

Dossier Coronacrisis



AFP or licensors

3 op de 4 Belgen zeggen dat ze maatregelen zullen volgen in kerstperiode, "maar gevoel van ontmoediging groeit"

Drie op de vier Belgen zeggen dat ze zich aan de coronamaatregelen zullen houden tijdens de kerstperiode. Dat blijkt uit de nieuwe motivatiebarometer van de UGent. Eind november was de groep die zich niet aan de maatregelen wilde houden nog een stuk groter. Maar het gevoel van ontmoediging neemt wel toe, zegt motivatiepsycholoog Maarten Vansteenkiste.

Joris Truyts

wo 23 dec 2020 08:23

Zowat 74 procent van de Belgen zegt zich aan de coronamaatregelen te zullen houden tijdens de kerstperiode. Dat staat in de laatste [motivatiebarometer](https://www.ugent.be/epg/nl/onderzoek/coronastudie) op basis van een steekproef bij 24.290 respondenten. Een groep van 16 procent wil de regels naast zich

neerleggen en een kleine 10 procent aarzelt. "De bereidwilligheid neemt toe", zegt Vansteenkiste, "maar met een toegenomen gevoel van ontmoediging".

Eind november was een groep van ruim 30 procent niet bereid om zich aan de beperkingen rond sociaal contact te houden en kerst te vieren zonder gasten of met een beperkt aantal knuffelcontacten. "De verontrustende ontwikkeling van de coronacijfers heeft het bewustzijn aangescherpt", zeggen de onderzoekers van de interuniversitaire expertengroep Corona & Psychologie. "Maar ook de sterkere dreiging met controle en sancties speelt wellicht een rol."

Toch is het belangrijk dat het beleid niet enkel op ordehandhaving focust, omdat dat niet tot duurzame motivatie leidt. "De nadruk op contactbeperkingen tijdens de kerst- en eindejaarperiode veroorzaakt een gevoel van ontmoediging bij de bevolking", zeggen de onderzoekers. "We volharden omdat we beseffen dat het noodzakelijk is, maar ook omdat het nu eenmaal moet." Psycholoog Vansteenkiste vreest ook dat de grote focus op kerst en oudejaar ertoe kan leiden dat mensen in de dagen ertussen sneller in de verleiding zullen komen om meer contacten te hebben.

"Kortetermijnperspectief is cruciaal"

Onze motivatie is dus erg gemengd en het schommelt. "Op sommige momenten geraken we ontmoedigd en dreigen we er de brui aan te geven", klinkt het. "Het gebrek aan perspectief op korte termijn speelt hierin ongetwijfeld een rol."

Vansteenkiste roept de overheid daarom op om zeer concrete (tussen)stappen en doelen voorop te stellen. "Verschillende indicatoren wijzen op een toenemende ontmoediging. Om met dit gevoel om te gaan, is het belangrijk dat we de noodzaak blijven inzien, dat we perspectief op de korte termijn krijgen en een duidelijk verband zien tussen wat we doen en wat het oplevert." Er is wel het goede nieuws over de start van de vaccinaties, maar dat speelt vooral op de lange termijn.



Voor ieder lockdownfeestje zouden we eigenlijk acht positieve verhalen moeten brengen

Motivatiepsycholoog Maarten Vansteenkiste

Ook blijft het nodig dat er een gevoel van sociale verbinding en solidariteit is in de gezamenlijke strijd tegen het virus. "Voor ieder lockdownfeestje zouden we eigenlijk acht positieve verhalen moeten brengen", zegt Vansteenkiste. De grote meerderheid

volgt de maatregelen wel. Het is belangrijk om die boodschap te brengen. Dat heeft een motivationeel besmettend effect. Alle aandacht toespitsen op die feestjes heeft een demotiverend effect."