

ਸ਼ੁਰਣਾਰਥੀ? ਚਿੰਤਾ ਦੇ ਕਾਰਣ : ਇੱਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਤੇ ਕੋਵਿਦ-19

ਸ਼ੁਰਣਾਰਥੀਆਂ ਨੂੰ (ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ) ਮਾਨਸਿਕ
ਮੁੜਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ



ਇਹ ਮਹੁਮਾਗੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਵਧਾ
ਸਕਦੀ ਹੈ

ਕੋਵਿਦ-19 ਤਣਾਵ ਦੇ ਕਾਰਣ

ਮੀਡਿਆ ਤੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ
ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ



1
ਬਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ: ਰੋਕਖਾਮ
ਉਪਾਵਾਂ ਦੀ ਨਾਸਮਝੀ
ਪ੍ਰਹਾਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀਆਂ
ਚੁਣੌਤੀਆਂ

2
ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਕੱਤਿ ਕਰਨ ਜਾਂ
ਸੰਕੱਤਿ ਹੈਣ ਦਾ ਡਰ



ਪਾਰਿਵਾਰਿਕ ਫਿਲੋਜ਼ਾ:
ਮੁਗਰਲੇ ਘਰ ਪਾਰਿਵਾਰ ਦੀ
ਚਿੰਤਾ



ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਰਿਜ਼ਲਟ ਦੀ ਉਡੀਕ

3
ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ
ਲਈ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਘਾਟ:
ਸਿਸਟਮ ਦੀ ਮਾੜੀ ਸਮਝ, ਸਿਹਤ
ਕਵਰਜ ਨਾ ਹੋਣੀ

4
ਮੁਸੀਬਤ, ਰੁਕਾਵਟ,
ਨਿਰਾਸਾ



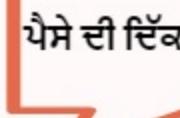
ਜੇਲ ਜਾਣ ਦਾ ਖਤਰਾ

5
ਸਮਾਜਿਕ ਇਕੱਲਤਾ:
ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਘਾਟ

6
ਅਚਾਨਕ ਘਰ : ਭੀਜ, ਅਣਜਾਣ
ਹਾਲਾਤ



4
ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਘੁਟਾਂ, ਘਰੋਂ ਕੰਮ
ਕਰਨ ਦੀ ਚਿੰਤਾ



4
ਪੈਸੇ ਦੀ ਵਿੱਕਤਾ: ਅਨਾਜ ਦੀ ਕਮੀ

Sources :

- Brooks S., Webster R., et al. (2020). «The psychological impact of quarantine and how to reduce it : rapid review of the evidence ». *The Lancet*, vol.395, pp. 912-920.
- Hynie, M. (2018). « The social determinants of refugee mental health in the post-migration context : a critical review ». *The Canadian Journal of Psychiatry*, vol. 63, n°15, pp. 297-303.
- Li S. S. Y., Liddell B. J. et Nickerson A. (2016). « The relationship between post-migration stress and psychological disorders in refugees and asylum seekers ». *Current Psychiatry Reports*, vol. 18, n°182, p. 9.