

# Mythes herhalen en ze ontcrachten met feiten: een goede strategie om het stigma op alcoholproblemen aan te pakken

Kim Claessens, masterstudente bedrijfscommunicatie (KU Leuven)

Met mijn masterproef heb ik onderzocht hoe corrigerende informatie het publieke stigma op personen met een alcoholprobleem kan verminderen bij jongvolwassenen. Daarbij had ik **twee belangrijke drijfveren**:

- Enerzijds wou ik tegemoetkomen aan **tegenstrijdige bewijzen** met betrekking tot de effectiviteit van correcties: terwijl sommige onderzoekers beweren dat mythes herhalen en ze ontcrachten met feiten tot averechtsse effecten kan leiden, bewijzen andere studies het tegendeel
- Anderzijds wou ik een antwoord bieden op het **gebrek aan anti-stigma-initiatieven gericht op alcoholgebruiksstoornissen**, één van de meest gestigmatiseerde, prevalentie en ernstige categorieën van psychische aandoeningen. Dat stigma zorgt er helaas voor dat de problemen van personen met een alcoholprobleem eerder verergeren dan verminderen – patiënten vrezen voor afkeurende blikken, wat velen ervan weerhoudt om professionele hulp te zoeken

Om inzicht te verwerven in effectieve correctiestrategieën, heb ik op basis van de literatuur **drie hypothesen** en **één onderzoeksvraag** geformuleerd:

- Ten eerste voorspelde ik dat een correctie, in de vorm van zowel een mythe-feit- als feit-mythe-feitformat, tot een lager publiek stigma zou leiden dan wanneer mensen geen correctie te zien krijgen
- Ten tweede voorspelde ik dat een feit-mythe-feitformat daarin het meest effectief zou zijn – de feiten bieden dan immers het referentiekader, niet de mythe
- Ten slotte stelde ik mezelf de vraag of ervaringsdeskundigen en medische experts geschikte bronnen kunnen zijn om mythes rond alcoholproblemen te ontcrachten, omdat het publiek hen als betrouwbare experts aanschouwt

**Hoe heb ik dit onderzocht?** Door middel van een online experiment bij 355 Belgische jongvolwassenen. Meer bepaald heb ik een paar varianten van een fictief krantenartikel\* getest waarin de verschillende formats en bronnen gecombineerd werden. In mijn stimulusmateriaal ben ik trouwens expliciet ingegaan op het verantwoordelijkheidsaspect van alcoholproblemen, aangezien dat een belangrijke voorspeller van het stigma van psychische aandoeningen vormt.

**Wat heb ik uiteindelijk gevonden?** Ondanks het feit dat de media kunnen bijdragen aan het stigma van personen met een alcoholprobleem, toont mijn masterproef dat ze ook een destigmatiserend effect kunnen uitoefenen:

- In tegenstelling tot wat een aantal eerdere studies suggereerden, heb ik **geen bewijs gevonden voor een averechts effect** van corrigerende informatie
- Integendeel: mijn studie schaaft zich achter voorgaand onderzoek dat erop wijst dat **corrigerende informatie wel degelijk een goede strategie** is om mythes te ontcrachten
- Ik kwam ook tot een belangrijk nieuw inzicht: met mijn studie kon ik aantonen dat corrigerende informatie die inspeelt op persoonlijke verantwoordelijkheidsovertuigingen met succes het publieke stigma van alcoholproblemen kan verminderen bij jongvolwassenen
- Wat ik dan weer niet heb kunnen bevestigen, is dat het feit-mythe-feitformat daarin significant effectiever zou zijn dan het mythe-feitformat. Verder bleken ook de ervaringsdeskundige en de medische expert niet significant anders van elkaar te presteren. Met andere woorden: **beide formats en bronnen waren goede kandidaten** om mythes omtrent alcoholproblemen te ontcrachten

**Kortom** ben ik er met mijn onderzoek in geslaagd om het belang van communicatie in de strijd tegen stigma te illustreren, en daarbij ook enkele **bruikbare inzichten voor praktijkbeoefenaars** te leveren:

- **Speel in op verantwoordelijkheidsovertuigingen**, want dat kwam uit de bus als een succesvolle strategie om het stigma aan te pakken
- **Hanteer toch liefst een feit-mythe-feitformat**, want doorheen de dag worden mensen blootgesteld aan heel wat krantenkoppen, zonder dat zij altijd de bijhorende artikels lezen. Het is dus belangrijk dat zij meteen de juiste informatie meekrijgen, voor het geval dat niet verder wordt gelezen dan de kop
- **Selecteer en train ervaringsdeskundigen en medische experts**, zo kunnen zij op een mediawijze en wetenschappelijk verantwoorde manier mythes ontcrachten – en onbedoelde averechtse effecten vermijden
- **Vergeet niet om op regelmatige basis te corrigeren**, want één correctie zal waarschijnlijk niet volstaan om een langdurig effect te bereiken

**\*Voorbeeldartikelen met aangeduide manipulaties: mythe-feitvariant met ervaringsdeskundige en feit-mythe-feitvariant met psychiater**

## “Een alcoholprobleem is je eigen schuld”, en andere mythes

20/09/2020 om 18:00 door kle



Foto: Pexels

**Te Gek!?, de organisatie die ernstige psychische problemen bespreekbaar wilt maken, start dit jaar op 1 oktober met Roes(t). De focus van de campagne: drank-, drug- en gokproblemen.**

“Er wordt wel eens gedacht dat mensen met een alcoholprobleem een zwak karakter hebben: ze kunnen gemakkelijk stoppen, maar kiezen er zoegezegd voor om te blijven drinken. Maar dat is dus een mythe.” Dat zegt Joost Peters, **ervaringsdeskundige** op het gebied van alcoholgebruiksstoornissen. Als **ex-patiënt** kreeg hij jaren geleden met succes zijn alcoholprobleem onder controle. Vanuit die ervaring wil hij schadelijke mythes over de aandoening ontcrachten.



Joost Peters, **ex-patiënt**

Zulke mythes hebben immers verschillende schadelijke effecten: “Personen met een alcoholprobleem willen hun probleem verbergen uit angst voor discriminatie en afkeurende blikken. Dat weerhoudt hen ervan om hulp te zoeken, wat hun problemen uiteraard kan doen verergeren. Maar hoewel alcoholgebruiksstoornissen ernstig zijn, kunnen ze met de juiste hulp wel degelijk worden overwonnen. Het belangrijkste is dat mensen de stap tot hulp durven te zetten”, aldus de **ervaringsdeskundige**.

### Geen angst

“Net zoals bij andere psychische problemen, kunnen personen met een alcoholprobleem er niet aan doen dat ze ziek worden: het is niet iets waar je voor kiest. Wel kan worden gesteld dat het hun verantwoordelijkheid is om de nodige hulp te zoeken, maar het is ingewikkelder dan dat. Als maatschappij dienen we er namelijk voor te zorgen dat mensen met een alcoholgebruiksstoornis geen angst zullen voelen om openlijk naar buiten te komen met hun probleem, aangezien die angst een enorme drempel vormt om hulp te zoeken.”

Door schadelijke mythes de wereld uit te helpen, wordt dus een stap in de goede richting gezet. De **ervaringsdeskundige** hoopt dan ook dat mensen onthouden dat alcoholproblemen iedereen kunnen treffen, dat ze wel degelijk overkomelijk zijn, en nooit iemands schuld zijn.

## “Een alcoholprobleem is niet je eigen schuld”, en andere feiten

20/09/2020 om 18:00 door kle



Foto: Pexels

**Te Gek!?, de organisatie die ernstige psychische problemen bespreekbaar wilt maken, start dit jaar op 1 oktober met Roes(t). De focus van de campagne: drank-, drug- en gokproblemen.**

“Het is een feit dat personen met een alcoholprobleem geen schuld dragen voor hun ziekte, net zoals dat het geval is bij andere psychische aandoeningen. Toch wordt wel eens gedacht dat mensen met een alcoholprobleem een zwak karakter hebben: ze kunnen gemakkelijk stoppen, maar kiezen er zoegezegd voor om te blijven drinken. Maar dat is dus een mythe.” Dat zegt Joost Peters, **medisch expert** op het gebied van alcoholgebruiksstoornissen. Als **psychiater** helpt hij al jarenlang mensen om hun alcoholprobleem met succes onder controle te krijgen. Vanuit die ervaring wil hij schadelijke mythes over de aandoening ontcrachten.



Joost Peters, **psychiater**

Zulke mythes hebben immers verschillende schadelijke effecten: “Personen met een alcoholprobleem willen hun probleem verbergen uit angst voor discriminatie en afkeurende blikken. Dat weerhoudt hen ervan om hulp te zoeken, wat hun problemen uiteraard kan doen verergeren. Maar hoewel alcoholgebruiksstoornissen ernstig zijn, kunnen ze met de juiste hulp wel degelijk worden overwonnen. Het belangrijkste is dat mensen de stap tot hulp durven te zetten”, aldus de **psychiater**.

### Geen angst

“Net zoals bij andere psychische problemen, kunnen personen met een alcoholprobleem er niet aan doen dat ze ziek worden: het is niet iets waar je voor kiest. Wel kan worden gesteld dat het hun verantwoordelijkheid is om de nodige hulp te zoeken, maar het is ingewikkelder dan dat. Als maatschappij dienen we er namelijk voor te zorgen dat mensen met een alcoholgebruiksstoornis geen angst zullen voelen om openlijk naar buiten te komen met hun probleem, aangezien die angst een enorme drempel vormt om hulp te zoeken.”

Door schadelijke mythes de wereld uit te helpen, wordt dus een stap in de goede richting gezet. De **psychiater** hoopt dan ook dat mensen onthouden dat alcoholproblemen iedereen kunnen treffen, dat ze wel degelijk overkomelijk zijn, en nooit iemands schuld zijn.