

Communiqué de presse :

Un groupe de psychologues experts est satisfait des nouvelles mesures du Conseil de sécurité nationale, mais estime que des ajouts supplémentaires sont nécessaires.

Le Conseil de sécurité nationale a apporté un changement important à sa politique. Au lieu de tout fermer, tout s'ouvre à nouveau, à l'exception d'un certain nombre de secteurs et dans le respect des règles de base. Pour la première fois, des psychologues ont également émis des conseils. « *Nous sommes satisfaits du nouveau tournant, bien que des ajouts importants soient encore nécessaires* », déclare Koen Lowet, directeur général de l'Association flamande des psychologues cliniciens (VVKP) au nom du **groupe d'experts « Psychologie et COVID-19 »**.

Ce groupe d'experts avait recommandé, dans cette nouvelle phase, une rupture nette avec la politique menée précédemment. La politique d'un confinement strict basé sur des règles trop compliquées n'était plus tenable. « *Dès le début des premières mesures nous avons évalué la motivation de la population à suivre ces mesures. Alors qu'au départ plus de 80% des gens étaient prêts à adapter leur comportement à l'urgence, dans notre dernier sondage, ce n'était plus que 50% ! Ce sont **des chiffres inquiétants**, car nous sommes dans une phase où le changement de comportement devrait devenir un comportement habituel* », selon le Prof. en psychologie de la motivation Maarten Vansteenkiste, Université de Gand.

Dès la création du GEES, les psychologues ont plaidé pour que quelqu'un issu du domaine de la psychologie soit inclus et consulté. Après tout, en l'absence d'un vaccin ou d'un antiviral approprié, le comportement est le seul moyen de contrôler le virus. Les psychologues n'ont pas attendu pour mettre en place un groupe spécial d'experts sur « Psychologie et COVID-19 », avec des membres des universités flamandes et francophones et des organisations professionnelles des sous-domaines pertinents de la psychologie (santé, motivation, social, développement et psychologie clinique). Ils ont regroupé leur expertise sur le changement de comportement durable dans [une note conceptuelle](#).

Le week-end dernier, le groupe « Psychologie et COVID-19 » a porté différentes étapes à l'attention des experts du GEES comme premiers conseils :

1. Introduire une **ligne de fracture psychologique** : annoncer une nouvelle étape, tout en continuant à considérer le passé et regarder vers l'avenir.
2. **Dire « adieu » aux "règles"** : reconnaître que "la règle des 4" n'était pas la plus appropriée. Introduction de la notion de « principe » : arrêtons de parler de règles et commençons à parler de principes. Les principes renvoient à un fondement logique et sont plus flexibles que les règles. Cela stimule le sentiment d'appartenance et de responsabilité.
3. Explication **du principe de la bulle**. Expliquez de manière accessible le principe de la bulle : ce qu'est (une bulle), le pourquoi (ce principe est pertinent), le nombre (formulez une recommandation qui est liée à l'assouplissement dans les écoles où de nombreuses bulles sont ouvertes pour les enfants) et lequel (un bon choix de la bulle privilégiée est plus important pour le bien-être que le nombre de bulles). Travaillez avec des visuels.
4. Explication sur la combinaison avec l'étape « Testing & Traçabilité » (T&T) : les bulles et T&T sont deux stratégies liées. Expliquez comment ces stratégies sont

intrinsèquement liées tout en ayant chacune sa propre valeur. Déterminez les freins à la communication des informations et procédez à des ajustements pour plus d'efficacité.

5. Introduisez les "**feux clignotants**" : offrez des symboles clairement reconnaissables et compréhensibles qui permettent de suivre notre implication commune en tant que citoyens. Créez de la transparence sur les conditions dans lesquelles une bulle peut être assouplie ou doit être réduite.
6. **Campagne gouvernementale**: mettez en place une campagne des autorités politiques qui utilise de nouveaux termes tels que "bulla", "bullage", etc. et trouvez un "slogan" qui exprime bien cet objectif commun. Lancez une émission ludique à propos du Corona sur une chaîne publique dans laquelle des "roles models" mais aussi des citoyens ordinaires témoignent de la façon dont ils gèrent le principe de la bulle, de leur expérience en matière de tracing. Offrez un outil d'empreinte (footprint) COVID19 pour permettre aux personnes de s'évaluer et d'anticiper les conséquences si d'autres se comportent de cette façon.

Le Prof. en Psychologie de la Santé, Omer Van den Bergh, KULeuven souligne que **l'approche combinée** est cruciale. « *Le gouvernement s'est principalement concentré sur la liberté retrouvée de la population. Mais pour que cela fonctionne, on doit également travailler sur d'autres éléments, tels que les feux clignotants, une campagne et l'importance de la détection des contacts. Ce n'est que grâce à cette combinaison d'éléments que nous pouvons motiver la population à un engagement volontaire. Sans ce cadre nécessaire, on risque de créer un saut-conduit où chacun peut faire ce qu'il veut.* »

Les psychologues craignent que ce soit exactement ce qui s'est produit lors du récent Conseil de sécurité. La Prof. de psychologie sociale Karen Phalet, KULeuven s'inquiète : « *Il a en effet été décidé de n'utiliser pour l'instant que quelques recommandations. La ligne de fracture est clairement visible, tout comme la demande d'un sens des responsabilités et d'un engagement envers un objectif socialement contraignant, mais nous manquons toujours **d'un cadre plus large** et largement soutenu. Nous en avons désespérément besoin, car la motivation menace de s'éroder davantage à l'avenir, et les mesures pourraient même provoquer une résistance.* »

Cependant, il n'est pas trop tard pour mettre en œuvre nos recommandations. Le groupe d'experts a été invité à donner son avis sur un "rafraîchissement" de la campagne gouvernementale en cours. Olivier Luminet, Professeur de psychologie de la santé, UCLouvain, et Président de l'Académie Belge des Sciences Psychologiques (BAPS) : « *Notre groupe est disponible pour fournir des connaissances de la psychologie au GEES et aux décideurs politiques afin de protéger au mieux notre société contre les conséquences du virus avec le plus grand respect pour l'intégrité et l'autodétermination des personnes. C'est juste l'ADN de la psychologie.* »

Une version détaillée des conseils est accessible au public. En créant de la transparence sur les conseils donnés, ils souhaitent mieux informer les citoyens intéressés.

Rédacteurs des conseils du groupe d'experts « Psychologie et COVID-19 »,

Pauline Chauvier, psychologue clinicienne CUSL Bruxelles, Union Professionnelle des Psychologues Cliniciens Francophones (UPPCF)

Prof. Geert Crombez, psychologie de la santé, Ugent

Prof. Alexis Dewaele, psychologie clinique, UGent

Prof. Ann DeSmet, psychologie clinique de la santé, ULB

Koen Lowet, directeur général, Vlaamse Vereniging van Klinisch Psychologen (koen.lowet@vvpk.be; 0476/383454)

Prof. Olivier Luminet, psychologie de la santé, UCLouvain, président Belgian Academy for Psychological Sciences 0497 12 10 24

Prof. Karen Phaet, psychologie sociale, KU Leuven

Prof. Omer Van den Bergh, psychologie de la santé, KU Leuven (omer.vandenbergh@kuleuven.be; 0478/240043)

Dr. Kris Van den Broeck, santé mentale publique, Uantwerpen

Prof. Maarten Vansteenkiste, psychologie de la motivation, UGent (Maarten.Vansteenkiste@ugent.be; 0485/502562)