

# 郑州地铁和灾难应激心理

原创 王子君的碎碎念 王子君的碎碎念 2021-07-22 19:20

今天有几个小朋友觉得委屈，因为网上有一票人正在猛烈地抨击郑州地铁，认为领导和工作人员都负有重大责任。

而这几个小朋友都是郑州当地人，他们认为地方上已经尽力了。

我个人也觉得郑州尽力了。郑州和河南大部都在800毫米等降水线以北，按中国标准是半湿润，按印度标准是半干旱，这种突发超级暴雨本来就不在城市紧急预案范围内。

而且我也有些郑州的胖友，他们说那天中午还没太多积水，下午三点左右积水才突然起来，地铁被淹则发生在约四点半，确实措手不及。

但尽管有理可辩，面对这些来势汹汹的质疑和愤怒，我建议还是先克制一会。因为刨去那些故意搅混水的，多数人只是一种应激反应。

大的灾难发生，很多人都会有一些很奇怪的心理反应：

明知道是触目惊心的灾难场景，他们还是会强迫症似地反复观看；

不仅是场景，还会主动寻找受灾者的信息，尽可能贴近到实际个体；

会产生强烈的厌世感，进而再转化为愤怒。

这不是矫情，这是有一定道理的。

得知灾害发生，预警的本能会驱使你搜索信息。

已经历过的、熟悉的灾害你会直接逃离，因为你知道会发生什么；但未经历过的灾害，即使你的理性告诉你这事挺大，你也会凑上去，因为本能里你想学习，作为下一次预防灾害的知识。

但问题来了：人的理性是有限的。

人有个最基本的精神诉求：合理化。

如果人不能把周遭事物在精神上合理化，那人的自我理解就会失衡，你可以理解成一种san值。

在看了大量真实的灾害画面后，理性会告诉你：“这事和你没有直接关系，你没有被泡在水里，表达一下关怀就好了”。

但理性不够用，越是同理心强的人（即能够把自己高效地代入到他人的身份与场景中、体会他人的情绪），受到的感性冲击越强烈，理性越难平抑。

他们必须要为远方的人和自己的精神所遭受的创伤，找到出口，将其合理化。如果他们在现场，那他们很可能会直接参与救灾；但他们不在现场，没有出口释放。

他们自然而然想要找到一个具象的、可互动可宣泄的责任人。谁都知道大自然是最直接的责任“人”，但大自然没有情感，这种精神上的压力投射不出去。

那只好找人。

这种应激心理，好的时候能成为探寻真相的动力，坏的时候能成为阴谋论的温床。

但不管好坏，你都拗不过，大众舆论必须要走过这个阶段。因此就算有些人明摆着趁着这个阶段来煽动，你也得候着。

我知道很多郁闷的小胖友心里的算法：

郑州24小时降水量554毫米，德国洪灾受灾最重的科隆，154毫米，还创下了德国75年的历史记录。而德国直接遇难超200人失踪超1000人。

但数字可以这么算，情绪不能这么算。这种言辞你拿去和人解释，只会让人觉得你冷血、比烂、不尊重生命。

胜利在于能救则救，而不是比别人死得少，人命确实是不可以作为数字的。

所以眼前不要吵，还是应该克制客观地摆数据：

雨量确实超过了郑州及河南的常规预期；

雨量出现了短期内暴增；

地铁站在发现轻度漫水后，已经开始疏散人群，但就是有几节车厢没赶得上；

隧道内确实有大水倒灌，乘客当时回到车厢内确实比在隧道里更安全。

这种客观事实的解释，起到的实际上是这样的劝服效果：我知道你的情绪想找个有道德感的“人”来负责，有一个“邪恶”的对象来承接你的愤怒。

但现实就是：人的因素往往没有自然的因素重要，而这次自然没有给我们什么选择。

这就是天地不仁，我们必须要接受灾难已经发生了的事实。

