

# 新型コロナウイルス(covid-19)流行に伴う 心理的反応とその対処

## ①差別や偏見にさらされたら・・・

新型コロナウイルスは体の感染症だけでなく、  
「社会的感染症＝差別や偏見」を引き起こします。  
社会的感染症は以下のように感染していくとされています。

みえない敵（ウイルス）への不安

敵はウイルス

特定の対象（感染した人）を見える敵とみなして、  
嫌悪の対象とする

敵がすり替わっ  
てしまう

嫌悪の対象を偏見・差別し遠ざけることで、  
つかの間の安心感が得られる

本当の敵が  
見えなくなる



不安や恐怖心が、みんなの生き延びようとする本能を  
刺激して、偏見や差別が生まれるんだ…

出典：日本赤十字社

- ★新型コロナウイルスは多くの人を不安や恐怖にさらしているため、そこから感染した人への偏見や差別が生まれることがあります。
- ★しかし、噂話と同じで時が過ぎればおさまっていきます。
- ★感染した人が悪いわけではないので、必要以上に自分を責める必要はありません。
- ★信頼できる人との関係を大切にしながら、乗り切りましょう！