

# La motivation des Belges a un impact direct sur l'épidémie

- 02/03/21 à 16:40
- **Muriel Lefevre**

Plus que des nouvelles mesures, il faut motiver la population à suivre les mesures déjà existantes si l'on veut venir à bout de la pandémie. Selon une nouvelle étude, le taux de motivation pourrait prédire quand arrivera le prochain pic de l'épidémie. Et le taux de motivation actuel n'augure rien de bon.



© getty

Depuis des mois, toutes sortes de stratégies ont été déployées par le gouvernement et les autorités. Celles-ci vont de formules de motivation telles que "accrochez-vous" ou "utilisez votre bon sens", à l'induction de sentiments de peur, aux menaces de contrôle et de sanctions sévères, en passant par la culpabilisation due à des comportements jugés inciviques. Or rien de tout cela, on l'a encore vu le week-end dernier, ne semble avoir un impact, ou alors un impact limité sur l'épidémie. Un constat encore renforcé par la nouvelle étude réalisée dans le cadre du baromètre de la motivation qui est une initiative conjointe de quatre universités, soit l'UCLouvain, de l'ULB, de l'UGent et de la KULeuven.

Celle-ci montre une motivation en baisse. Pour l'instant, entre 25 % et 35% des sondés restent pleinement convaincus de la nécessité des mesures. Soit à peine plus d'un Belge sur quatre. Et ce n'est pas le seul indice de démotivation puisque l'on constate aussi une baisse de l'adhésion aux gestes barrières et du sentiment qu'il est encore possible de respecter les mesures

## *Faire peur ne sert à rien*

L'un des constats de l'étude est que la peur n'est pas motivante. Selon l'étude, il semble que plus la crainte d'être contaminé est élevée, moins les participants sont motivés à suivre les mesures. Provoquer l'anxiété au sein de la population est donc à éviter puisque les réactions d'inquiétude ne sont pas nécessairement associées à un meilleur suivi des mesures. Par ailleurs, une anxiété persistante est émotionnellement épuisante, ce qui met la santé mentale sous pression.

Ce qui aurait par contre un impact, c'est les taux quotidiens plus élevés d'hospitalisation. Ceux-ci sont associés à une motivation volontaire plus élevée. Cependant, les taux d'hospitalisation sont une arme à double tranchant puisque s'ils contribuent à une meilleure prise de conscience des risques, ils alimentent aussi les craintes de contamination. L'enjeu consiste donc à maintenir la conscience du risque à un niveau élevé tout en évitant de provoquer une vague de panique.

## *Notre comportement prédit les pics de l'épidémie*

Pour tenter de juguler cette pandémie, les autorités feraient également bien de changer de paradigme. En effet, plutôt que de s'appuyer sur des taux de positivité, d'infection d'hospitalisation voire de mortalité, ils feraient peut-être mieux de s'appuyer sur des données concernant le comportement des Belges. Les premiers sont des indicateurs épidémiologiques qui reflètent en réalité les effets d'un comportement passé (pour les psychologues du comportement et de la motivation, les indicateurs épidémiologiques ne sont que la partie émergée de l'iceberg), alors que les secondes pourraient bien prévenir l'avenir. Le facteur clé de l'épidémie serait dès lors le comportement des Belges et la motivation à maintenir les comportements de prévention.

L'étude démontre en effet que le taux de motivation avait un effet direct sur les chiffres. Au plus la motivation volontaire est élevée, au plus on voit réduire les pics d'infections, d'hospitalisations et même de mortalité. L'étude sur une année a démontré que, de manière systématique, des creux dans la motivation se traduisaient des semaines plus tard (dans un délai se situant entre 8 à 11 semaines) par des pics dans les infections, les hospitalisations et les décès.

## *Un besoin urgent de perspectives*

Depuis de nombreux mois, la population demande qu'on lui donne des perspectives. Et si le gouvernement veut prendre de l'avance sur les chiffres épidémiologiques au lieu de toujours les suivre, il ferait bien de les écouter de manière à faire sentir aux gens qu'il vaut la peine de respecter les mesures.

Pour que la motivation à suivre les mesures revienne durablement au sein de la population, il faut une politique cohérente sur une plus longue période, un peu comme le ferait un coach sportif. Dans ce même esprit, il est important qu'ils élaborent un plan cohérent avec des objectifs et des cibles intermédiaires, en lien avec le comportement des Belges, pour donner une perspective à la population. Dans l'idéal, la communication doit être simplifiée, systématique et visuelle pour que la situation soit perçue comme prévisible et contrôlable. Et donc mettre au point un plan cohérent d'assouplissement basé sur des valeurs seuils réalistes pour donner à la population une réelle perspective. Une déclaration comme "accrochez-vous" n'aura de sens que si la population sait quel est le premier objectif qu'elle doit s'efforcer d'atteindre collectivement. Les gens ne peuvent faire appel à leur bon sens que s'ils sont capables d'évaluer le risque présent dans la situation. Car, on ne le dira jamais assez, c'est en les impliquant que les gens acceptent mieux le fardeau que représente ce marathon infernal.