

**Het leven door een roze  
bril: waarom we de  
coronaregels overboord  
gooien**



Het was alweer koppenlopen in de Brusselse Nieuwstraat. Beeld EPA

Zonet nog waren straten leeg en sprongen we weg voor passanten die te dichtbij kwamen. Vandaag ligt

het dagelijks aantal nieuwe besmettingen niet veel lager dan op 17 maart, maar stromen parken en winkels vol. Zijn we te optimistisch?

◆ Exclusief voor abonnees door [BARBARA DEBUSSCHERE](#) 25 mei 2020, 5:56

De Belg is geremder dan de Nederlander, die tijdens het hemelvaartweekend massaal naar het strand afzakte. Maar ook bij ons merk je dat we nu minder bang zijn om uit ons kot te komen. Niet alleen aan de Action en de Primark, ook in parken en aan hippe koffiebars en fietswinkels is het nu druk. Je ziet er groepen groter dan vier, waardoor het met de anderhalve meter minder goed lukt. Ondertussen dringt de horeca aan op een snelle heropening.

Nochtans ligt het dagelijks aantal vastgestelde coronabesmettingen nu niet veel lager dan net voor de lockdown. Op 16 maart telde Sciensano er 386, op 20 mei 370. Bovendien lijkt de dalende trend gestopt. En blijven virologen waarschuwen voor een tweede golf.

Dat sommigen desondanks de coronadiscipline laten varen, heeft te maken met een typische trek van ons: onversneden optimisme. Studie na studie wijst de mens aan als onverbeterlijk. Bestuurders schatten hun eigen kunnen positiever in dan hun werkelijke rijkunsten. Studenten koesteren systematisch een wel erg rooskleurig toekomstbeeld.

En nu de curves er veel beter uitzien, staan onze hersenen te popelen om die roze bril op te zetten. We willen zo graag geloven dat het vanaf hier goed zal lopen, dat er snel een vaccin zal zijn en de toekomst wordt zoals het verleden. “Over de tweede golf denken we: ‘Dat zullen we wel aankunnen, want we weten nu wat het is’”, zegt professor sociale psychologie Frank Van Overwalle (VUB).

Dat optimisme heeft ons als soort ver gebracht, maar maakt het lastig de coronaregels te respecteren. “In ons onderzoek zien wij dat dat voor de grootste optimisten het moeilijkst is”, zegt psychologieprofessor Olivier Luminet (UCLouvain ).

## **INTUÏTIE VERSUS ANALYSE**

En naast de neiging tot optimisme speelt nog een andere diep verankerde eigenschap. Nobelprijswinnaar Daniel Kahneman ontdekte hoe mensen vaker reageren vanuit ons ‘snelle’, intuïtieve denksysteem dan vanuit ons ‘trage’, analytische denkvermogen.

Daarom reageren we vooral op acute en zichtbare dreigingen, zoals aanslagen of plots veel coronadoden, en veel minder op onzichtbaar en sluipend gevaar, zoals de klimaatverandering of de mogelijkheid van een tweede virusgolf.

Wanneer we zien dat de curves scherp zijn gedaald, volstaat dat dus al snel om terrasjes te improviseren. “Zeker nu we na weken isolatie gefrustreerd zijn in onze sociale behoeftes”, zegt professor motivatiepsychologie Maarten Vansteenkiste (UGent). “Ik vermoed een reboundeffect.”

Maar irrationeel optimisme, ‘snel denken’ en frustratie zijn niet de enige verklaringen voor de verslappende voorzichtigheid. “De werkelijkheid ziet er ook echt beter uit”, zegt Van Overwalle. “De dagelijkse cijfers en grafieken werken zeer krachtig. In het begin joegen ze ons schrik aan, zeker in combinatie met filmpjes van uitgeputte verplegers. Nu zien we die filmpjes niet meer en tonen de grafieken dat het veel beter gaat. Dan is lossen gedrag logisch.”

Dat meer kinderen terug naar school mogen, zomerkampen kunnen en reisjes naar Frankrijk ‘wellicht’ ook, zijn nog meer concrete aanknopingspunten om al snel te denken: we kunnen weer normaal doen. Een studie die stelt dat het virus in de buitenlucht nauwelijks besmettelijk is en Italië dat binnen twee weken alweer toeristen toelaat, sorteren datzelfde effect.

“Dat politici en virologen nu vooral geruststellend klinken, speelt hier heel erg mee. Als de voorsten in de rij niet gealarmeerd zijn, gaan wij dat zeker zelf niet zijn”, zegt Van Overwalle.

## **VERTEKEND BEELD**

Tegelijkertijd is het niet zo dat we nu massaal de regels aan onze laars lappen omdat we geen angst meer hebben voor het virus. Zo toont het onderzoek van Van Steenkiste dat burgers sinds 10 mei, de dag waarop we mochten gaan ‘bubbelen’, net wat meer bezorgd en angstig zijn. Een representatieve steekproef door *Het Belang Van Limburg* van midden mei laat zien dat we ondanks de versoepelingen ook erg voorzichtig blijven. Bijna de helft van de ondervraagden gaat enkel voor essentiële zaken naar de winkel en laat nog geen bezoek toe.

“We verkijken ons mogelijk op beelden van uitzonderlijke drukte terwijl de meerderheid nog bezorgd de regels naleeft”, stelt professor sociale psychologie Alain Van Hiel (UGent). “Maar net die beelden kunnen lossere gedrag snel bij velen doen aanslaan. Misschien is dat ondertussen al zo. Want we interpreteren ze als de norm. En als je die drukte op tv ziet, voel je je al snel onnozel en irrationeel door wel nog in je kot te blijven.”

Ook gaan we nu ‘gemotiveerd denken’. Van Hiel: “Dat is de neiging om de informatie die het best in ons kraam past beter te verwerken en

redeneringen zo ineen te flansen dat ze ons opmerkelijk goed uitkomen. ‘Als reizen in Frankrijk deze zomer mogelijk kan, kunnen we nu toch al naar de Ardennen?’, bijvoorbeeld.

Als de curves weer omhoogschieten, zullen we wel vanzelf weer angstvallig in ons kot blijven, weten de psychologen. Dat zou opnieuw een noodsignaal zijn voor ons ‘snelle’ denksysteem. Maar dan is het erg laat om in te grijpen, want de effecten van ons gedrag worden pas na een tijdje zichtbaar in de curves. “Idealiter zijn we daarom nu niet te angstig maar net genoeg, zodat we genieten van wat al kan zonder de fragiliteit van deze situatie te negeren”, zegt Luminet. “Aan politici de uitdaging om dat over te brengen.”