σε ελάχιστο χρονικό διάστημα. Παρέες και συναντήσεις συγγενών και φίλων δεν επιτρέπονταν. Παιδιά δεν μπορούσαν να επισκεφτούν γονείς και φίλους. Όλες οι κοινωνικές συναναστροφές και επαφές σταμάτησαν σε διάστημα λίγων ημερών σε ολόκληρο τον πλανήτη. Οι περισσότεροι άνθρωποι έκαναν στην άκρη για να περάσουν κάποιοι άλλοι που περπατούσαν αντίθετα στον δρόμο και όταν αυτό δεν μπορούσε να πραγματοποιηθεί κρατούσαν την αναπνοή τους μέχρι να απομακρυνθούν. Κυριάρχησε η καχυποψία για τους συνανθρώπους, με αποτέλεσμα να δημιουργείται φόβος για τον άλλον.

Για τη δημόσια υγεία, καταστάσεις όπως αυτή της πανδημίας, που μπορούν να θεωρηθούν έκτακτης ανάγκης, επιδρούν αρνητικά τόσο την υγεία όσο και την ευημερία των ανθρώπων, αφού προκαλούν σύγχυση, ανασφάλεια, συναισθηματική απομόνωση, είτε ατομικά είτε συλλογικά, και αύξηση της συχνότητας εμφάνισης ψυχολογικών κρίσεων (Xiang et. 2020), λόγω της απώλειας της εργασίας, των οικονομικών δυσχερειών και των περιορισμένων πόρων για ιατρική - υγειονομική φροντίδα.

Αυτές οι συνέπειες μπορούν να προκαλέσουν μία σειρά συναισθηματικών αντιδράσεων, άσχημες συμπεριφορές και μη συμμόρφωση με τις συστάσεις και τις οδηγίες που αφορούν τη δημόσια υγεία.

Η πανδημία του Covid-19 είναι ίσως η μεγαλύτερη υγειονομική απειλή του 21ου αιώνα. Ανεξάρτητα από τις επιπτώσεις στη σωματική υγεία, τέτοιες επιδημικές κρίσεις έχουν την ικανότητα να προκαλέσουν εκτεταμένη ψυχολογική βλάβη (First et. 2020).

Ορισμένες κοινωνικές ομάδες μπορεί να είναι περισσότερο ευάλωτες στις ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις από άλλες στη διάρκεια της υγειονομικής κρίσης. Πιο συγκεκριμένα, άτομα με ήδη υπάρχοντα ιατρικά ή ψυχολογικά προβλήματα, ή άτομα που ήταν επιρρεπή στην χρήση ψυχοτρόπων ουσιών, τέθηκαν αυτόματα στον κίνδυνο για ψυχοκοινωνικά προβλήματα.

Επιπλέον, οι εργαζόμενοι στον κλάδο της υγείας είναι και αυτοί ιδιαίτερα ευάλωτοι στη συναισθηματική απόγνωση από την πανδημία. Είναι άνθρωποι που έρχονται σε

δυναμικά συνεχή επαφή με τον ιό, ανησυχώντας παράλληλα για τυχόν πιθανή μόλυνση, την φροντίδα των αγαπημένων προσώπων τους, αλλά και για την έλλειψη μέσων για την ατομική τους προστασία.

Οι οδηγίες από τις αρμόδιες αρχές για απομόνωση με την μορφή εγκλεισμού ήταν πρωτόγνωρες για ολόκληρο τον πλανήτη και δημιούργησαν μία μορφή ανησυχίας για το ποια θα είναι η αντίδραση των ανθρώπων τόσο ατομικά όσο και συλλογικά. Οι άνθρωποι που τίθενται σε καραντίνα μπορεί να βιώσουν διάφορα συναισθήματα, όπως είναι το άγχος, η κατάθλιψη, ο φόβος, η ανησυχία, ο θυμός, η σύγχυση ακόμα και η απογοήτευση.

Στην συγκεκριμένη πανδημία του κορονοϊού, ο κατ' οίκο περιορισμός των ανθρώπων σε μεγάλες και αόριστες χρονικές περιόδους σε συνδυασμό με τα αντίθετα μηνύματα από κυβερνητικές και τις δημόσιες αρχές υγείας μπορούν να επιδεινώσουν τους παραπάνω κινδύνους.

Η πανδημική αυτή κρίση φαίνεται ότι δημιουργεί ψυχολογικά προβλήματα υγείας όπως είναι το άγχος, η κατάθλιψη, η απυνία, η άρνηση, ο θυμός και ο φόβος (Torales et. 2020).

Έρευνες που διενεργήθηκαν στο παρελθόν αναφορικά με το ξέσπασμα του σοβαρού οξέος αναπνευστικού συνδρόμου (SARS) του 2003, ανέδειξαν ότι είχε μακροπρόθεσμες συνέπειες στην ψυχική υγεία, τόσο στο γενικό πληθυσμό όσο και στο υγειονομικό προσωπικό, καθώς η μετατραυματική διαταραχή του στρες ήταν η πιο διαδεδομένη μακροχρόνια ψυχιατρική κατάσταση, ακολουθούμενη από καταθλιπτικές και άλλες αγχώδεις διαταραχές (Mak et al., 2009; Khalid et al., 2016). Επιπλέον, έρευνα που πραγματοποιήθηκε στην Κορέα μετά το ξέσπασμα του Mers-Cov το 2015, ανέδειξε ότι η απομόνωση προσβεβλημένων ασθενών με θεραπεία αιμοκάθαρσης τους προκάλεσε ιδιαίτερα αυξημένα επίπεδα άγχους (Kim et al., 2019). Ανάλογα στοιχεία για την εμφάνιση ψυχολογικών ή ψυχιατρικών διαταραχών σε εργαζόμενους στον τομέα της υγείας έχουμε από έρευνες που διεξήχθησαν κατά το ξέσπασμα του SARS-CoV στη Σιγκαπούρη και στην Ταιβάν το 2003, του MERS στην Κορέα το 2015, του Ebola στη Σιέρα Λεόνε το 2014 και στο Κονγκό το 2018 (Srivatsa & Stewart, 2020; Park et al., 2018).

Σύμφωνα με πρόσφατες μελέτες, η κατάσταση έκτακτης ανάγκης για τη δημόσια υγεία που προκύπτει από τον COVID-19 επηρεάζει αρνητικά την ψυχική υγεία του πληθυσμού και αυξάνει τη συχνότητα εμφάνισης ψυχολογικών κρίσεων (Xiang et al., 2020).

Οι ειδικοί προχώρησαν σε διάφορες συστάσεις για τη διαχείριση των ψυχοκοινωνικών επιπτώσεων που επέφερε η πανδημία, ανάμεσα σε αυτές είναι και η εκμετάλλευση της τεχνολογίας.

Η ψυχολόγος-ψυχοθεραπεύτρια Χρυσάνθη Πασσά([doctoranytime](https://www.doctoranytime.com)) τόνισε πως: “ το πιο απλό μέσο, ακόμα και για τους μη εξοικειωμένους είναι το τηλέφωνο, σταθερό ή κινητό, και συστήνεται να αυξηθούν οι κλήσεις, να αποφευχθούν τα μηνύματα, και να

αυξηθούν οι “ζωντανές” κλήσεις. Για του πιο εξοικειωμένους συνίσταται να χρησιμοποιούν video-κλήσεις, τηλεσυναντήσεις και άλλες εφαρμογές όπου η “ζωντανή” επικοινωνία αμβλύνει την οξυύτητα τη μοναξιάς”. Η επανάληψη επικοινωνίας έχει θεωρηθεί πολύ πιο σημαντική από την διάρκεια της. Επιπλέον συμβουλεύει πως καλό θα είναι να περιοριστεί όσο το δυνατόν περισσότερο η παρακολούθηση των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης επιλέγοντας ο καθένας μας τον χρόνο και τον τρόπο της ενημέρωσης, “δεν είναι ανάγκη να ακούμε ειδήσεις και σχόλια για την πανδημία από το πρωί μέχρι το βράδυ. Πρέπει να ασχοληθούμε και να φροντίζουμε τα συναισθήματα μας, ενισχυτικά στην ψυχική μας υγεία λειτουργεί η ενασχόληση και η φροντίδα των συναισθημάτων μας. Να παρατηρούμε και να αποδεχόμαστε χωρίς κριτική ακόμα και τα δυσάρεστα γεγονότα. Σημαντική είναι η διατήρηση της ρουτίνας ώστε να περιορίζονται τα συναισθήματα μελαγχολίας και άνοιας, η σωματική άσκηση και η ισορροπημένη διατροφή βοηθούν πάντα”, ανέφερε χαρακτηριστικά κλείνοντας”.

Λαμβάνοντας, λοιπόν, υπόψιν τα παραπάνω, οι προσπάθειες πρόληψης, ο έλεγχος προβλημάτων ψυχολογικής υγείας και η ψυχοκοινωνική υποστήριξη πρέπει να δώσουν τη μεγαλύτερη βάση τους σε όλες αυτές τις κοινωνικές ομάδες που διατρέχουν υψηλότερο κίνδυνο για τη δημιουργία ψυχοκοινωνικών προβλημάτων. Η δύσκολη αυτή περίοδος δίνει τη δυνατότητα να βελτιώσουμε την αντίληψή μας για το πως να παρέχουμε ψυχολογική υποστήριξη στο επίπεδο του πληθυσμού. Δράττοντας παράλληλα την ευκαιρία για να βρούμε νέους τρόπους αντιμετώπισης του προβλήματος και να εφαρμόσουμε όλα τα βήματα για την αντιμετώπισή του.

Μερικά παραδείγματα για την ψυχική υγεία και ψυχοκοινωνική υποστήριξη κατά τη διάρκεια της πανδημίας, όπως παρουσιάστηκαν στην έκθεση του ΟΗΕ “Covid-19 and the Need for Action on Mental Health περιλαμβάνουν ([un_policy_brief-covid_and_mental_health_final.pdf](#)):

- Ομάδες πολιτών από την Αίγυπτο, την Κένυα, το Νεπάλ, τη Μαλαισία και τη Νέα Ζηλανδία μεταξύ άλλων, ανέφεραν ότι αυξάνουν τις τηλεφωνικές γραμμές έκτακτης ανάγκης για την παρακολούθηση της ψυχικής υγείας για να βοηθήσουν άτομα σε ανάγκη. Αυτό περιλαμβάνει αναφορές υπηρεσιών που βοήθησαν στην εισαγωγή καινοτομιών που έχουν σχεδιαστεί για δράση μετά την πανδημία.
- Στις Μπαχάμες, που καταστράφηκαν πρόσφατα από τον τυφώνα Dorian, η κυβέρνηση και οργανισμοί ενώνονται για να ανταποκριθούν στις ψυχικές και ψυχοκοινωνικές συνέπειες της πανδημίας COVID-19.
- Στη Νιγηρία, η Νιγηριανή Ένωση Ψυχιάτρων, η Ένωση Ψυχιατρικών Νοσηλευτών, οι εργαζόμενοι σε κλινικές υγείας καθώς και οι ΜΚΟ ψυχικής υγείας, συνασπίστηκαν για να σχηματίσουν τους Covid19 Partners στην Ψυχική Υγεία. Συνεργάζονται τόσο με την κυβέρνηση όσο και με την κοινωνία των πολιτών για να προσφέρουν εκπαίδευση στην ψυχική υγεία, την τηλεθεραπεία και την έρευνα.”

Πέραν από τις αναφορές του ΟΗΕ ([un_policy_brief-covid_and_mental_health_final.pdf](#)) για την ανησυχία που επικρατεί σε όλη την υφήλιο, και στην χώρα μας αναγνωρίζεται το πρόβλημα αυτό. Σύμφωνα με την Υφυπουργό Υγείας Ζωή Ράπτη: *“Η ψυχολογία των ανθρώπων δεν είναι διακόπτης που ανοιγοκλείνει, ώστε να επανέλθουμε στην πρότερη κατάσταση μόλις αποκατασταθεί η κανονικότητα. Γι’ αυτό θα απαιτηθούν εκτεταμένες και συστηματικές παρεμβάσεις για να επουλωθούν οι πληγές που έχουν ανοίξει”*.

Επιστήμονες στην Ελλάδα αλλά και σε ολόκληρο τον κόσμο έχουν τονίσει τους κινδύνους που έχει και εξακολουθεί να προκαλεί η πανδημία του COVID-19 στις ζωές των ανθρώπων, κίνδυνοι που κατά κύριο λόγο επηρεάζουν την ψυχική τους υγεία σε αρκετά μεγάλο βαθμό. Διάφορες μελέτες και έρευνες έχουν πραγματοποιηθεί κατά το διάστημα των τελευταίων δύο ετών. Έρευνα του Πανεπιστημίου Αθηνών που πραγματοποιήθηκε την άνοιξη του 2020 με αντικείμενο τις ψυχολογικές αντιδράσεις που σχετίζονται με την πανδημία του COVID-19, κατέγραψε πως το 35,7% των ανθρώπων είχαν υψηλά επίπεδα φόβου, το 22,8% κάποιο συναισθήματα κατάθλιψης και το 77% σε μεγάλο βαθμό άγχος. Οι γυναίκες φάνηκε να ανησυχούν περισσότερο από τους άντρες, τους ηλικιωμένους να ανησυχούν περισσότερο από τους νέους, ενώ οι κάτω των 30 χρονών δεν είχαν τον φόβο ενός επικείμενου θανάτου και δεν έδειξαν κάποιο σημάδι κατάθλιψης ([ethnos.gr 2020](#)). Η απομόνωση και ο εγκλεισμός είναι μία πηγή που συχνά αυξάνει το άγχος και το αίσθημα του φόβου, για αυτό και κρίνεται απαραίτητο η βοήθεια στο συνάνθρωπο που τείνει να παρουσιάζει μία ευαισθησία στις αλλαγές.

Από τα στατιστικά της Ευρώπης ([ethnos.gr 2020](#)) εκτιμάται πως πάνω από το 50% των κατοίκων της δέχτηκαν ή συνεχίζουν να δέχονται ψυχολογική πίεση και τείνουν να παρουσιάζουν διάφορες μορφές άγχους που οφείλονται στον αντίκτυπο της πανδημίας. Υπάρχουν όμως και άνθρωποι που καταφέρνουν να διαχειρίζονται πιο αποτελεσματικά την καθημερινότητα και τα συναισθήματά τους, με βάση και τις προτάσεις και τις συμβουλές των ειδικών.

Η πανδημία του COVID-19 προκαλεί πρώτα από όλα σωματική και στη συνέχεια ψυχολογική αδυναμία που αρκετές φορές αποτυπώνεται στο υποσυνείδητο με αποτέλεσμα να αυξάνονται οι άνθρωποι που παρουσιάζουν κάποιο είδος κατάθλιψης. Οι ειδικοί τονίζουν πως πλέον παρουσιάζονται μορφές κατάθλιψης με σχεδόν τριπλάσιες επιπτώσεις στους ανθρώπους, κατά την διάρκεια του εγκλεισμού και της απομόνωσης ([hygeia.gr](#)).

Στην Έκθεση "COVID-19 and the Need for Action on Mental Health" του ΟΗΕ, διαβάζουμε: *“Όσοι είχαν προηγουμένως κάποιες κρίσεις άγχους και αγωνίας, μπορεί να βιώσουν μια αύξηση στον αριθμό και την ένταση αυτών και κάποιοι να επιβαρυνθούν ψυχολογικά. Και εκείνοι που προηγουμένως είχαν υγιή ψυχική και πνευματική κατάσταση, μπορεί να παρουσιάσουν αλλαγή της κατάστασής τους και μειωμένη λειτουργικότητα.”*

Υπάρχει προβληματισμός ως προς τον κίνδυνο αύξησης της τάσης για αυτοκτονία στους ήδη επιβαρυσμένους ψυχικά ασθενείς, αλλά και γενικότερα. Η απώλεια της εργασίας και οι αυξημένες οικονομικές ανάγκες (*Stuckler, et. 2020*), όπως επίσης, η κοινωνική απομόνωση, η κατανάλωση αλκοόλ και η αύξηση ενδοοικογενειακής βίας μπορούν να αποτελέσουν παράγοντες που επιδρούν στην αύξηση αυτοκτονικής συμπεριφοράς (*O' Connor & Kirtley, 2018*).

Όλα τα παραπάνω, πέραν της επίδρασης που μπορεί να έχουν στη συνολική υγεία των ανθρώπων, μπορούν να επηρεάσουν τις καθημερινές συμπεριφορές, την οικονομία, τις στρατηγικές πρόληψης και λήψης αποφάσεων από τους κρατικούς φορείς και τους οργανισμούς δημόσιας υγείας, και έτσι μπορούν να αποδυναμώσουν τις στρατηγικές ελέγχου της πανδημίας και να οδηγήσουν σε αύξηση της νοσηρότητας και των αναγκών της ψυχικής υγείας (*Torales et. 2020*).

Οι διαπιστώσεις αυτές έδωσαν το έναυσμα για την υλοποίηση της παρούσας έρευνας, με σκοπό να αναδειχθούν οι επιπτώσεις που προκάλεσε η πανδημία του Covid-19 στους πολίτες, τόσο σε οικονομικό, όσο και σε ψυχοκοινωνικό επίπεδο.

Μέρος Β

3. Εμπειρική Έρευνα

3.1 Γενικά- Τομείς έρευνας

Η εμπειρική έρευνα καλύπτει δύο (2) τομείς επιπτώσεων της πανδημίας στους πολίτες:

- Τις οικονομικές επιπτώσεις
- Τις ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις

3.2 Δείγμα και ερωτηματολόγιο πρωτογενούς έρευνας

Ερευνητικός σκοπός-ερωτήματα

Η παρούσα έρευνα πραγματοποιήθηκε με αφορμή το φαινόμενο της πανδημίας του Covid-19, το οποίο επηρέασε την ανθρωπότητα. Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι να διερευνηθούν οι συνέπειες που προκάλεσε η πανδημία στους ανθρώπους στην Ελλάδα, τόσο σε οικονομικό όσο και σε ψυχοκοινωνικό επίπεδο.

Σχεδιασμός Έρευνας

Διεξήχθη μία ποσοτική έρευνα, περιγραφική και συσχέτισης, με μη πειραματικό σχεδιασμό, χρησιμοποιώντας ερωτηματολόγιο με διχοτομικές κλίμακες και τύπου πολλαπλών απαντήσεων ερωτήσεων.

Πληθυσμός- Δείγμα

Πληθυσμό της έρευνας αποτέλεσε το σύνολο των κατοίκων στην Ελλάδα. Αναφορικά με το δείγμα, στην παρούσα έρευνα συμμετείχαν 88 άτομα, ανεξαρτήτου φύλου ή ηλικίας, τα οποία ανταποκρίθηκαν στη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου κατά το χρονικό διάστημα που ορίστηκε να διεξαχθεί η έρευνα.

Εργαλείο έρευνας

Χρησιμοποιήθηκε ερωτηματολόγιο 32 ερωτήσεων που αφορούσαν στα δημογραφικά στοιχεία των ερωτηθέντων, τις οικονομικές συνέπειες της πανδημίας, τις ψυχολογικές συνέπειες της πανδημίας και τη γνώμη τους για το μέλλον.

Το ερωτηματολόγιο κατασκευάστηκε πρωτότυπα από τον ερευνητή. Η διάρκεια συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου υπολογίζεται στα 10 λεπτά. Η συλλογή των δεδομένων έγινε με χρήση της εφαρμογής Google Forms.

Διεξαγωγή έρευνας

Κατά τη διεξαγωγή της έρευνας:

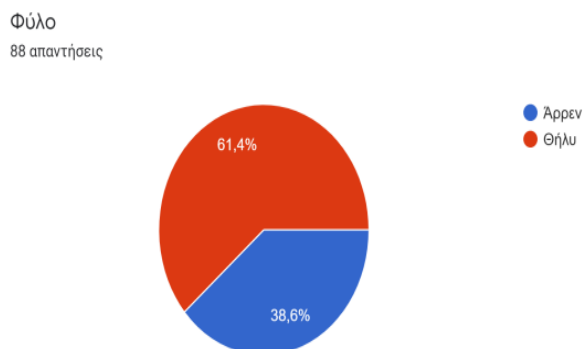
- Οι συμμετέχοντες ενημερώθηκαν για τον ερευνητικό σκοπό και ότι η συμμετοχή τους είναι εθελοντική και ανώνυμη.
- Η συμμετοχή στην έρευνα έγινε με τη συγκατάθεση των ερωτηθέντων.
- Ο ερευνητής γνωστοποίησε τα προσωπικά του δεδομένα στους συμμετέχοντες, σε περίπτωση που θελήσουν να ενημερωθούν για τα αποτελέσματά της.

Μέθοδοι Στατιστικής Ανάλυσης

Η στατιστική ανάλυση πραγματοποιήθηκε με τη χρήση του Microsoft Office Excel 2018.

3.3 Αποτελέσματα πρωτογενούς έρευνας

Κατανομή φύλου



Το 38,6% της έρευνας ήταν άνδρες και το 61,4% γυναίκες.

Ηλικιακή Κατανομή

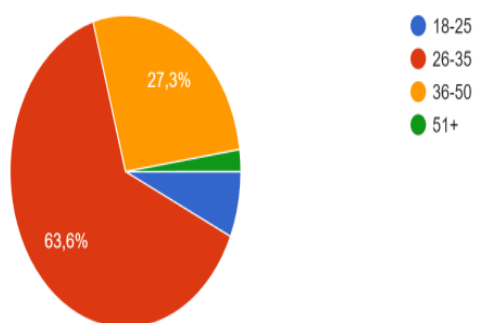
Ερευνήθηκε ο πληθυσμός ηλικίας μεγαλύτερης των 18 ετών. Το δείγμα ομαδοποιήθηκε σε 4 κατηγορίες:

- 18-25 ετών που αφορούν στην ηλικία σπουδών,
- 26-35 ετών που θεωρείται ηλικία μεταπτυχιακών/ διδακτορικών σπουδών και βασικής εργασίας,
- 36-50 ετών που είναι η ηλικία ανώτερης εργασίας και
- άνω των 51 ετών που ξεκινά σιγά σιγά η ηλικία της συνταξιοδότησης.

Η ηλικιακή κατανομή του δείγματος είναι η εξής:

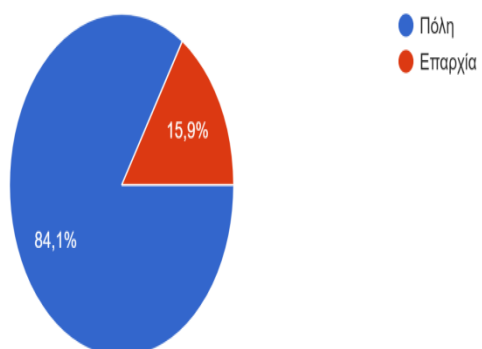
18-25 ετών	6,8%
26-35 ετών	63,6%
36-50 ετών	27,3%
≥ 51 ετών	2,3%

Ηλικία
88 απαντήσεις



Γεωγραφική Κατανομή

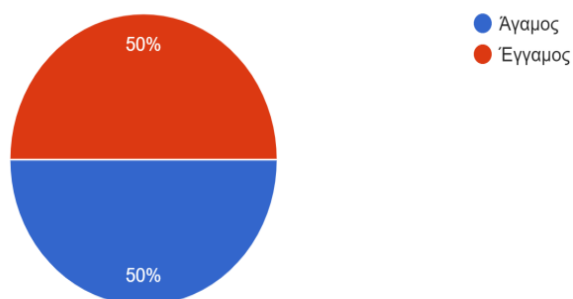
Περιοχή κατοικίας
88 απαντήσεις



Το 84,1% των ερωτηθέντων απάντησε πως κατοικεί σε πόλη, ενώ μόλις το 15,9% στην επαρχία.

Οικογενειακή Κατάσταση

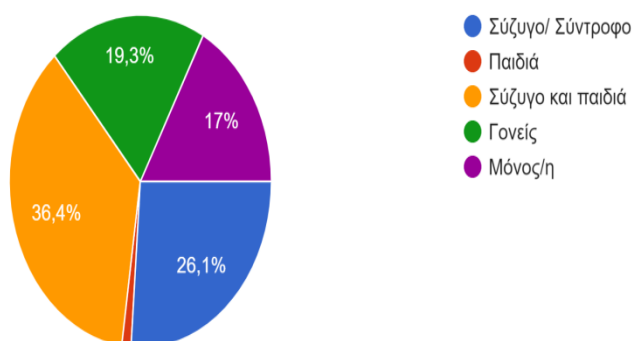
Οικογενειακή Κατάσταση
88 απαντήσεις



Στη συγκεκριμένη ερώτηση οι απαντήσεις ήταν μοιρασμένες καθώς το 50% δήλωσε πως είναι έγγαμο και το άλλο 50% αντιστοίχως άγαμο.

Συγκατοίκηση

Μένετε μαζί με:
88 απαντήσεις



Η συγκατοίκηση είναι αναμενόμενο να παίζει σημαντικό ρόλο τόσο στην αλληλεπίδραση των ανθρώπων που μένουν μαζί, όσο και στη διασπορά ΤΟΥ ΙΟΥ,

αλλά και στις ψυχολογικές επιδράσεις του, για αυτό και κρίθηκε σκόπιμο να ερευνηθεί.

Στη συγκεκριμένη ερώτηση το 26,1% απάντησε πως διαμένει με τον/την σύζυγο ή σύντροφο του, το 1,1% είναι μονογονεϊκή οικογένεια, το 36,4% διαμένει με τον/την σύζυγο του και τα παιδιά, το 19,3% διαμένει με τους γονείς, ενώ στο 26,1% το νοικοκυριό αποτελείται από ένα μόνο άτομο.

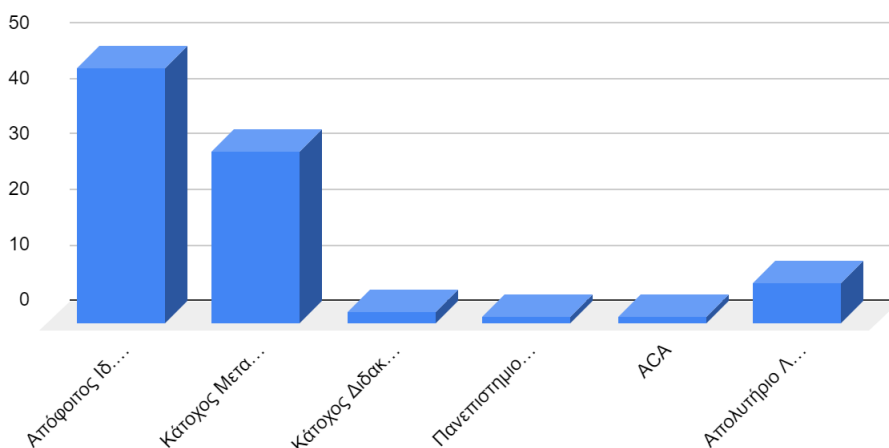
Αξίζει να σημειωθεί πως το 19,3% που διαμένει με τους γονείς, αφορά στις ηλικιακές κατηγορίες 18-25 ετών και 26-35 ετών, όπου στην πρώτη κατηγορία ανήκει το 11,8% ενώ στην δεύτερη το 88,2% αντίστοιχα.

Μορφωτικό Επίπεδο

Σκοπός της συγκεκριμένης ερώτησης ήταν να μελετηθεί αν το μορφωτικό επίπεδο των ερωτηθέντων σχετίζεται με τις επιπτώσεις του κορονοϊού.

Από τις απαντήσεις βλέπουμε πως μόλις το 8% έχει απολυτήριο Λυκείου. Το 52,3% δήλωσε πως είναι κάτοχος Ανώτατου Εκπαιδευτικού διπλώματος συμπεριλαμβανομένων και των Τεχνικών Ιδρυμάτων. Το 35,2 % των ερωτηθέντων είναι κάτοχος μεταπτυχιακού διπλώματος και το 2,3% διδακτορικού διπλώματος. Ενώ το 2,2% επέλεξε την επιλογή "Άλλο" και οι απαντήσεις αφορούσαν στρατιωτική εκπαίδευση ή κάποιο πανεπιστήμιο του εξωτερικού.

Μέτρηση από Ποιό είναι το επίπεδο εκπαίδευσης σας;



Μέτρηση από Ποιό είναι το επίπεδο εκπαίδευσης σας;

Επαγγελματικό Προφίλ

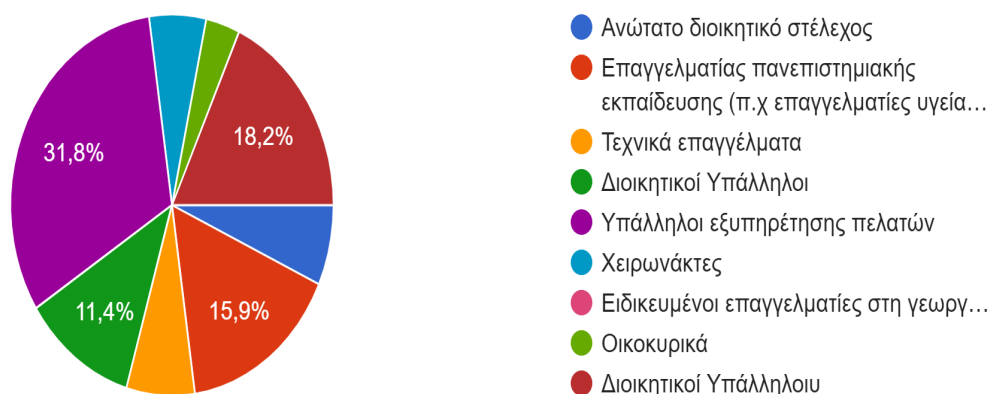
Το επαγγελματικό προφίλ του δείγματος φαίνεται στον παρακάτω πίνακα.

Ελεύθερη /ος Επαγγελματίας	11,4%
Δημόσιος Υπάλληλος	18,2%
Ιδιωτική/ος Υπάλληλος	65,9%
Συνταξιούχος	2,3%
Άνεργος/η	1,1%
Φοιτητής/τρια	1,1%

Στις παραπάνω απαντήσεις προσπαθήσαμε να εμβαθύνουμε σε σχέση με την μορφή του επαγγέλματος που κάνουν οι ερωτηθέντες και λάβαμε τις παρακάτω επαγγελματικές ειδικότητες, όπως φαίνονται στο γράφημα που ακολουθεί.

Ποιό είναι το επάγγελμα σας;

88 απαντήσεις



Κατά την περίοδο της πανδημίας, ωστόσο, η κύρια πηγή εισοδήματος μπορεί να αλλάξει για διάφορους λόγους.

Από τις απαντήσεις που λήφθηκαν παρατηρήσαμε πως το 88,6% έχει κύρια πηγή εισοδήματος την εργασία του. Το 3,4% δήλωσαν αυτοαπασχολούμενοι και το 2,3% δήλωσε πως βρίσκεται σε συνταξιοδότηση. Ωστόσο, υπήρξε ένα ποσοστό της τάξεως του 5,6% που δήλωσαν πως η κύρια πηγή εισοδήματος τη συγκεκριμένη

χρονική περίοδο ήταν κάποιο κρατικό επίδομα, είτε αυτό ήταν ασθενείας, είτε ανεργίας είτε κάποιου άλλου είδους.

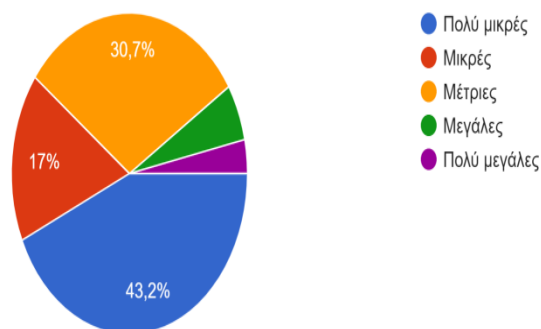
Θέλοντας να εμβαθύνουμε στην κύρια πηγή του οικονομικού προβλήματος, τέθηκε η ερώτηση αν οι πολίτες έμειναν χωρίς εργασία κατά τη διάρκεια της πανδημίας.

Το 15,9% δήλωσε πως κατά τη διάρκεια της πανδημίας έμεινε χωρίς εργασία και το 78,57% ότι αντιμετώπισε σημαντική μείωση εισοδήματος. Το μεγαλύτερο ποσοστό αυτών έμεινε χωρίς εργασία για 4-6 μήνες (69,2%), ενώ το 15,4% για πάνω από έξι μήνες και ομοίως άλλο ένα 15,4% από 1 έως 3 μήνες.

Οι οικονομικές Επιπτώσεις

Οι οικονομικές επιπτώσεις εξαιτίας της πανδημίας είναι για εσάς:

88 απαντήσεις



Για το μεγαλύτερο μέρος των ερωτηθέντων οι οικονομικές επιπτώσεις της πανδημίας ήταν αρκετά σημαντικές (46,8%), ενώ το 43,2% είχε και αυτό οικονομικές επιπτώσεις αλλά όχι ιδιαίτερα σημαντικές.

Θέλοντας να γίνει μία σύγκριση στη δυνατότητα κάλυψης των βασικών καθημερινών εξόδων όπως είναι η αγορά φαγητού, πριν και αφότου μπήκαμε στην πανδημία, συλλέχθηκαν τα παρακάτω δεδομένα.

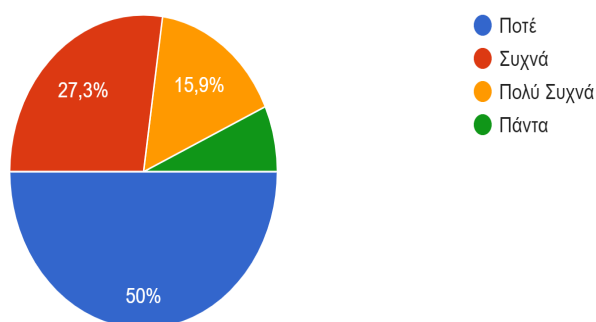
Πριν την πανδημία για το 46,6% υπήρχε μία μορφή ανησυχίας για άλλους μέτριας μορφής, ενώ το 15,9% αντιμετώπιζε καθημερινή δυσκολία για την κάλυψη των καθημερινών αναγκών.

Κατά τη διάρκεια της πανδημίας το ποσοστό των ανθρώπων που πριν την πανδημία είχαν μία μέτριας μορφής ανησυχία αυξήθηκε στο 50%, ενώ το 22,7% είχε

καθημερινό πρόβλημα για την κάλυψη των βασικών αναγκών, όπως φαίνεται και στο παρακάτω διάγραμμα.

Στην περίοδο της πανδημίας, πόσο συχνά ανησυχούσατε σχετικά με την κάλυψη των βασικών σας καθημερινών εξόδων;(π.χ αγορά φαγητού)

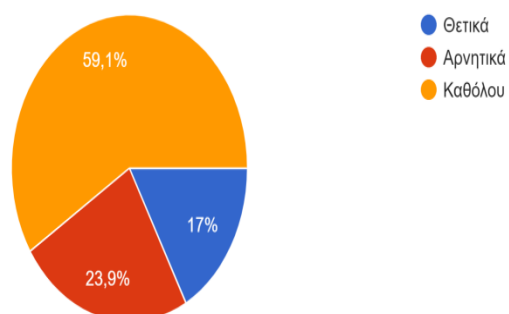
88 απαντήσεις



Το ποσοστό αυτό θα μπορούσε να είναι και μεγαλύτερο, καθώς το 35,2% των ερωτηθέντων ανέφερε πως κατά τη διάρκεια της πανδημίας αναζήτησε νέους τρόπους αύξησης του εισοδήματός του. Κατά αυτόν τον τρόπο το 76,1% δήλωσε πως είτε δεν επηρεάστηκε οικονομικά είτε επηρεάστηκε θετικά για το χρονικό διάστημα της πανδημίας. Αξίζει πάντως να αναφερθεί πως για το 43,2% των ερωτηθέντων οι συνθήκες εργασίας μεταβλήθηκαν, είτε με την μορφή της εργασίας εκ περιτροπής είτε με κάποια άλλη μορφή.

Στον οικονομικό τομέα επηρεαστήκατε θετικά, αρνητικά ή καθόλου κατά την διάρκεια της πανδημίας;

88 απαντήσεις



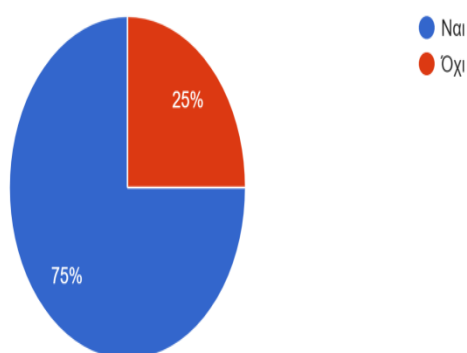
Οι οικονομικές επιπτώσεις της πανδημίας για κάποιους μπορεί να είναι σοκαριστικές ενώ κάποιοι άλλοι, αν και ελάχιστοι, κατάφεραν να βγουν κερδισμένοι από αυτή την κατάσταση. Για την Ελλάδα το κόστος του lockdown για κάθε εβδομάδα ανερχόταν περίπου στα 750 εκατομμύρια ευρώ (tovima.gr). Δύσκολα θα μπορούσε μία επιχείρηση ή ένας εργαζόμενος να μείνει ανεπηρέαστος από αυτό. Κάθε μέρα εγκλεισμού για τους περισσότερους σήμαινε και απώλεια εισοδήματος. Αρκετοί αναγκάστηκαν να αναζητήσουν νέους τρόπους ή πηγές για την αύξηση του εισοδήματος τους με σκοπό την κάλυψη βιοτικών αναγκών.

Οι ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις

Αλλαγή τις καθημερινότητας από την πανδημία του COVID-19.

Τα στοιχεία της έρευνας μας που πραγματοποιήθηκε δείχνουν πως το 75% των ερωτηθέντων αντιμετώπισαν προβλήματα ψυχοκοινωνικής φύσης στην καθημερινότητα τους, με το 88,2% εξ αυτών να αντιμετωπίζει ψυχολογικά προβλήματα.

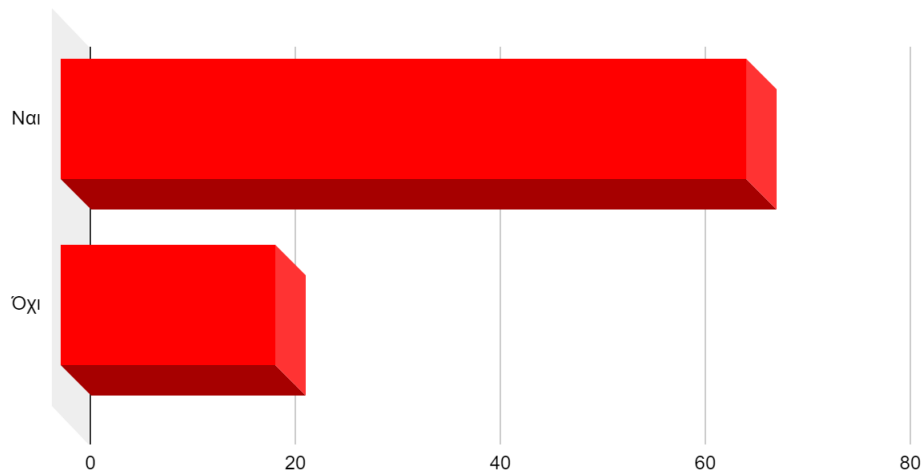
Λόγω της πανδημίας αντιμετωπίσατε προβλήματα στην καθημερινότητα σας;
88 απαντήσεις



Ο κατ' οίκο περιορισμός είχε διάφορες επιρροές στην καθημερινότητα των ανθρώπων.

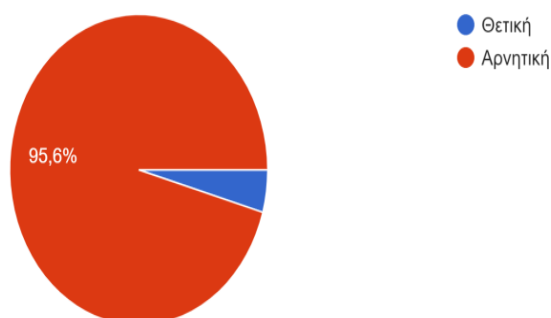
Όπως φαίνεται και στο παρακάτω γράφημα, το 76,1% παρατήρησε αλλαγή στη δική του συμπεριφορά ή στην συμπεριφορά των κοντινών τους ανθρώπων.

Κατά την διάρκεια του κατ'οίκον περιορισμού παρατηρήσατε αλλαγή στη δική σας συμπεριφορά ή των κοντινών σας ανθρώπων;



Το πιο σημαντικό όμως στην αλλαγή της συμπεριφοράς αυτής είναι πως το 95,6% αυτών που παρατήρησαν κάποια είδους αλλαγή, η αλλαγή αυτή ήταν αρνητική.

Αν ναι, τι είδους;
68 απαντήσεις



Κατά τη διάρκεια της πανδημίας ένα μεγάλο μέρος των ερωτηθέντων και συγκεκριμένα το 84,1% παρατήρησε να έχει κάποιο αρνητικό συναίσθημα όπως είναι η κακή διάθεση, το άγχος ή κάποιο μορφή κατάθλιψη.

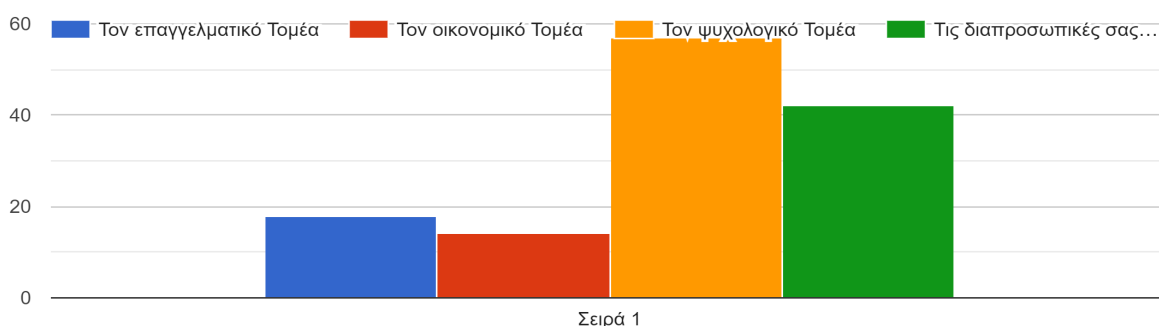
Τα ανωτέρω δεδομένα επιβεβαιώνουν όσα αναφέρθηκαν παραπάνω με βάση τις μελέτες που έχουν πραγματοποιηθεί.

Τομείς που επηρεάστηκαν από την πανδημία

Ο ιός SARS-CoV-2 επέφερε αρκετές, κατά κύριο λόγο, αναγκαστικές αλλαγές στις συνήθειες και στη συμπεριφορά των ανθρώπων σε ολόκληρο τον πλανήτη. Αρκετές από αυτές τις αλλαγές δημιούργησαν σοβαρά ψυχοσωματικά προβλήματα επηρεάζοντας τις επαφές των ανθρώπων με το συγγενικό, κοινωνικό και επαγγελματικό τους περιβάλλον. Ένα μέρος των ανθρώπων κατάφερε να εκμεταλλευτεί τις ευκαιρίες που δόθηκαν από τον εγκλεισμό και την τηλεργασία, και αφιέρωσαν περισσότερο και δημιουργικό χρόνο με τα αγαπημένα τους πρόσωπα, ενώ ένα άλλο μέρος αυτών υπέστησαν σοβαρές ψυχολογικές πιέσεις.

Στην παρακάτω ερώτηση έγινε προσπάθεια να εξεταστούν οι τομείς που επηρεάστηκαν περισσότερο κατά τη διάρκεια της πανδημίας, δίνοντας την δυνατότητα στους ερωτηθέντες να επιλέξουν παραπάνω από μία απαντήσεις.

Κατά την διάρκεια της πανδημίας παρατηρήσατε αλλαγές που αφορούσαν κυρίως : (Μπορείτε να επιλέξετε πάνω από μία απάντηση)



Το μεγαλύτερο ποσοστό (64,17%), όπως φαίνεται και στο γράφημα, επηρεάστηκε σημαντικά στον ψυχολογικό τομέα και λίγο χαμηλότερα στις διαπροσωπικές σχέσεις(47,72%).

Είναι εμφανής η διαφορά που υπάρχει στις ψυχολογικές και κοινωνικές επιπτώσεις συγκριτικά με αυτές που αφορούν το βιοποριστικό τομέα, καθώς οι αρνητικές επιπτώσεις στον επαγγελματικό, και τον οικονομικό τομέα βρίσκονται σε πολύ πιο χαμηλά επίπεδα 15,9% και 20,45% αντίστοιχα με βάση τις αλλαγές που παρατηρήθηκαν.

Αξίζει να σημειωθεί πως σε δεικτική ανάλυση που έγινε το μεγαλύτερο μέρος που παρατήρησε αλλαγές στον ψυχολογικό τομέα και στις διαπροσωπικές σχέσεις, άνηκε στην ηλικιακή κατηγορία 26 έως 35 ετών, ακολουθούμενη από την ηλικιακή κατηγορία 36 έως 50 ετών. Η ηλικιακή κατηγορία 18 έως 25 ετών παρατήρησε αλλαγές κυρίως στον επαγγελματικό και οικονομικό τομέα.

Φόβοι και Ανασφάλειες

Μεταξύ των άλλων ψυχολογικών επιπτώσεων της πανδημίας είναι και το συναίσθημα το φόβου. Το συναίσθημα αυτό μπορεί να ποικίλει ως προς το λόγο εμφάνισης. Έτσι, ο φόβος για κάποιους μπορεί να αφορά στα επαγγελματικά, για άλλους τα οικονομικά και για άλλους τις διαπροσωπικές σχέσεις. Ακόμα και ο φόβος της ίωσης είναι πολύ συχνός («φόβος του να μην κολλήσουμε»).

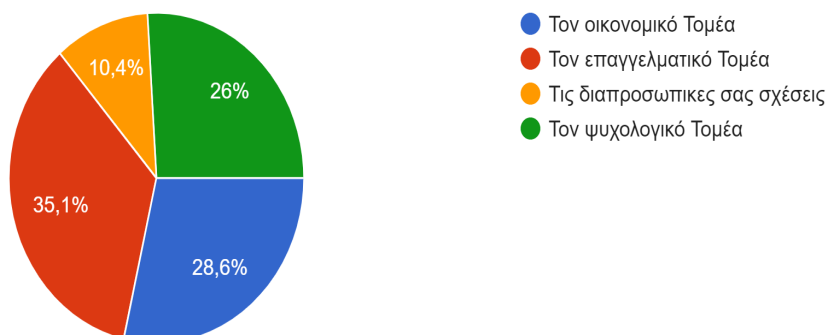
Ο φόβος και η ανασφάλεια είναι κάτι το πολύ σύνθετο, καθώς το υποσυνείδητο κάθε ανθρώπου καταγράφει κατά την διάρκεια μίας ημέρας αρκετές απειλές, έτσι η ψυχολόγος- ψυχοθεραπεύτρια Πασσά Χρυσάνθη ([doctoranytime](#)) δίνει χρήσιμες συμβουλές για το πως να το αντιμετωπίσουν οι άνθρωποι, επισημαίνοντας πως: *“ Οι βαθύτερες ανησυχίες που βιώνει ο κόσμος σε τέτοιες καταστάσεις είναι η απομόνωση και ο φόβος της νοσηλείας που οδηγούν σε άγχος θανάτου. Το βασικότερο που έχουμε όλοι να κάνουμε είναι να ακούμε και να ακολουθούμε τις προτάσεις των ειδικών, να τηρούμε τα μέτρα πρόληψης και προστασίας και σε περιπτώσεις έντονου άγχους και καταστροφολογίας να προσπαθούμε να μετατοπίσουμε την προσοχή μας σε άλλα θέματα, όπως σε μία δραστηριότητα που μας χαλαρώνει και μας ευχαριστεί”*.

Μόλις το 12,5% του δείγματος δεν αντιμετωπίζει κάποιον φόβο ή ανασφάλεια για το άμεσο μέλλον, ενώ το υπόλοιπο 87,5% ανέφερε πως νιώθει ανασφαλές για το άμεσο μέλλον για διάφορους λόγους.

Ένας στους τρεις ανθρώπους του δείγματος (36,3%) φοβάται ή νιώθει ανασφαλής για το άμεσο μέλλον όσον αφορά στην ψυχολογία του και τις διαπροσωπικές του σχέσεις. Αυτός ο φόβος ή ανασφάλεια μπορεί να τον κάνει να κλειστεί στον εαυτό του, να τον κάνει απόμακρο και ίσως αντικοινωνικό. Το μεγαλύτερο μέρος (63,7%) του δείγματος νιώθει ανασφαλές για το άμεσο μέλλον σε ότι αφορά τα οικονομικά ή τα επαγγελματικά ζητήματα.

Υπάρχουν φόβοι ή ανασφάλειες για το άμεσο μέλλον; Αν ναι ποιον τομέα αφορούν;

77 απαντήσεις



Προσδοκία επιστροφής στην κανονικότητα

Παρόλες τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν καθημερινά οι άνθρωποι στο χρονικό διάστημα της πανδημίας του COVID-19, ένα μεγάλο ποσοστό όσο περνά ο καιρός ατενίζει το μέλλον με μεγαλύτερη αισιοδοξία από ότι στην αρχή της πανδημίας.

Η κανονικότητα φαίνεται να αφορά δύο μορφές, την οικονομική και την κοινωνική.

Η οικονομική κανονικότητα απαιτεί να λειτουργούν όλες οι εμπορικές και παραγωγικές μονάδες αγαθών και υπηρεσιών χωρίς να υπάρχουν εργαζόμενοι σε αναστολή, να εξοφλούνται οι υποχρεώσεις των πολιτών και τα νοσοκομεία να δέχονται τους συνήθεις ασθενείς.

Η κοινωνική κανονικότητα απαιτεί να πραγματοποιούνται όλες οι δραστηριότητες όπως πριν, να γίνονται εκδηλώσεις με προσκεκλημένους και διασκέδαση, να γίνονται οι μετακινήσεις ελεύθερα και γενικά να υπάρχει ελευθερία κινήσεων. Όλοι οι άνθρωποι σε όλο τον πλανήτη ταλαιπωρούνται από τα επαναλαμβανόμενα lockdown, από τις δυσκολίες στην εργασία, την απομόνωση και τη συναισθηματική κατάρρευση. Όλοι ελπίζουν στην κατάργηση όλων των απαγορεύσεων και στην επιστροφή στην προ κορονοϊού εποχή.

Το 86,4% του δείγματος θεωρεί πως η κατάσταση, την οποία αντιμετωπίζει μπορεί να αλλάξει προς το καλύτερο στο μέλλον. Ενώ μόλις το 13,6% είναι απαισιόδοξο.

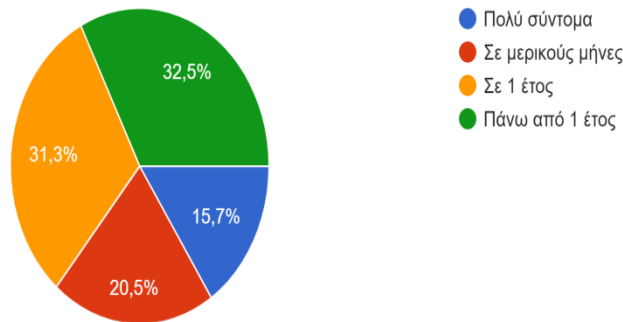
Το κλειδί όμως σε αυτή την αισιοδοξία είναι το πόσο σύντομα αναμένουν οι άνθρωποι να αλλάξει η κατάσταση αυτή προς το καλύτερο.

Το 63,8% όσων βλέπουν το μέλλον θετικά θεωρεί πως η κατάσταση την οποία αντιμετωπίζουν τώρα, πρόκειται να αλλάξει προς το καλύτερο σε διάρκεια ενός έτους

και πάνω, ενώ μόλις το 15,7% θεωρεί πως το καλύτερο μέλλον θα έρθει πολύ σύντομα όπως φαίνεται και στο παρακάτω διάγραμμα.

Αν ναι, πόσο άμεσα μπορεί να γίνει αυτό;

83 απαντήσεις



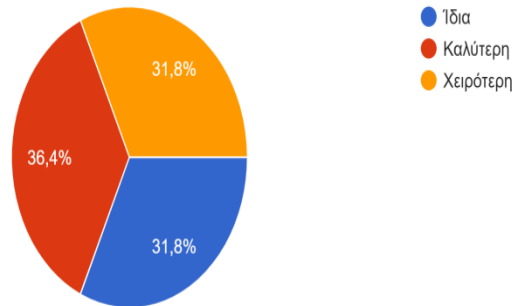
Συζητώντας για το μέλλον κρίθηκε σκόπιμο να ερωτηθεί το δείγμα πως θεωρεί πως θα είναι η ζωή του μετά την παρέλευση της πανδημίας, σε σχέση με το πως ήταν πριν από αυτή.

Εδώ οι απόψεις δίστανται καθώς το δείγμα φαίνεται να είναι χωρισμένο ισομερώς.

Το 36,4% θεωρεί πως το μέλλον θα είναι καλύτερο σε σχέση με την ζωή στην προ κορονοϊού εποχή. Το 31,8% πιστεύει πως θα είναι χειρότερη από πριν ενώ το υπόλοιπο 31,8% θεωρεί πως θα είναι ίδια με πριν.

Πώς πιστεύετε πως θα είναι η ζωή σας μετά την παρέλευση της πανδημίας σε σχέση με πριν από αυτή;

88 απαντήσεις



3.4 Συμπέρασμα- Επίλογος

Η πανδημία του Covid-19, δημιούργησε στους ανθρώπους πολλά οικονομικά και ψυχολογικά προβλήματα. Υπάρχουν εκτιμήσεις πως ένα πολύ μεγάλο ποσοστό των πολιτών του πλανήτη αντιμετώπισε οικονομικά και ψυχολογικά προβλήματα όπως είναι οι περιπτώσεις σοβαρού άγχους. Αρκετοί από αυτούς κατάφεραν να διαχειριστούν τα προβλήματα που αντιμετώπισαν, ωστόσο, ένα μεγάλο μέρος χρειάστηκε την βοήθεια ειδικών.

Τα παραπάνω προβλήματα διατυπώθηκαν κατά την αρχή της πανδημίας, με διάφορες διακυμάνσεις κατά τη διάρκεια των νέων κυμάτων της πανδημίας.

Η παρούσα διατριβή εξετάζει τα προβλήματα αυτά και το μέγεθος των επιπτώσεων που δημιούργησε η πανδημία σε οικονομικό και ψυχοκοινωνικό επίπεδο σε ένα δείγμα 88 πολιτών στην Ελλάδα. Τα βασικά συμπεράσματα της πρωτογενούς έρευνας παρουσιάζονται παρακάτω.

Αλλαγή της καθημερινότητας

Τα στοιχεία της έρευνας δείχνουν πως ένα πολύ μεγάλο ποσοστό των πολιτών του δείγματος βίωσε αλλαγή στην καθημερινότητα τους και ιδιαίτερα στην κάλυψη των ζωτικών αναγκών.

- Τέσσερις στους δέκα ανθρώπους (40%) αντιμετώπισαν οικονομικές δυσκολίες από "μέτριο" έως "πολύ μεγάλο" βαθμό κατά το χρονικό διάστημα της πανδημίας, ενώ το μεγαλύτερο μέρος του δείγματος, δηλαδή το 60%, παρατήρησε ελάχιστες έως μηδαμινές οικονομικές δυσκολίες.
- Το 50% του δείγματος εξέφρασε μία μορφή ανησυχίας σχετικά με την κάλυψη των καθημερινών βασικών αναγκών όπως είναι η αγορά φαγητού. Σχεδόν οι μισοί από αυτούς φαίνεται να αντιμετωπίζουν καθημερινό πρόβλημα σχετικά με την κάλυψη των βασικών εξόδων τους.
- Σχεδόν τρεις στους δέκα ανθρώπους έχουν επηρεαστεί αρνητικά στα οικονομικά τους κατά τη διάρκεια της πανδημίας. Ωστόσο, το νούμερο αυτό θα μπορούσε να είναι αρκετά μεγαλύτερο καθώς πολλοί από τους ανθρώπους του δείγματος αναζήτησαν νέους τρόπους αύξησης του εισοδήματός τους, ούτως ώστε να μπορέσουν να καλύψουν τις καθημερινές τους ανάγκες ή να ενισχύσουν το εισόδημα τους.

Επαφές με το στενό περιβάλλον

Ο Covid-19 έφερε πάρα πολλές αλλαγές, τόσο στην συμπεριφορά όσο και στις συνήθειες των ανθρώπων. Όλοι αυτοί οι περιορισμοί που τέθηκαν σε εφαρμογή, προκάλεσαν διάφορα ψυχολογικά ή κοινωνικά προβλήματα, επηρεάζοντας παράλληλα και τις επαφές των ανθρώπων με το άμεσο οικογενειακό και φιλικό περιβάλλον. Αρκετοί άνθρωποι κατάφεραν και εκμεταλλεύθηκαν τις ευκαιρίες που παρουσιάστηκαν ωστόσο, οι περισσότεροι δέχθηκαν δυνατές συναισθηματικές πιέσεις.

- Οι ψυχολογικές πιέσεις από την πανδημία οφείλονται σε ένα μεγάλο μέρος στην αλλαγή των κοινωνικών επαφών που υποχρεώθηκαν να κάνουν οι πολίτες σε όλο τον κόσμο. Κάποιοι από αυτούς κατάφεραν να βελτιώσουν τις σχέσεις τους με το κοινωνικό τους περιβάλλον και για κάποιους άλλους οι σχέσεις αυτές παρουσίασαν δυσκολίες. Στο δείγμα μας σχεδόν 8 στους 10 ανθρώπους παρατήρησαν αλλαγή στη συμπεριφορά είτε τη δική τους είτε των κοντινών τους ανθρώπων, με το 95,6% να νιώθει πως η αλλαγή αυτή είναι αρνητική. Για το μεγαλύτερο ποσοστό των ανθρώπων οι συνθήκες και οι σχέσεις με το άμεσο κοινωνικό τους περιβάλλον επηρεάστηκαν αρνητικά.
- Σε όλο τον πλανήτη οι άνθρωποι βίωσαν αλλαγές σε διάφορους τομείς της ζωής τους. Στο δείγμα μας οι αλλαγές αυτές αφορούσαν κατά κύριο λόγο στον ψυχολογικό τομέα και τις διαπροσωπικές τους σχέσεις, με την ηλικιακή ομάδα 26 έως 35 ετών να βιώνει τις μεγαλύτερες αλλαγές σε αυτή την κατηγορία.

Έχουν γίνει διάφορες προτάσεις/ οδηγίες για τη διαχείριση των ψυχολογικών επιπτώσεων που έχει η πανδημία κατά την διάρκεια της. Για παράδειγμα, η ψυχολόγος/ψυχοθεραπεύτρια Χρυσάνθη Πασσά τονίζει τις παρακάτω:

1. Επικοινωνούμε με τους συνανθρώπους μας με διάφορους τρόπους, σκοπός είναι να προσπαθούμε να μην κλεινόμαστε στον εαυτό μας.
2. Πρέπει να έχουμε την κατάλληλη ενημέρωση για το πώς μπορούμε να βοηθήσουμε ή να βοηθηθούμε σε περίπτωση ενδοοικογενειακής βίας.
3. Βρίσκουμε τρόπους διασκέδασης ώστε να μην αφήνουμε την κατάθλιψη να μας κυριεύσει.
4. Αποφεύγουμε την επιθετικότητα και δεν της επιτρέπουμε να επικρατήσει.
5. Προσπαθούμε να διαχειριστούμε τα συναισθήματά μας, ειδικά τα δυσάρεστα μέσω της παρατήρησης.
6. Αντιλαμβανόμαστε και πρέπει να κατανοούμε την ψυχολογική επιβάρυνση και των άλλων και δεν λογοφέρουμε με το παραμικρό.
7. Αντιμετωπίζουμε τον κορονοϊό σύμφωνα με τις οδηγίες των ειδικών.

8. Εμπιστευόμαστε τους επιστήμονες.

Ανασφάλειες για το μέλλον

Κανείς σε ολόκληρο τον πλανήτη δεν μπορεί να νιώθει ασφαλής την δεδομένη χρονική στιγμή. Εν έτη 2022 και με βάση των συνθηκών που επικρατούν, το μέλλον μοιάζει τόσο αβέβαιο για τον κάθε πολίτη.

- Σχεδόν εννέα στους δέκα ανθρώπους του δείγματος αναφέρει πως αισθάνεται ανασφαλής για το άμεσο μέλλον.
- Το μεγαλύτερο μέρος των πολιτών του δείγματος σε σχέση με την αμέσως παραπάνω τοποθέτηση (63,7%) βλέπει το μέλλον του αβέβαιο σε ότι αφορά στην επαγγελματική του αλλά και την οικονομική του πορεία.

Επιστροφή στην κανονικότητα

Κάθε μέρα που περνά όλο και πιο κοντά φαντάζει η επιστροφή στην κανονικότητα, στην τότε εποχή που όλοι οι πολίτες στον κόσμο ένιωθαν ελεύθεροι να ζήσουν, χωρίς περιορισμούς και ανησυχία ειδικά για την υγεία τους.

- Το μεγαλύτερο μέρος του δείγματος είναι αισιόδοξο για το μέλλον. Σχεδόν 9 στους δέκα ανθρώπους (86,4%) πιστεύει πως η κατάσταση που αντιμετωπίζει την τρέχουσα χρονική περίοδο θα αλλάξει προς το καλύτερο στο άμεσο μέλλον ή θα επανέλθει στην προ πανδημίας κατάσταση. Σε σχέση με τον χρόνο αλλαγής, το 63,8% εξ αυτών πιστεύει πως η κατάσταση αυτή θα αλλάξει μέσα στο 2022 ή το 2023, ενώ το 15,7% πιστεύει πως θα αρχίσει να βλέπει αλλαγές πολύ σύντομα.
- Μοιρασμένο, ωστόσο, είναι το δείγμα στην ερώτηση πως πιστεύει πως θα είναι η ζωή του μετά την πανδημία σε σχέση με το πως ήταν πριν από αυτή. Εδώ το 36,4% πιστεύει πως η ζωή του θα είναι καλύτερη σε σχέση με το πως ήταν πριν την πανδημία, ενώ το υπόλοιπο ποσοστό θεωρεί πως θα είναι ίδια ή χειρότερη.

ΜΕΡΟΣ Γ

4. Περιορισμοί Έρευνας

Η παρούσα έρευνα αφορά αποκλειστικά μόνιμους κατοίκους της Ελλάδας κατά την περίοδο Μάρτιος - Αύγουστος 2021 και μάλιστα ένα περιορισμένο δείγμα τους.

Επίσης, η έρευνα δεν περιλαμβάνει όλες τις επιπτώσεις, οικονομικές ή ψυχοκοινωνικές, που προκάλεσε ο Covid-19 καθ' όλη την διάρκεια της πανδημίας.

Η έρευνα δεν περιλαμβάνει Έλληνες που κατοικούν στο εξωτερικό και επισκέπτονται τακτικά την Ελλάδα.

Τέλος, η έρευνα δεν περιλαμβάνει ανηλίκους ή πολίτες που δεν έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο.

5. Προτάσεις για περαιτέρω έρευνα

Μία ενδιαφέρουσα πρόταση για μελλοντική έρευνα είναι η μελέτη των επιπτώσεων της πανδημίας ανάμεσα στους πολίτες της Ευρώπης ή συγκρίσεις παγκοσμίως.

Θα μπορούσε να μελετηθεί ακόμη, το χρηματιστήριο κατά τη διάρκεια της πανδημίας και πώς οι συνέπειές της σε αυτό επηρέασαν οικονομικά τους πολίτες.

Στον ψυχοκοινωνικό τομέα ελκυστική πρόταση αποτελεί η έρευνα το αν και πόσο αυξήθηκε η εγκληματικότητα και η ενδοοικογενειακή βία κατά την διάρκεια του κατ' οίκο εγκλεισμού και γενικά της πανδημίας.

Τα αποτελέσματα του κορονοϊού ίσως και να μην έχουν έρθει ακόμα πλήρως στην επιφάνεια. Το πρόβλημα αυτό είναι επίκαιρο και θα συνεχίσει να είναι και στα αμέσως επόμενα έτη, καθώς δεν έχει βρεθεί ακόμα τρόπος να αντιμετωπισθεί πλήρως η πανδημία, ενώ ανοικτό παραμένει το ζήτημα εμφάνισης νέων βιολογικών ασθενειών.

Η πλήρης διερεύνηση των συντελεστών που μπορούν να επιδράσουν επιβαρυντικά ή προστατευτικά για την υγεία του πληθυσμού είναι σημαντική στη συμβολή των πολιτικών υγείας και στο σχεδιασμό των παρεμβάσεων και των δράσεων εκείνων που θα είναι αποτελεσματικές και ικανές να ανταποκριθούν στις νέες ανάγκες που δημιουργούνται, τόσο σε επίπεδο πρόληψης όσο και σε επίπεδο αντιμετώπισης. Ορισμένες προτάσεις ακολουθούν παρακάτω:

- Επαρκής και συνεχής ενημέρωση για τις ψυχικές επιπτώσεις του κορονοϊού για κάθε ομάδα πληθυσμού, προσβάσιμη σε όλους ανεξαιρέτως.
- Ενίσχυση του έργου των ήδη υπαρχόντων τηλεφωνικών γραμμών υποστήριξης με συνεχιζόμενες ενημερωτικές καμπάνιες.
- Ενίσχυση των επιτροπών εμπειρογνομόνων για την αντιμετώπιση της πανδημίας με επαγγελματίες της ψυχικής υγείας όλων των ειδικοτήτων.

- Ενίσχυση των δομών της πρωτοβάθμιας φροντίδας με επαρκές προσωπικό επαγγελματιών ψυχικής υγείας.
- Στελέχωση των υπαρχόντων δομών πρωτοβάθμιας φροντίδας με διεπιστημονικές ομάδες ψυχικής υγείας με έργο τους την ενίσχυση της συμμετοχής της κοινότητας, την ευαισθητοποίηση στην πρόληψη και την ολιστική προσέγγιση της οικογένειας.
- Δημιουργία ενδονοσοκομειακών υπηρεσιών ψυχολογικής υποστήριξης για τους εργαζόμενους στον τομέα της υγείας.
- Δημιουργία ομάδων για τη συνεχιζόμενη υποστηρικτική φροντίδα (follow-up) για τους ασθενείς κορονοϊού μετά τη νοσηλεία τους ή όσους βρέθηκαν σε καθεστώς καραντίνας λόγω νόσησης ή επαφής με κρούσμα κορονοϊού.

Παράρτημα (Ερωτηματολόγιο)

Φύλο:

- Άρρεν
- Θήλυ

Ηλικία:

- 18-25
- 26-35
- 36-50
- 51+

Οικογενειακή Κατάσταση:

- Άγαμος
- Έγγαμος

Μένετε μαζί με:

- Σύζυγο/Σύντροφο
- Παιδιά
- Σύζυγο και παιδιά
- Γονείς
- Μόνος/η

Περιοχή Κατοικίας:

- Πόλη
- Επαρχία

Ποιό είναι το επίπεδο εκπαίδευσής σας:

- Απολυτήριο Λυκείου
- Απόφοιτος Ιδ. Κολλεγίου/ΤΕΙ/ΑΕΙ
- Κάτοχος Μεταπτυχιακού Διπλώματος
- Κάτοχος Διδακτορικού Διπλώματος
- Άλλο..

Η κύρια Απασχόλησή σας:

- Ελεύθερος / η Επαγγελματίας
- Δημόσιος Υπάλληλος
- Ιδιωτική / ος Υπάλληλος
- Συνταξιούχος
- Άνεργη / ος
- Φοιτήτρια / τής
- Άλλο...

Ποιό είναι το επάγγελμά σας:

- Ανώτατο διοικητικό στέλεχος
- Επαγγελματίας πανεπιστημιακής εκπαίδευσης (π.χ επαγγελματίες υγείας, εκπαιδευτικοί)
- Τεχνικά Επαγγέλματα

- Διοικητικοί Υπάλληλοι
- Υπάλληλοι εξυπηρέτησης πελατών
- Χειρωνακτές
- Ειδικευμένοι επαγγελματίες στη γεωργία και αλιεία
- Οικοκυρικά

Ποιά είναι η κύρια πηγή εσόδων αυτή την περίοδο:

- Εργασία
- Σύνταξη γήρατος
- Επίδομα ασθενείας
- Επίδομα ανεργείας
- Κοινωνικό προνοιακό επίδομα
- Αυτοαπασχολούμενος
- Άλλο...

Κατά τη διάρκεια της πανδημίας αντιμετωπίσατε πρόβλημα στην εργασία σας;

- Ναι
- Όχι

Το επάγγελμά σας ενέχει κίνδυνο να έρθετε σε επαφή με τον ιό;

- Ναι
- Όχι

Έχει μειωθεί το εισόδημά σας;

- Ναι
- Όχι

Οι οικονομικές επιπτώσεις εξ αιτίας της πανδημίας είναι για εσάς:

- Πολύ μικρές
- Μικρές
- Μέτριες
- Μεγάλες
- Πολύ μεγάλες

Στη διάρκεια της πανδημίας μείνατε χωρίς εργασία;

- Ναι
- Όχι

Αν ναι, για πόσο καιρό:

- 1-3 Μήνες
- 4-6 Μήνες
- Πάνω από 6 Μήνες

Πριν την πανδημία, πόσο συχνά ανησυχούσατε σχετικά με την κάλυψη των βασικών καθημερινών εξόδων;

- Ποτέ
- Συχνά
- Πολύ συχνά
- Πάντα

Στην περίοδο της πανδημίας, πόσο συχνά ανησυχούσατε σχετικά με την κάλυψη των βασικών σας καθημερινών εξόδων (π.χ αγορά φαγητού);

- Ποτέ
- Συχνά
- Πολύ συχνά
- Πάντα

Στον οικονομικό τομέα επηρεαστήκατε θετικά, αρνητικά ή καθόλου κατά τη διάρκεια της πανδημίας;

- Θετικά
- Αρνητικά
- Καθόλου

Αν ναι, παρατηρήσατε αλλαγή συμπεριφοράς από τους κοντινούς σας ανθρώπους;

- Υπήρξε, θετική αλλαγή
- Υπήρξε, αρνητική αλλαγή
- Δεν υπήρξε αλλαγή

Κατά την διάρκεια της πανδημίας αναζητήσατε νέους τρόπους αύξησης του εισοδήματος;

- Ναι
- Όχι

Έχουν μεταβληθεί οι συνθήκες εργασίας σας; (π.χ εργασία εκ περιτροπής)

- Ναι
- Όχι

Λόγω της πανδημίας αντιμετωπίσατε πρόβλημα στην καθημερινότητα σας;

- Ναι
- Όχι

Αν ναι, τι είδους;

- Βιοποριστικά
- Ψυχολογικά

Κατα τη διάρκεια του κατ' οίκον περιορισμού παρατηρήσατε αλλαγή στη δική σας συμπεριφορά ή των κοντινών σας ανθρώπων;

- Ναι
- Όχι

Αν ναι, τι είδους;

- Θετική
- Αρνητική

Παρατηρήσατε να είχατε αρνητικά συναισθήματα όπως κακή διάθεση ή άγχος;

- Ναι
- Όχι

Κατά τη διάρκεια της πανδημίας παρατηρήσατε αλλαγές που αφορούσαν κυρίως:
(Μπορείτε να επιλέξετε πάνω από μία απάντηση)

- Τον επαγγελματικό Τομέα
- Τον οικονομικό Τομέα
- Τον ψυχολογικό Τομέα
- Τις διαπροσωπικές σχέσεις

Παρατηρήσατε διαφορά στις βασικές σας ανάγκες;

- Ναι
- Όχι

Θεωρείτε πως η κατάσταση μπορεί να αλλάξει προς το καλύτερο;

- Ναι
- Όχι

Αν ναι, πόσο άμεσα μπορεί να γίνει αυτό;

- Πολύ σύντομα
- Σε μερικούς μήνες
- Σε 1 έτος
- Πάνω από 1 έτος

Υπάρχουν φόβοι ή ανασφάλειες για το άμεσο μέλλον; Αν ναι, ποιόν τομέα αφορούν;

- Τον οικονομικό τομέα
- Τον επαγγελματικό τομέα
- Τις διαπροσωπικές σας σχέσεις
- Τον ψυχολογικό τομέα

Πως πιστεύετε πως θα είναι η ζωή σας μετά την παρέλευση της πανδημίας σε σχέση με πριν από αυτή;

- Ίδια
- Καλύτερη
- Χειρότερη

Βιβλιογραφία

Abdelhafiz, A. S., Mohammed, Z., Ibrahim, M. E., Ziady, H. H., Alorabi, M., Ayyad, M., & Sultan, E. A. (2020). Knowledge, perceptions, and attitude of egyptians towards the novel coronavirus disease (COVID-19). *Journal of Community Health*, 1–10.

Androulakis, G., Lisgara, E., Androulakis, S., & Karolidis, G. (2020). *Outbreaks of Coronavirus*.

Brooks SK, Webster RK, Smith LE, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet* 2020;395:912-920.

Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry research*, 287, 112934

Chahrour, M. Assi, S. Bejjani, M. Nasrallah, A.A. Salhab, H. Fares, M. & Khachfe, H.H. (2020). A bibliometric analysis of Covid-19 research activity: A call for increased output. *Cureus*.

Della Gatta, A. N., Rizzo, R., Pilu, G., & Simonazzi, G. (2020). COVID19 during pregnancy: a systematic review of reported cases. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*.

1. Ferrera, Maurizio (1996): The 'Southern Model' of Welfare in Social Europe. In: *Journal of European Social Policy* 6 (1), pp. 17-37

First, J. M., Shin, H., Ranjit, Y. S., & Houston, J. B. (2020). COVID-19 Stress and Depression: Examining Social Media, Traditional Media, and Interpersonal Communication. *Journal of Loss and Trauma*, 1-15.

Hui, D. S. C., & Zumla, A. (2019). Severe acute respiratory syndrome: historical, epidemiologic, and clinical features. *Infectious Disease Clinics*, 33(4), 869–889.

Kim, Y. G., Moon, H., Kim, S. Y., Lee, Y. H., Jeong, D. W., Kim, K., ... & Lee, S. H. (2019). Inevitable isolation and the change of stress markers in hemodialysis patients during the 2015 MERS-CoV outbreak in Korea. *Scientific reports*, 9(1), 1-10.

Mak, I. W. C., Chu, C. M., Pan, P. C., Yiu, M. G. C., & Chan, V. L. (2009). Long-term psychiatric morbidities among SARS survivors. *General hospital psychiatry*, 31(4), 318- 326.

Maltezou, H. C., Dedoukou, X., Tseroni, M., Tsonou, E., Raftopoulos, V., Papadima, K., & Sipsas, N. (2020). SARS-CoV-2 infection in healthcare personnel with high-risk occupational exposure: evaluation of seven-day exclusion from work policy. *Clinical Infectious Diseases*.

Myers, K. (2020). The elasticity of science. *American Economic Journal: Applied Economics* (forthcoming).

O'Connor, R. C., & Kirtley, O. J. (2018). The integrated motivational–volitional model of suicidal behaviour. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 373(1754), 20170268.

Rosenwald, Michael S. (7 April 2020). "History's deadliest pandemics, from ancient Rome to modern America" .

Srivatsa, S., & Stewart, K. A. (2020). How should clinicians integrate mental health into epidemic responses?. *AMA journal of ethics*, 22(1), 10-15.

Stuckler, D., Basu, S., Suhrcke, M., Coutts, A., & McKee, M. (2009). The public health effect of economic crises and alternative policy responses in Europe: an empirical analysis. *The Lancet*, 374(9686), 315-323.

"Symptoms of Coronavirus". U.S. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). 13 May 2020.

Torales, J., O'Higgins, M., Castaldelli-Maia, J. M., & Ventriglio, A. (2020). The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *International Journal of Social Psychiatry*, 66(4), 317-320.

Thome, J., Deloyer, J., Coogan, A. N., Bailey-Rodriguez, D., da Cruz E Silva, O. A., Faltraco, F., ... & Fond-Harmant, L. (2020). The impact of the early phase of the COVID-19 pandemic on mental-health services in Europe. *The World Journal of Biological Psychiatry*, 1-10.

Voß, G. Günter (1998): Die Entgrenzung von Arbeit und Arbeitsleben. Eine subjektorientierte Interpretation des Wandels der Arbeit. In: *Mitteilungen aus der Arbeitsmarkt- und Berufsforschung*. 31 (3), S. 473–487

Mental Health ATLAS 2017 (1 January 2018). WHO. Available at: <https://www.who.int/publications/i/item/mental-health-atlas-2017>

WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19. (11 March 2020). WHO. Available at: <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>

World Health Organization. (2005). Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice: a report of the World Health Organization, Department of Mental Health and Substance Abuse in collaboration with the Victorian Health Promotion Foundation and the University of Melbourne. World Health Organization.

World Health Organization. (2019). Middle East respiratory syndrome coronavirus (MERS-CoV).

Xiang, Y. T., Yang, Y., Li, W., Zhang, L., Zhang, Q., Cheung, T., & Ng, C. H. (2020). Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*, 7(3), 228-229.

Αρανίτου, Βάλια (2018): *Η μεσαία τάξη στην Ελλάδα την εποχή των μνημονίων. Μεταξύ κατάρρευσης και ανθεκτικότητας*. Αθήνα: εκδόσεις Θεμέλιο

Σπυριδάκης Μάνος (2018): *Homo Precarius. Εμπειρίες ευαλωτότητας στην κρίση*. Αθήνα: εκδόσεις Πεδίο

Φερώνας, Ανδρέας (2018): Η κοινωνική πρόνοια στην Ελλάδα της κρίσης: Ο «φτωχός συγγενής» στη δίνη της νεοφιλελεύθερης λιτότητας. Στο: Δημουλάς, Κώστας και Κουζής, Γιάννης. *Κρίση και Κοινωνική πολιτική*. Αδιέξοδα και Λύσεις. Αθήνα: εκδόσεις Τόπος, σ. 193-213

Ψυχική Υγεία - Φροντίδα του εαυτού σας και διαχείριση του άγχους στην περίοδο της πανδημίας. Υπουργείο Υγείας. (2020).

Διαθέσιμο στο: <https://www.moh.gov.gr/articles/health/domes-kai-driseis-gia-thn-ygeia/c312-psyxikh-ygeia/8013-psyxikh-ygeia-frontida-toy-eaytoy-sas-kai-diaxeirish-toy-aghoyssth-periodo-ths-pandhmias>.

Ηλεκτρονική Βιβλιογραφία

Capital.gr

covid19.gov.gr

[Doctoranytime](#)

[esee.gr](#)

[Ethnos.gr](#)

In.gr

Hygeia.gr

Tanea.gr

Tovima.gr

www.bmj.com/coronavirus

www.dw.com

www.imf.org

www.un.org

www.wikipedia.com

