

VEILIGHEIDSRaad

Gezocht: coronamaatregelen met een coherent verhaal

Aan de vooravond van de Veiligheidsraad is de motivatie om de coronamaatregelen na te leven lager dan ooit. 'Op motivationeel vlak is het kwart over twaalf.' Maar veel versoepeling komt er niet.

Jef Poppelmonde, Simon Grymonprez, Jan-Frederik Abbeloos

Donderdag 20 augustus 2020 om 3.25 uur



Een vraag voor psychologen: hoe houd je mensen gemotiveerd om zich aan de regels te houden en bijvoorbeeld een mondkapje te dragen? Kristof

Vadino

Nog amper een op de drie Belgen is overtuigd en gemotiveerd om de maatregelen na te leven die een verdere verspreiding van het coronavirus moeten voorkomen. In maart waren dat er nog vier op de vijf. 'De tweede golf eist haar tol. De coronamoeder sluipert erin', is de conclusie van de expertgroep psychologie en corona.

De motivatiebarometer van de UGent toont dat ‘onze motivatie in ijltempo slinkt’. Dat geldt voor alle leeftijdsgroepen, al is de trend het meest uitgesproken bij jongvolwassenen tussen 18 en 35 jaar. Velen leven de maatregelen alleen nog na uit angst voor een boete of voor afkeurende reacties uit hun omgeving – niet omdat ze oprecht de zin ervan zien. Vooral het geloof dat de ‘bubbel van vijf’ bijdraagt tot de bestrijding van het virus kalft af. Geen wonder dat niet eens de helft van de mensen zegt zich daar strikt aan te houden.

‘Op motivationeel vlak is het kwart over twaalf’, zegt motivatiepsycholoog Maarten Vansteenkiste (UGent). ‘Er staan lange winteravonden voor de deur, die we normaal vullen met evenementen en gezellige familiefeesten. Verkoudheden en griep zullen hun intrede doen. Het komt er nu meer dan ooit op aan om de bevolking mee te krijgen.’

Slechte communicatie

Maar versoepelingen zitten voorlopig niet in de pijplijn. De experts van de GEES adviseren de Nationale Veiligheidsraad om vandaag maar weinig nieuwe versoepelingen goed te keuren. ‘Nu de regels lossen, zou de indruk wekken dat ze niet belangrijk zijn’, zegt GEES-voorzitster Erika Vlieghe. ‘Dat is een foute indruk. We zitten nog altijd in de tweede golf.’

Ze geeft toe dat het motivatiepeil ‘erg laag’ staat. Zij – en andere experts – wijten dat deels aan de slechte communicatie. ‘Ik denk dat veel mensen de bubbelregel niet helemaal begrijpen. Het is moeilijk, zelfs voor mensen die gemotiveerd zijn. We moeten zoeken naar een goed evenwicht met regels die duidelijk, eenvoudig en helder zijn en die niet om de twee weken veranderen.’

‘Nu de regels lossen, zou dat de indruk wekken dat ze niet belangrijk zijn. Dat is een foute indruk. We zitten nog altijd in de tweede golf’

Erika Vlieghe Voorzitter GEES
Ook voor GEES-lid en biostatisticus Niel Hens (UHasselt) is communicatie een pijnpunt. ‘Heel wat tegenstrijdige berichten worden uitgestuurd. Het is een kakofonie van maatregelen en boodschappen, zonder coherent verhaal. Dat verhaal was er wel bij de eerste golf. De cohesie is verloren gegaan, onder meer doordat de regie voor een deel aan de lokale besturen is doorgegeven.’

Dat de bubbel van vijf niet door iedereen strikt wordt nageleefd, wil volgens Hens niet zeggen dat er plots veel meer sociale contacten zijn. ‘Als we kijken naar contactpatronen zien we dat de meeste mensen de sociale contacten - beperkt houden en aanleunen bij die vijf.’

Opening scholen

De voornaamste reden dat er allicht nauwelijks versoepelingen zullen zijn, is de nakende opening van de scholen. ‘In de aanloop naar zo’n grootse gebeurtenis kan je niet veel versoepelingen verwachten’, zegt Steven Van Gucht van Sciensano. ‘We weten niet wat het effect zal zijn van de opening van de scholen,’ zegt Hens, ‘terwijl we wel starten met een vrij hoog aantal besmettingen. Daarom willen we de curve zo laag mogelijk houden. Dat verhaal kunnen beleidsmakers beter goed uitleggen om de mensen te motiveren.’

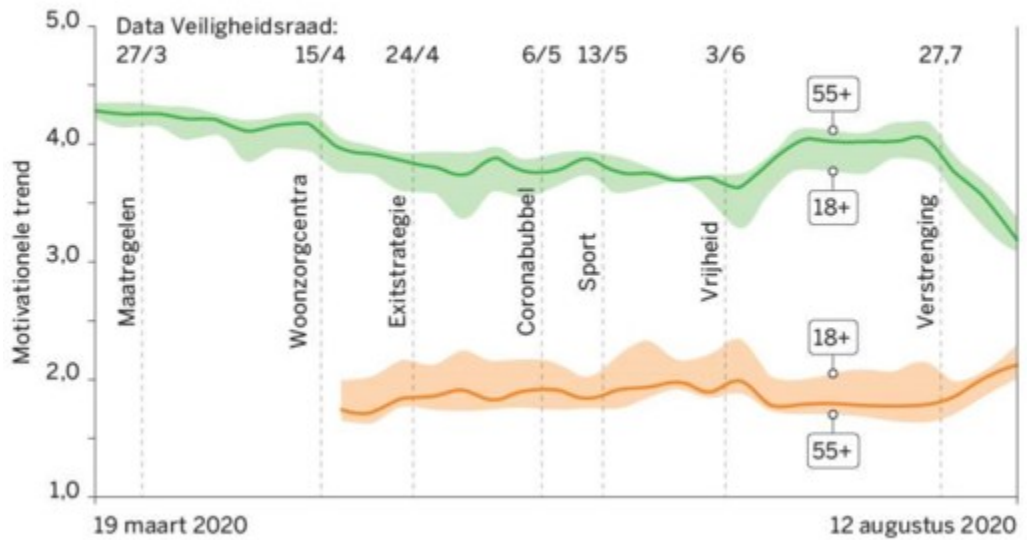
De Veiligheidsraad zou wel kijken naar een verhoging van het aantal toeschouwers bij culturele evenementen. Dat zou mogelijk afhankelijk worden van de beschikbare ruimte in een zaal. ‘Bubbels’ zouden mogelijk ook weer samen kunnen winkelen.

Intussen leeft in de Veiligheidsraad wel het besef dat ‘de psychologische component’ tot nog toe veronachtzaamd is. ‘De virologen waren aan zet, de psychologen niet’, zegt een van de leden. ‘De aanpak was gericht op het bezweren van de directe crisis, en dat is gelukt. Nu moeten we evolueren naar een duurzamer model, dat we de komende maanden kunnen volhouden. De regels moeten helder zijn.’

Nog belangrijker dan dat is volgens psycholoog Vansteenkiste dat de regels goed verantwoord worden. ‘Mensen accepteren een drastische maatregel, zoals de verplichting van mondklappers op het hele grondgebied van een gemeente, alleen als de overheid een goede reden kan geven voor de meerwaarde ervan. Als die ontbreekt – bijvoorbeeld voor een mondklapper als je alleen in een park bent – krijg je mensen moeilijk gemotiveerd om hem na te leven. Dan kan zo’n strenge maatregel zelfs verzet in de hand werken.’

Evolutie van motivatie tijdens de covid-19 crisis

■ Motivatie ■ Demotivatie



DS Infografiek | Bron: UGent

Nood aan 'Warmste coronaweek'

Om te voorkomen dat 'meer autonomie' doorslaat in losbandigheid, is volgens de expertgroep 'psychologie en corona' nood aan een 'breed sociaal project'. **'Mensen zijn sociale wezens die in moeilijkheden verbondenheid zoeken. Dat werkt zeer motivatie-ondersteunend'**, schrijven de experts in hun rapport. In maart en april, toen de eerste golf over ons land trok, was daaraan geen gebrek: elke avond was er applaus voor de zorg, verenigingen knutselden mondknagers in mekaar en op televisie dook de ene na de andere corona-rubriek op.

Samen met de eerste golf is dat verdwenen – onterecht, volgens de psychologen. Maarten Vansteenkiste oppert het idee van een grote campagne: 'De Warmste coronaweek, waarbij mensen vertellen over hoe het moeilijk is, maar ze toch volhouden; waar warme verhalen over corona gedeeld kunnen worden.' Zet daarbij 'influencers en bekende Vlamingen uit sport en entertainment' in, opperen de psychologen. Bijvoorbeeld 'tijdens een coronakwartiertje na het tv-nieuws'. (poj)