



Opinie

Feestende massa's kunnen we vermijden door betere omkadering van coronamaatregelen

Repressie is niet het juiste antwoord op de feestvierende massa's in Brussel en Vlaanderen die afgelopen weekend voor ophef hebben gezorgd, zeggen gedragswetenschappers Omer van den Berg en Maarten Vansteenkisten. Wel moet de overheid voor een betere omkadering van de coronamaatregelen zorgen die burgerzin stimuleert, zoals het verplichten van mondkmaskers op alle plaatsen.



Omer Van den Bergh en Maarten Vansteenkiste

De auteurs zijn lid van werkgroep "Psychologie & Corona" die betrokken is bij de GEES, de federale werkgroep die het voortouw neemt in de exitstrategie.

Het spontane postlockdown-feestje tijdens het weekend aan Flagey heeft nog maar eens duidelijk gemaakt dat weten wat nodig is niet automatisch leidt tot doen wat nodig is. Kennis over wenselijk gedrag volstaat niet en hardnekkig vasthouden aan deze illusie is een recept voor een escalatie van problemen: oproepen tot burgerzin zullen als een vermanende vinger worden ervaren, overtreders zullen als dom en onverantwoordelijk worden afgeschilderd, politiecontroles zullen worden opgevoerd en – uiteindelijk – volgen dan betogingen tegen de strenge gedragsbeperkingen.

In tegenstelling tot een aantal landen zijn we zo ver nog niet, maar we lopen het risico dit heilloze pad op te gaan als we niet dringend bijsturen. Hoe moet dit dan? Als gedragswetenschappers benadrukten we eerder het belang van een aantal belangrijke motiverende principes, maar voorlopig zonder veel resultaat.

Ook de GEES en het crisiscentrum voelen de nood aan concrete acties, er zijn al te veel kansen gemist. Namens de interuniversitaire ad hoc werkgroep “psychologie en corona” pleiten wij voor de volgende elementen in een coherente en volgehouden strategie.

Motiverende media

Mensen zijn tot in hun diepste vezels sociale wezens met een sterke behoefte aan verbondenheid. Maak daarom van coronawijs gedrag een breed gedragen sociaal project waarin we samen voor een doel gaan. Hier is een rol weggelegd voor de media.

Nieuwsprogramma's met informatie over het virus en de coronacijfers zijn er voldoende. Sociaalverbindende programma's zijn op dit ogenblik belangrijker om een gezamenlijk engagement te stimuleren. De applausmomenten voor de zorgsector en de verenigingen die mondkmaskers maakten zijn voorbeelden waarin mensen elkaar spontaan ondersteunden in moeilijke omstandigheden. Dergelijke verbindende acties wijzen ons de weg.



Sociaalverbindende programma's zijn op dit ogenblik belangrijker om een gezamenlijk engagement te stimuleren

Dit kan door ludieke programma's waarin de bevolking betrokken wordt om een nieuwe, wervende leuze of een coronagroet te verzinnen in de plaats van een knuffel. Een aangename coronavariant van “De warmste week” zou een podium kunnen bieden voor sociale modellen (zeg maar BV's) en 'gewone' mensen waaruit blijkt hoe

ze leven met de “zes gouden regels” en hoe ze reageren als ze verleid worden om risicogedrag prioriteit te geven. Praktijken delen waarin mensen zich in elkaar herkennen en leren van elkaar versterkt de sociale verbondenheid als onderdeel van een wervende en goed gedoseerde campagne.

Dashboard met knipperlichten

Naast een behoefte aan verbondenheid hebben mensen een sterke behoefte aan autonomie. We hebben graag het roer in handen. Om het uit handen te geven moet er een goede reden zijn, maar als die overtuigend genoeg is, ontstaat een mooie paradox: mensen beslissen dan om zelf hun vrijheden in te perken voor het beoogde collectieve doel, hoewel het een grote inspanning van hen vergt. Zo wordt het ideale fundament gelegd voor duurzame gedragsverandering, voor gewoontevorming.

Maak de gedragsverwachtingen dus niet enkel eenvoudig en presenteer ze in visueel aantrekkelijke vorm, maar koppel ze ook aan logische principes in plaats van aan regels die tot op zekere hoogte arbitrair zijn. De bevolking voelt zich meer betrokken als ze merkt dat haar inspanningen effect hebben.



De bevolking voelt zich meer betrokken als ze merkt dat haar inspanningen effect hebben

Geef haar dus een dashboard met knipperlichten om de gevolgen van haar inspanningen af te lezen. Dit kan in de vorm van een eenvoudig interpreteerbaar systeem met (kleuren)codes die aangeven in welke veiligheidszone we ons bevinden, onder welke voorwaarden we naar een ander niveau schakelen en wat de gevolgen zijn van een versoepeling of een verstrenging.

Dit systeem krijgt best een lokale (provinciale) en een nationale variant, zeker wanneer de toekomst eerder lokale uitbraken zal meebrengen dan wel een brede tweede golf. Ook een software tools om onze individuele “corona-voetafdruk” in kaart te brengen verhoogt ons coronabewustzijn. Zo kunnen we snel nagaan of we onszelf of anderen in gevaar brengen. Dergelijke ingrepen laten de bevolking toe om mee te denken en te voorspellen of we de goede of de slechte kant opgaan.

Een duwtje in de rug

Mensen gedragen zich in een context en passen zich daaraan aan. Sommige contexten maken het moeilijk (een feestje) tot haast onmogelijk (vliegtuig, concertzaal) om zich “coronaproof” te gedragen en andere contexten ontlocken

gewoontegedrag uit het "oude normaal". In zulke omstandigheden is van belang om de bevolking een duwtje in de rug te geven in de richting van het gewenste gedrag.

Dit kan in de vorm van visuele aanwijzingen en geheugensteuntjes (pijlen op de grond, scheidingshekken, enz.) die automatisch stimuleren tot veilig gedrag, of corona in de aandacht brengen op momenten waarop we het dreigen te vergeten of even niet meer belangrijk vinden. Ook verplichtingen worden aanvaardbaar als ze logisch en als helpend worden ervaren.

Waarom zouden we een mondmasker niet verplicht maken op alle plaatsen die open zijn voor publiek (winkels, loketten, naast openbaar vervoer): een mondmasker brengt zichtbaar in herinnering dat het virus nog steeds onder ons is, het creëert eenduidigheid als leidraad, het stimuleert de vorming van gewoontegedrag en – ja, waarom niet – het geeft een gevoel van controle.

Er zijn niet alleen medische argumenten voor het mondmasker, al worden die soms nog betwist. Daar zijn in elk geval ook goede psychologische argumenten voor.



VRT NWS wil op [vrtnws.be](https://www.vrtnws.be) een bijdrage leveren aan het maatschappelijk debat over actuele thema's. Omdat we het belangrijk vinden om verschillende stemmen en meningen te horen publiceren we regelmatig opinieteksten. Elke auteur schrijft in eigen naam of in die van zijn vereniging. Zij zijn verantwoordelijk voor de inhoud van de tekst. Wilt u graag zelf een opiniestuk publiceren, contacteer dan VRT NWS via moderator@vrt.be.