

Koronavirus je okidač svih naših pogrešnih procjena rizika

Psiholozi smatraju kako su različiti odgovori ljudi na koronavirus i na sezonsku gripu povezani s kognitivnim ili mentalnim prečicama koje koristimo kada procjenjujemo opasnosti.



Panika uzrokovana koronavirusom ilustrira manjkavost ljudskog procjenjivanja rizika

Max Fisher, za The New York Times

Ubrzo nakon što je Sveučilište u Washingtonu izvijestilo o četvrtom potencijalnom slučaju koronavirusa, dva profesora sa Sveučilišta sazvala su sastanak za studente i nastavnike. Na cijelom sveučilištu, ali i u cijelom svijetu, koronavirus postao je tema svih razgovora.

Jedna od prisutnih studentica, pomalo iznervirana podacima iznesenim na sastanku, iznijela je skup zbujujućih statističkih podataka. Virus je u tom trenutku ubio oko 1 100 ljudi širom svijeta, a u SAD-u je tada bilo zabilježeno 10 zaraženih. Udarna, ali mnogo češća bolest, gripa, svake godine ubije oko 400 000 ljudi uključujući i 34 200 Amerikanaca u posljednjoj sezoni gripe i 61 099 Amerikanaca godinu prije.

Novi COVID-19 povezan je s velikom neizvjesnošću u vezi njegove stope smrtnosti. Podaci o smrtnosti prilično su različiti. Prema nekim procjenama smrtnost od koronavirusa je 20 puta veća od smrtnosti gripe. Neke pak procjene toliko su niske da se smatra kako je smrtnost, ako se ne uzima u obzir zahvaćena kineska provincija Hubei, tek 0.16 % odnosno otprilike u rangu s virusom gripe. S obzirom na ekstremnu nejednakost u reakcijama javnosti na uobičajeni virus gripe i novonastali koronavirus, a imajući na umu iznesene epidemiološke podatke, u najmanju ruku možemo reći da se događa nešto neobično.

Ann Bostrom, jedna od organizatorica sastanka na Sveučilištu te stručnjakinja u području psihologije rizika, smatra kako revoltirana studentica ima pravo u vezi pojavnosti virusa, ali ne i u vezi reakcija ljudi.

Iako epidemiološki podaci ukazuju na podjednaku pojavnost koronavirusa i virusa gripe, naš um na drugačiji način procjenjuje opasnost povezanu s ovim dvjema bolestima. Novonastali COVID-19 aktivira gotovo svaki "kognitivni prekidač" koji se nalazi u dijelu našeg mozga koji je zadužen za procjenjivanje opasnosti. To može objasniti globalnu navalu anksioznosti i panike.

Dakako, racionalno je i normalno osjećati strah od širenja koronavirusa. Međutim, nesrazmjer u reakcijama na COVID-19 i virus gripe, kojem se trenutno ne pridaje toliko pažnje, ilustrira nesvjesne predrasude i pogreške u načinu na koji ljudska bića razmišljaju o riziku. Način razmišljanja u konačnici usmjerava naše ponašanje, a ponašanje dovodi do različitih, ponekad i ozbiljnih posljedica.

Kako naš mozak obrađuje prijetnje



Žena s maskom, zaštitnom jakom i rukavicama u Pekingu. Tekst na znaku: Snažna prevencija, nemojte paničariti, vjerujte u znanost, ne širite glasine.

Stručnjaci su dugo smatrali kako ljudi procjenjuju rizik u skladu s načelima racionalnosti te koristeći ekonomski model razmišljanja, raščlanjivanjem i analizom cijene i dobitka u nekoj situaciji. Val psiholoških eksperimenata u 1980-ima zaustavio je takav način razmišljanja.

Istraživači su otkrili da ljudi koriste tzv. mentalne prečice ili kratice za procjenjivanje opasnosti te da imaju tendenciju da procjene rizika donose nesvjesno. To znači da instinkt može igrati puno veću ulogu nego što se na prvi pogled čini.

Svijet je pun rizika, velikih i malih. U idealnim okolnostima mentalne ili kognitivne prečice koje koristimo pomažu i usmjeravaju ljude oko kojih rizika brinuti, a koje zanemariti. Međutim, mentalne prečice ne funkcioniraju uvijek savršeno dobro. Koronavirus možda je jedan od primjera te nesavršenosti. Pionir moderne psihologije rizika Paul Slovic, psiholog na Sveučilištu u Oregonu, smatra kako COVID-19 utječe na sve prekidače u našoj glavi koji doprinose pojačanoj percepciji rizika.

Kada nailazimo na potencijalni rizik, naš mozak velikom brzinom pretražuje prošla iskustva koja mogu biti povezana s njim. Ako se bez većih teškoća u sjećanje može dozvati više uznemirujućih sjećanja, mozak relativno brzo donosi zaključak kako je opasnost velika. Međutim, ono što sustav za procjenu rizika u našem mozgu zanemaruje je činjenica da često ne možemo procijeniti jesu li ta sjećanja reprezentativna ili ne. O čemu je točno riječ, bolje ćete razumjeti putem tipičnog primjera procjenjivanja rizika u slučaju avionskih nesreća.

Ukoliko se dvije uzastopne nesreće dogode u kraćem vremenskom intervalu, letenje se odjednom počinje doživljavati kao zastrašujuće u većoj mjeri nego obično. Takva procjena je prisutna čak i ukoliko svjesno znamo da su nesreće koje su se dogodile uzastopno statistički malo vjerojatne i nisu povezane sa sigurnošću našeg idućeg leta. Međutim, ako nakon vijesti o nesrećama i padu aviona nekoliko puta uzastopno letite avionom i sigurno stignete na odredište, vaš će mozak ponovno početi doživljavati letenje kao siguran način putovanja.

Dr. Slovic smatra kako se situacija s koronavirusom na određeni način može poistovjetiti sa situacijom o padu aviona. Ljudi su uzastopno izloženi velikim količinama informacija o COVID-19 koja se pohranjuju u njihovom pamćenju. Uzastopno u medijima slušamo o smrtnim slučajevima, međutim ono o čemu mediji ne izvještavaju ili barem izvještavaju rjeđe je informacija o 98% pacijenata koji se oporavljaju ili su imali blage simptome.

Tendencija pogrešne procijene može se promijeniti u oba smjera dovodeći ne samo do pretjeranog alarma nego i do pretjerane ugodnosti odnosno neopreza. Iako gripa svake godine ubije desetke tisuće Amerikanaca, naša iskustva s njom su relativno svakodnevna zbog čega smo skloni podcjenjivati njezinu opasnost.

Istraživanja pokazuju kako opasnost zaraze gripom nije bezazlena. Pristup procjeni rizika našeg mozga jednostavno pobija racionalnu kalkulaciju i dovodi do

podcjenjivanja rizika za razvoj i obolijevanje od gripe. Upravo iz tog razloga zdravstveni djelatnici neumorno pokušavaju povećati stopu cijepljenja protiv gripe.

Uvjetovani smo našim iskustvima, smatra dr. Slovic, ali naša iskustva mogu nas navesti na zabludu da se osjećamo previše sigurno.

Pristranosti, prečice i "dobar" osjećaj



Skupina ljudi koja pokušava kupiti maske za lice u Manili

COVID-19 ne zaobilazi niti ostale mentalne prečice za procjenu rizika. Jedna od njih uključuje novost: uvjetovani smo na traženje novih prijetnji tražeći bilo kakav signal za uzbunu. To nas može dovesti do opsjednutosti traganja za najstrašnijim izvješćima u medijima i najgorim scenarijima čineći tako opasnost još većom nego što ona doista jest.

Možda najmoćnija mentalna prečica od svih jest ona koja uključuje korištenje emocija. Sama procjena opasnosti koja uključuje COVID-19 izuzetno je zahtjevna – čak ni znanstvenici još nemaju konačne odgovore. Međutim, naš mozak ide zaobilaznim putem ili linijom manjeg otpora te djeluje tako da zaključke donosi pretvarajući naše emocionalne reakcije u argumentirane zaključke, čak ukoliko nam podaci govore drugačije.

“Svijet u našim glavama nije precizna replika stvarnosti”, napisao je Daniel Kahneman, ekonomist Nobelove nagrade u knjizi pod naslovom “Naša očekivanja u vezi s vjerojatnošću događaja iskrivljena su učestalošću događaja i emocionalnim intenzitetom poruka kojima smo izloženi” objavljenoj 2011. godine.

Dr. Bostrom smatra kako u ekstremnim slučajevima, to može dovesti do tzv. "efekta natjecanja" u kojem naši emocionalni impulsi nadvladaju naše kognitivne sposobnosti. COVID-19 okida brojne prekidače i to one s prilično snažnim efektima. Jedan od tih prekidača je i strah.

Ako se rizik čini osobito bolan ili osobito uznemirujuć, ljudi imaju tendenciju povećavati procjenu vjerojatnosti da će se taj rizik dogoditi njima osobno. Objave o COVID-19 često sadrže uznemirujuće slike: nehigijenski uvjeti, nestašica namirnica i prenatrpane bolnice.

Još jedno dugme u našem sustavu za procjenu rizika koje COVID-19 uključuje je prijetnja koja nije u potpunosti poznata. Što je prijetnja manje poznata, ljudi se više boje i precjenjuju njezinu vjerojatnost. Prijetnje koje doživljavamo kao one izvan naše kontrole, poput širenja epidemije, potiču sličan odgovor tjerajući ljude da potraže načine kako ponovno uspostaviti kontrolu, primjerice kupovinom zaliha.

Rizici kojima se dobrovoljno izlažemo ili se barem osjećamo kao da smo im dobrovoljno izloženi, često se doživljavaju kao manje opasni nego što stvarno jesu. Istraživanja pokazuju kako će ljudi povećati prag za količinu opasnosti kojoj su spremni biti izloženi za tisuću ako taj rizik doživljavaju kao dobrovoljan rizik odnosno rizik za kojeg su sami odabrali da će mu biti izloženi.

Ako vam se ta promjena od tisuću jedinica čini visokom, uzmite u obzir da brza vožnja, za koju većina ljudi dobrovoljno preuzima rizik, svake godine ubije preko 40 000 Amerikanaca. Terorizam, kao nametnuta prijetnja, ubija manje od 100 ljudi. Ipak, postoji bezbroj racionalnih razloga zbog kojih terorizam izaziva snažniji odgovor od smrtnih slučajeva u prometu. Isto vrijedi i za brzošireći i nedovoljno poznat virus u usporedbi s dobro poznatom gripom.

Upravo je u tome stvar smatraju psiholozi. Dr. Slović tvrdi kako COVID-19 aktivira naše emocije. Ono što za nas predstavlja prijetnju nije statistika rizika, već naš osjećaj rizika.

Pravljenje izbora



Gotovo prazne ulice u Bejingu

Sve naše emocije u vezi s našim ponašanjem, a naše ponašanje u direktnoj je vezi sa stvarnim posljedicama.

Razmotrimo primjer djelomičnog pada tlaka nuklearne elektrane na otoku Three Mile, u Pensilvaniji 1979. godine. Iako incident nije doveo do smrtnih slučajeva, ubrzo nakon incidenta došlo je do javnih zahtjeva da se elektrana s izvora nuklearne energije prebaci na fosilna goriva. Utjecaj fosilnih goriva na kvalitetu zraka, smatra se, uzrokuje tisuće preuranjenih smrti svake godine. Jedan od vodećih stručnjaka za nuklearnu energiju takvu je odluku proglasio ludom i sumanutom.

Taj je događaj potaknuo pojavu novih psiholoških modela koji objašnjavaju kako ljudi procjenjuju rizik. Dr. Slovic smatra kako naš osjećaj za aritmetiku nije toliko dobar. To posebno vrijedi za situacije u kojima procjenjujemo prijetnje niske vjerojatnosti ili pak visokorizične prijetnje poput nuklearnog rata, terorizma ili umiranja od koronavirusa ili gripe.

Naš um sklon je dvjema ekstremnim opcijama. Skloni smo "zaokružiti" vjerojatnost tako da je ona u osnovi nula što nas navodi na podcjenjivanje opasnosti povezanih s rizikom. Druga pak krajnost jest da se fokusiramo na najgori mogući scenarij koji u nama izaziva snažnu emocionalnu reakciju, a zbog koje u konačnici pretjerujemo u svojim procjenama rizika.

Izvor: <https://www.nytimes.com/2020/02/13/world/asia/coronavirus-risk-interpreter.html>

Članak prevela i uredila Valentina Butković, psihologinja