

Le taux de motivation prédit les pics de contamination

En cas de baisse de la motivation, on constate, au bout de huit semaines, une hausse des infections

Le taux de « motivation volontaire » à respecter les gestes barrières a un lien direct avec des pics d'infections, d'hospitalisations et même de mortalité plusieurs semaines plus tard. Grâce aux études et courbes des psys, on peut donc prévoir ce que sera la situation épidémiologique deux mois plus tard.

Voilà une analyse qui devrait faire réfléchir nos décideurs politiques à quelques jours d'un nouveau Code-

co. Selon les données collectées depuis un an par le groupe de travail « Psychologie et coronavirus » (UCLouvain, UGent, ULB), le taux de motivation des Belges à respecter les mesures de protection et de prévention contre le Covid permet de prédire les pics, plusieurs semaines à l'avance. Pour les pics des infections, il est possible de les prédire 8 semaines à l'avance, 9 semaines pour les taux de positivité, 10 semaines pour les hospitalisations et 11 semaines pour les pics de mortalité!

Exemple: lors de la dernière semaine d'août, on a enregistré un taux de motivation très bas, en chute libre par rapport à début juillet. Et début novembre, on avait un pic d'infections pire que lors de la première vague.

PEUR TRÈS MAUVAISE CONSEILLÈRE

« Seule la motivation volontaire permet de prédire de manière robuste un pic dans les taux de positivité, dans les taux d'infections et d'hospitalisa-

tions et dans la mortalité », avertit Olivier Luminet, psychologue de la santé à l'UC Louvain et membre de « Psychologie et coronavirus ». La motivation volontaire, cela signifie que l'on se dit qu'il est important de respecter les gestes barrières, pas parce qu'on y est obligé. Aujourd-

d'hui, ce taux de motivation oscille entre 25 et 35 %, ce qui est très bas. Fin août 2020, il était descendu à 23 %. Et au plus haut, en juillet 2020, ce taux était de 82 %. Avec un an de recul, les chercheurs peuvent donc affirmer que la motivation volontaire et les pics sont liés. D'ailleurs, estime Olivier Luminet, « si on ne parvient pas à faire remonter cette motivation volontaire, on pourrait avoir des pics d'hospitalisations en mai. » Il faut aussi ajouter la notion de perception de risques. « Si on dit que le variant anglais est dangereux et que la perception du risque est

bonne, le respect des gestes barrières sera plus grand. Par contre, si on ressent de l'anxiété, la motivation chute, l'utilisation des gestes barrières aussi et on a un risque de nouveaux pics quelques semaines plus tard. » Les courbes tracées depuis près d'un an sont en effet sans appel.

CHANGER DE COMMUNICATION

Conclusion des chercheurs: la peur ne fonctionne pas, elle est même contre-productive. « La communication officielle utilise plutôt la peur pour que les gens changent de comportement », reprend Olivier Luminet. « Mais ça, ça n'a marché qu'au début, ça a tenu le temps du premier confinement. Sur une longue durée, ça ne marche pas et c'est même le contraire. La peur amène une baisse de motivation, et donc un moindre respect des gestes barrières. » Avec les conséquences que l'on a vues plusieurs semaines plus tard. Autre recommandation: « Il y a un risque majeur d'annoncer des relâchements par dates », selon M. Luminet. « Il faut plutôt donner des perspectives de relâchement sur la base des chiffres épidémiologiques. Les gens savent à quoi s'attendre et sont plus dans l'acceptation. (...) La séquence de la semaine dernière, avec toutes ces promesses, était catastrophique. » Les politiques savent ce qu'il leur reste à faire s'ils veulent éviter une nouvelle catastrophe en mai. ●

