

De angst voor het coronavirus is gevaarlijker dan het virus zelf

Mattias Desmet is professor klinische psychologie aan de Universiteit Gent.

Het hoeft niet meer gezegd: onze maatschappij gaat door een ongeziene crisis – een crisis waarvan we de politieke, economische, sociale en psychologische gevolgen nog niet kunnen inschatten. Ze is in de greep van een verhaal over een virus – een verhaal dat ongetwijfeld op feiten gebaseerd is. Maar welke? We vingden voor het eerst een glimp op van ‘de feiten’ via een verhaal over een virus in China dat de lokale overheden tot de meest drastische maatregelen noopte. Ganse steden werden in quarantaine geplaatst, in allerijl werden nieuwe ziekenhuizen gebouwd, figuren in witte pakken desinfecteerden de publieke ruimte, enz. Hier en daar klonk het dat de totalitaire Chinese staat over-reageerde en dat het nieuwe virus niet erger was dan een griep. En ook het omgekeerde werd gesuggereerd: dat het veel erger moest zijn dan men liet doorschemeren want dat geen enkele overheid anders dergelijke verre gaande maatregelen zou treffen. Toen speelde alles zich nog ver van ons bed af en gingen we ervan uit dat het verhaal ons niet toeliet om de precieze feiten te kennen.

Tot ‘het virus’ in Europa arriveerde. We registreerden nu ‘zelf’ het aantal besmettingen en het aantal doden. Er werden beelden getoond van overvolle spoeddiensten in Italië, van colonnes legervoertuigen die lijken afvoeren, van ruimtes vol met doodskisten. Verhaal en feiten leken vanaf dan samen te vallen en onzekerheid maakte plaats voor zekerheid. Terecht? Dat is voor discussie vatbaar. Hoe bepaal je wie er sterft aan corona? Als iemand op gezegende leeftijd met wankele gezondheid ‘het corona-virus krijgt’ en sterft, sterft hij dan aan dat virus? Is de laatste druppel meer de oorzaak van het overlopen van de emmer dan de eerste?

Idem dito voor het bepalen van het aantal besmette personen. Ook dat blijkt niet evident. Zoals onder andere Marc Van Ranst zei: het reële aantal besmettingen ligt waarschijnlijk tien keer hoger dan het aantal gediagnosticeerde besmettingen. Dat betekent onder andere dat de schatting van de mortaliteitsgraad, oftewel de gevaarlijkheid van het virus, enorm varieert. Honderd besmette personen met vier overlijdens geeft een mortaliteit van vier procent; duizend besmette personen met vier overlijdens geeft een mortaliteit van 0,4 procent. Als men van dat laatste getal vertrekt – dat statistisch gezien correcter is – ziet het coronavirus er minder gevaarlijk uit. En hetzelfde geldt voor de ‘appreciatie’ van het aantal dodelijke slachtoffers. Als men die cijfers vergelijkt met het aantal slachtoffers dat elk jaar overlijdt aan respiratoire infecties – een kleine drie miljoen – of met het aantal kinderen dat elk jaar overlijdt door ondervoeding – ongeveer tien miljoen – dan komen ook die getallen plots in een ander daglicht te staan.

Alhoewel het aantal overlijdens dat aan het coronavirus toegeschreven wordt nog sterk kan stijgen en niemand weet op welk getal we uiteindelijk zullen uitkomen, is het belangrijk dat we stilstaan bij iets waar we ondertussen in paniek aan voorbij hollen: wat onze reactie op ‘het virus’ bepaalt, zijn niet de feiten op zich, maar wel het verhaal dat omtrent de feiten geconstrueerd wordt. Dat verhaal wordt geconstrueerd door hulpverleners die oprecht hun best doen om te helpen, door mensen die hun medemens niet willen zien lijden, door politici die de juiste beslissingen willen nemen, door academici die zo objectief mogelijke informatie willen verstrekken. Maar het verhaal wordt ook geconstrueerd door politici die onder druk staan van de publieke opinie en zich genoodzaakt voelen om krachtdadig op te treden, door leiders die de controle kwijt waren over de samenleving en nu door het virus de teugels terug in handen kunnen krijgen, door experts die hun onwetendheid moeten verbergen en de vlucht vooruit kiezen, door academici die een gelegenheid zien om zich te laten gelden, door de in de mens inherent aanwezige neiging tot hysterie en dramatiek, door farmaceutische bedrijven die een gouden kans ruiken, door media die gedijen op sensationele verhalen, door getuigenissen van unieke gevallen bij wie het ziekteverloop uitzonderlijk zwaar was, ...

En het verhaal wordt vooral geconstrueerd door een angst en psychische ontredde die al geruime tijd in alle geledingen van de maatschappij aan het groeien was. In de jaren en maanden voorafgaand aan de uitbraak van de coronacrisis vielen de tekenen dat de maatschappij op een psychologische crisis afstevende nauwelijks nog te ontkennen. Ziekteverlof door psychisch lijden en gebruik van psychofarmaca volgden een exponentiële curve; de diagnose 'burn-out' nam epidemische vormen aan en bedreigde het functioneren van ganse organisaties, bedrijven en overheidsinstellingen; het toekomstbeeld werd meer en meer getekend door pessimisme en perspectiefloosheid. Als onze samenleving niet weggespoeld zou worden door de wassende zeeën, dan wel door de vluchtelingenstroom; enz. Het Grote Verhaal van deze maatschappij, het verhaal van de Verlichting, leidde om het zacht uit te drukken niet langer tot het optimisme en positivisme van weleer. Vanuit een hedendaags psychoanalytisch perspectief is dat precies het punt waarop de angst zich situeert: het punt waar men niet langer zekerheid vindt in een verhaal over de eigen identiteit.

Dit is mijn stelling: Deze crisis is in de eerste plaats een psychologische crisis – een massieve doorbraak van angst in de maatschappij. Angst wordt in eerste instantie maar in heel beperkte mate veroorzaakt door reële problemen ... maar ze rechtvaardigt zichzelf door reële problemen te creëren. Die problemen voelen we nu al aan: op politiek vlak het oprijzen van de dictatoriale staat, op economisch vlak de recessie en het failliet van talloze bedrijven en kleine zelfstandigen, op sociaal vlak een blijvende aantasting van de (fysieke) band tussen mensen, op psychologisch vlak nog meer angst en depressie, en jawel ... op lichamelijk vlak, in de nasleep van de psychologische en sociale stresstoestand, een collaps van de immuniteit en de fysieke gezondheid. Men leze er de literatuur omtrent psychogene dood, placebo's en hypnotische sedatie op na om zich ervan te vergewissen hoe onvoorstelbaar sterk de impact van psychische factoren op lichamelijke ziekte en gezondheid kunnen zijn. Zonder dat we de spiraal van angst en psychisch onbehagen kunnen doorbreken waarin we als maatschappij al decennia aan het wegglijden zijn, kunnen virussen die nu nog relatief onschadelijk zijn, in de toekomst wel degelijk ravages aanrichten.

We moeten de huidige angst als een probleem op zich beschouwen, een probleem dat zich niet laat herleiden tot 'de feiten' van 'een virus' maar een oorzaak op een volledig ander niveau heeft, op het psychologische niveau, het niveau van het (falen van het) Grote Verhaal van onze maatschappij. Het Grote Verhaal van onze maatschappij is het verhaal van de mechanistische wetenschap; een verhaal waarin de mens gereduceerd wordt tot een biologisch 'organisme'. Een verhaal ook dat de psychologische en symbolische dimensie van het menselijke wezen totaal miskent. Dat mensbeeld is de kern van het probleem. Elke behandeling van welke epidemie ook die vanuit dit mensbeeld vertrekt, zal het probleem uiteindelijk alleen maar erger maken. Of zoals Einstein het stelde: men kan een probleem niet oplossen door hetzelfde soort denken dat het veroorzaakte.

Dit is de echte opgave waar we als individu en als maatschappij voor staan: een nieuw verhaal construeren, een nieuwe grond voor onze identiteit, een nieuwe grond voor onze maatschappij, een nieuwe grond voor het samenleven met anderen. Hannah Arendt had dat al door in 1954, dat het oude verhaal aan het aflopen was en dat we daarom geconfronteerd werden met 'the elementary problems of human living-together'. Er moet niet in de eerste plaats een materiële barrière tegen een virus opgeworpen worden, maar wel een symbolische barrière tegen de angst. Dat in gedachten houden, kan misschien helpen om op het juiste niveau te handelen in deze crisis.