



RIVM Corona Gedragsunit, verdiepende interviews met cohortrespondenten – 30 oktober 2020

Ronde 7: reflecteren op de coronaperiode sinds maart

Sinds mei 2020 houdt de gedragsunit periodiek interviews waaronder met een groep van zeventien respondenten – de zogenaamde **cohort**respondenten. Deze respondenten zijn in de periode 1 mei – 1 december 2020 acht keer geïnterviewd. In de zevende interviewronde, in de week van 19-23 oktober 2020, werden reflectiegesprekken gehouden. Hierin blikten we terug op de eerste acht maanden van de coronaperiode (maart-oktober 2020). In de reflectiegesprekken stonden we stil bij verschuivingen in gedrag en bij de afwegingen die daarbij een rol speelden. In dit document worden de belangrijkste resultaten uit de reflectiegesprekken gedeeld.

Urgentiegevoel rondom coronamaatregelen blijft

De meeste geïnterviewden geven in het gesprek aan dat ze vergeleken met maart niet anders zijn gaan denken over de maatregelen en dat ze deze nog steeds opvolgen (draagvlak). Ondanks dat ze de maatregelen (weer) nodig vinden om het aantal besmettingen omlaag te krijgen, geeft meer dan de helft van de geïnterviewden aan dat ze zich minder strikt aan de maatregelen zijn gaan houden. Een groot aantal geïnterviewden geeft aan dat de maatregelen vlak na de zomer wel al weer strenger hadden gemogen, in plaats van de aanscherpingen die nu in oktober plaatsvonden.

Onzekerheid en angst overheersten in maart, nu vooral het gevoel dat het nog wel even duurt

Terugkijkend op de beginnende coronasituatie in maart geven geïnterviewden aan dat de onduidelijkheid rondom het virus hen onzeker en angstig maakte. Omdat ze nu meer gewend zijn aan de situatie voelen ze zich minder angstig en zijn ze weer meer gaan ondernemen. Ze zijn gaandeweg dan ook iets soepeler met de maatregelen omgegaan. Het besef dat deze situatie nog lang kan duren overheerst, wat bij sommigen leidt tot teleurstelling, mismoedigheid en het gevoel er *“wel klaar mee te zijn”*. Geïnterviewden merken op dat het verminderende draagvlak bij anderen hen zorgen baart.

Grote veranderingen op sociaal gebied waarbij de spontaniteit wordt gemist

Geïnterviewden geven aan dat corona het leven heeft veranderd. Ze noemen met name een grote verandering op sociaal gebied, zowel in negatieve als positieve zin. Zo is de één veel vaker alleen, maar geven anderen aan dat vriendschappen juist zijn verdiept. Zo wordt bijvoorbeeld genoemd dat er *“een natuurlijke selectie in vriendschappen heeft plaatsgevonden”* en geven geïnterviewden aan dat ze door corona *“veel bewuster in het leven zijn gaan staan”*. Verder wordt genoemd dat *“de spontaniteit er af is”* in het dagelijks leven: minder sociale contacten, veel regels, niet op reis en veel thuis zijn. Dit zorgt ervoor dat mensen veel meer te maken hebben met planning en organisatie van hun dagelijks leven. *“We gaan nu ook veel voorzichtiger met elkaar om.”*

Genieten van de kleine dingen

Vrijwel alle geïnterviewden zien ook positieve kanten van deze coronaperiode. Met name op persoonlijk gebied, zoals onthaasten, uitrusten en veel minder activiteiten, net als *“het genieten van de kleine dingen”*. Anderen hebben oude hobby's opgepakt zoals muziek maken, of zijn meer gaan wandelen en dieren en planten gaan spotten als nieuwe hobby.

Bredere impact op de samenleving

Naast persoonlijke gevolgen staan geïnterviewden ook stil bij wat corona voor onze samenleving betekent *"corona draagt bij aan een duurzamere wereld", "er zijn minder files", "er is minder CO2-uitstoot"* en welke problemen er boven tafel komen zoals *"dat we veel te geïndividualiseerd zijn geworden en dat het goed is voor de samenleving als we weer wat collectiever worden"*.

Ook de eigen vindingrijkheid en het innovatieve karakter wordt genoemd als iets positiefs, bijvoorbeeld *"het initiatief met al die beren voor het raam"* en *"het plaatsen van sporttoestellen buiten zodat er toch samen gesport kan worden"*.

Van strikte naleving naar afwegingen maken

Zoals al aangegeven zijn de geïnterviewden wat losser geworden met naleving, ondanks dat ze de maatregelen blijven steunen en ze deze zelfs liever wat strenger zagen dit najaar. In de loop van de tijd zijn ze vaker andere afwegingen gaan maken, bijvoorbeeld als het gaat om het houden van afstand, met name richting naasten. Hierbij spelen meerdere factoren een rol.

Behoeftte aan nabij contact

Voor sommige geïnterviewden wint de behoefte aan nabij contact het steeds vaker van afstand houden en het risico om besmet te worden met het virus: *"Op momenten dat er heftige dingen gebeuren en mensen in je omgeving emotioneel zijn, dan moet je iemand soms echt even steunen of een arm bieden"*. Het **missen van dit nabije contact** blijkt in de loop van de tijd steeds lastiger te worden: *"het is continue een balans te zien vinden tussen je er zoveel mogelijk aan houden omdat het moet en aan de andere kant jezelf blij genoeg houden"*.

Verskil in afstand tussen vreemden en bekenden

Bijna alle geïnterviewden benoemen dat ze **onderscheid maken tussen afstand met vreemden en bekenden**, waarbij de meesten nog steeds afstand houden tot vreemden (*"die vormen meer risico"*) maar veel minder tot bekenden. Verder is afstand houden op het werk soms geen optie (*"als een demente bejaarde dreigt te vallen, moet ik toch een hand geven"*). Ook **oude gewoonten** spelen een rol in verschuivingen in gedrag: *"Als ik met een vriend of vriendin naar de bioscoop ging dan gingen we toch naast elkaar zitten. Dat voelt zo vanzelfsprekend, dan neemt de macht van de gewoonte de overhand."*

Urgentiegevoel door de ernst van de situatie

Voor andere geïnterviewden speelt **de ernst van de situatie** een rol bij het naleven van de maatregelen en het maken van afwegingen daarin. Een geïnterviewde geeft aan: *"In het begin was er een gevoel van urgentie, maar dat viel gaandeweg weg. Daarbij kende ik ook niemand die corona had, het voelde ver weg. In de zomer nam het gevoel van urgentie nog verder af toen er veel minder besmettingen waren en dan ga je je daar ook naar gedragen. Inmiddels is dat wel weer wat veranderd nu de besmettingen in het najaar zijn opgelopen, waardoor ik meer risico loop. Ik ben dus wel weer wat voorzichtiger en hou meer afstand."*

Risicoperceptie ('minder urgentie door dalend aantal besmettingen') en **emotionele dreiging** ('het voelde ver weg') spelen in dit verhaal een belangrijke rol.

Verder speelt **de sociale omgeving** een rol waardoor geïnterviewden inconsequenter zijn in hun gedrag: *"Omdat ik om me heen zie dat anderen zich ook minder aan de maatregelen zijn gaan houden."*

Sommige geïnterviewden geven tijdens het reflectiegesprek aan dat er geen verschuiving in gedrag heeft plaatsgevonden; zij zijn de maatregelen steeds blijven opvolgen. Zij geven aan: *"Opvolgen van de maatregelen doe je gewoon omdat je anders kans loopt op besmetting"* en *"Dit zijn nu eenmaal de spelregels, zo is het afgesproken."*

Afsluitend

Over het algemeen valt op dat deze cohortrespondenten goed kunnen reflecteren op de afgelopen periode en ze zowel de vervelende kanten als de positieve kanten van de coronaperiode zien. Opvallend is het belang van de sociale omgeving hierbij – zowel wat betreft de ervaren sociale norm als het (misplaatste) vertrouwen dat naasten hen niet zullen besmetten. En niet onbelangrijk, de interviews blijken een interventie an sich te zijn: enkelen geven aan dat ze het reflecteren op het eigen gedrag tijdens de interviews prettig vinden en ze zo tot nieuwe inzichten in hun eigen gedrag zijn gekomen. Ook de terugkerende interesse in hoe zij deze pandemie ervaren wordt gewaardeerd.

De komende maanden blijft het RIVM deze cohortrespondenten volgen door ze periodiek te interviewen over de coronatijd.