

Gedrag en welbevinden ten tijde van de Corona-crisis



Resultaten van de 1^e meting (17-24 april)

Nederland is al een tijd in de ban van het nieuwe coronavirus. De gedragsunit van het RIVM en de GGD'en zijn in heel het land een groot vragenlijstonderzoek gestart om beter te begrijpen hoe mensen denken over de afgekondigde maatregelen, wat hun drijfveren zijn om zich hier aan te houden en wat de impact op mensen is. Het onderzoek gaat over het gedrag van mensen, wat ze vinden van de gedragsmaatregelen van de overheid en hoe het fysiek, mentaal en sociaal met ze gaat in dit coronatijdperk. Het onderzoek wordt meerdere keren herhaald.

De 1^e meting vond plaats van 17 t/m 24 april 2020. Mensen werden via de GGD panels en via (social) media uitgenodigd om mee te doen met het onderzoek. In heel Nederland vulden 89.945 mensen van 16 jaar en ouder de vragenlijst in, waarvan 2.959 uit regio Kennemerland. Deze factsheet beschrijft de resultaten van de 1^e meting voor regio Kennemerland. De landelijke resultaten van de 1^e ronde zijn te vinden op de [website van het RIVM](#). Veel teksten in deze factsheet zijn overgenomen van deze website.

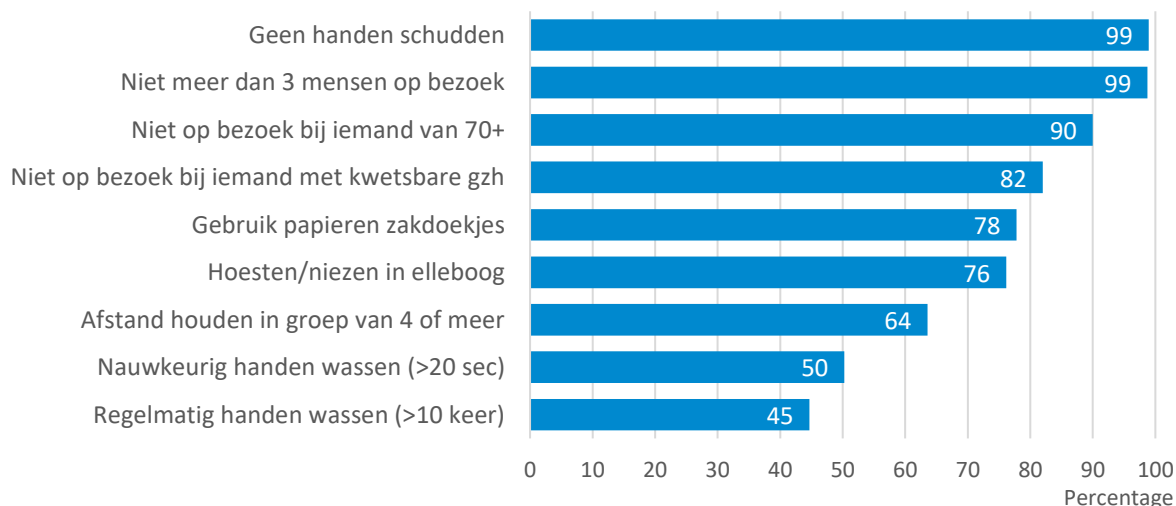
Lukt het mensen om de gedragsregels toe te passen?

Alle maatregelen

Sinds half maart gelden in ons land diverse gedragsregels die erop gericht zijn het aantal contacten met anderen te reduceren (bijvoorbeeld 1,5 meter afstand houden). De regels moeten er verder toe bijdragen dat tijdens contacten met anderen het coronavirus niet wordt overgedragen (hygiënemaatregelen).

'Het niet meer handen schudden' en het 'niet meer dan 3 mensen op bezoek' zijn volgens het onderzoek de regels die het vaakst worden nageleefd (zie figuur 1). Van de deelnemers aan het onderzoek geeft 99% aan beide regels goed op te volgen. Ook het niet op bezoek gaan bij ouderen of personen met kwetsbare gezondheid (90% en 82%), het gebruik van papieren zakdoekjes (78%) en in de elleboog hoesten of niezen (76%) gebeuren over het algemeen goed. Meer dan 10 keer per dag handen wassen blijkt lastiger te realiseren (45%).

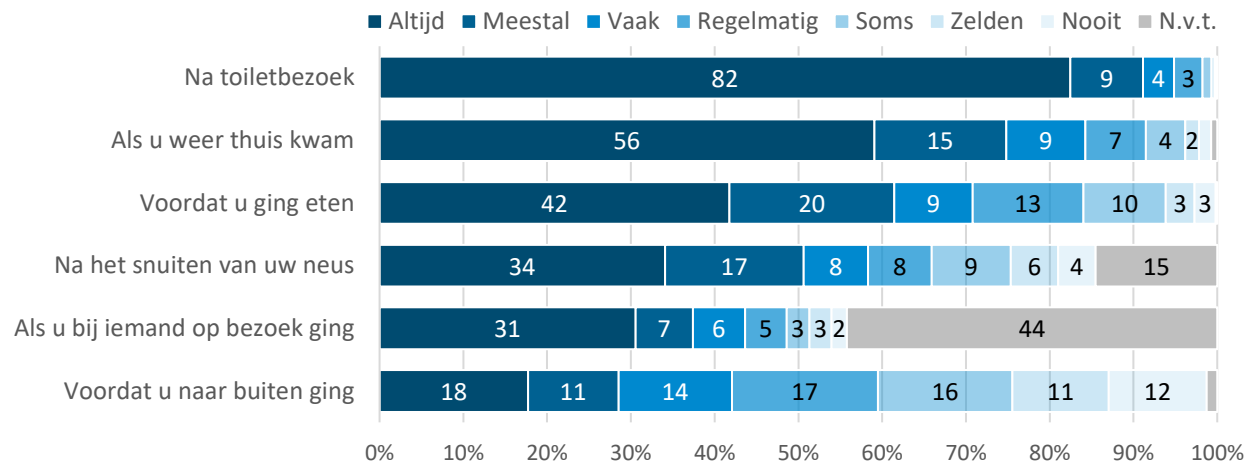
Figuur 1. Hoe houden mensen zich in de praktijk aan de gedragsregels?



Handen wassen

Mensen hebben duidelijk de gewoonte om hun handen te wassen na een toiletbezoek: ruim 90% van de mensen geeft aan dan meestal of altijd hun handen te wassen (zie figuur 2). Ruim 70% van de mensen geeft aan meestal of altijd hun handen te wassen na thuiskomst. De gewoonte is een stuk minder sterk in de andere situaties, zoals na het neus snuiten of bij anderen op bezoek gaan. Handen wassen vóórdat mensen naar buitengaan doet minder dan de helft van de mensen vaak tot altijd.

Figuur 2. Waste u uw handen:



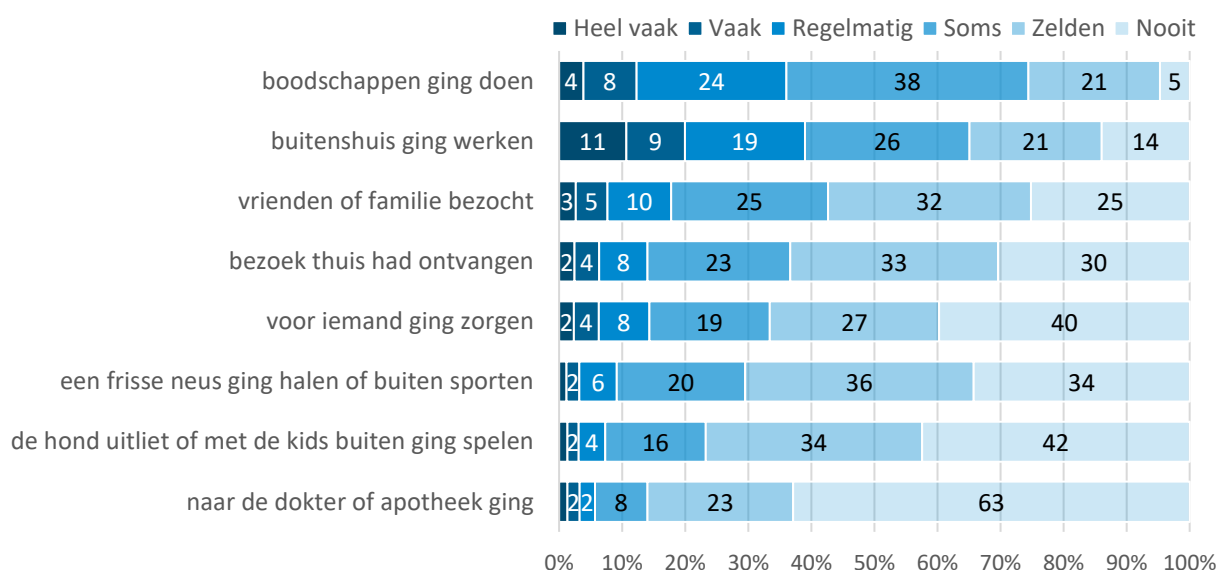
Bezoek

Van de deelnemers aan het onderzoek gaf 51% aan geen bezoek te hebben ontvangen. Voor 39% van de mensen bleef het aantal keren bezoek per week beperkt tot 1 of 2 keer. De resterende 10% ontving 3 of meer keer per week bezoek.

Afstand houden

Een belangrijke maatregel, het op 1,5 meter afstand blijven van elkaar, laat een meer complex beeld zien (zie figuur 3). In bijna driekwart van de gevallen kwamen mensen soms tot heel vaak te dichtbij met boodschappen doen. Ruim 65% gaf aan dat mensen te dichtbij kwamen wanneer zij buitenshuis gingen werken. Bij het bezoeken van vrienden of familie of bezoek thuis ontvangen is dit respectievelijk 43% en 37%. De 1,5 meter afstand regel blijkt dus soms lastig te realiseren. Bij het gewoon naar buiten gaan (zoals een frisse neus halen) blijkt het wel relatief gemakkelijk om afstand te houden.

Figuur 3. Hoe vaak kwamen mensen te dichtbij als u:



Waarom wel of niet de gedragsregels opvolgen?

Het wel of niet volgen van de gedragsregels kan verschillende redenen hebben. Over een aantal aspecten die hierop van invloed kunnen zijn, hebben we vragen gesteld in dit onderzoek. Als mensen bijvoorbeeld denken dat de gedragsregels helpen om besmettingen van anderen te voorkómen kan dit hun motivatie versterken. Hier volgen de belangrijkste uitkomsten van dit gedeelte van het onderzoek.

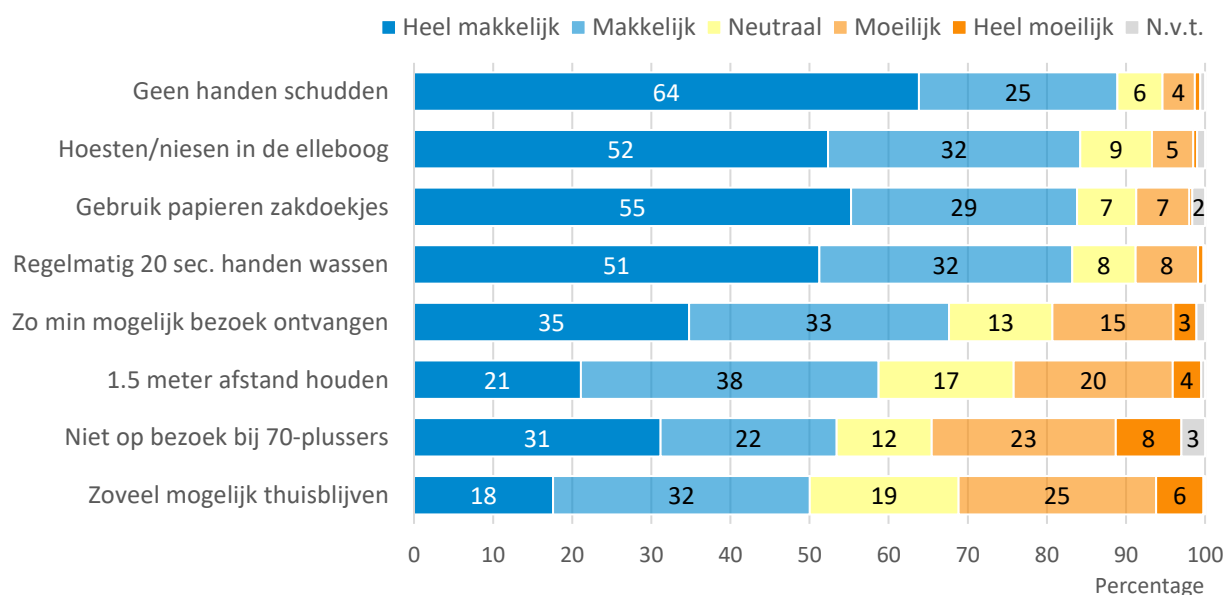
Risico-inschatting

Aan de deelnemers van het onderzoek is gevraagd hoe groot zij denken dat de kans is dat als ze corona-besmet zijn, ze dit doorgeven aan anderen. Daarnaast is gevraagd hoe erg ze dat zouden vinden. De meerderheid acht de kans groot het virus aan anderen door te geven als ze besmet zouden zijn: 57% acht dit (zeer) waarschijnlijk. Een grote meerderheid (89%) zou het (heel) erg vinden het virus door te geven aan iemand anders.

Moeilijkheid

Voor het totale pakket aan gedragsregels geeft 50% tot bijna 90% van de ondervraagden aan dat ze deze makkelijk tot heel makkelijk kunnen opvolgen (zie figuur 4). Geen handen schudden vindt 89% (heel) makkelijk. Het advies om zoveel mogelijk thuis te blijven, wordt daarentegen door 50% van de deelnemers als (heel) makkelijk ervaren. Niet op bezoek gaan bij 70-plussers en bij mensen met een kwetsbare gezondheid en 1,5 meter afstand houden is eveneens voor relatief weinig mensen (heel) makkelijk. Ongeveer drie op de tien mensen vinden dit zelfs moeilijk tot heel moeilijk.

Figuur 4. Hoe makkelijk of moeilijk is het om je aan de maatregelen te houden?



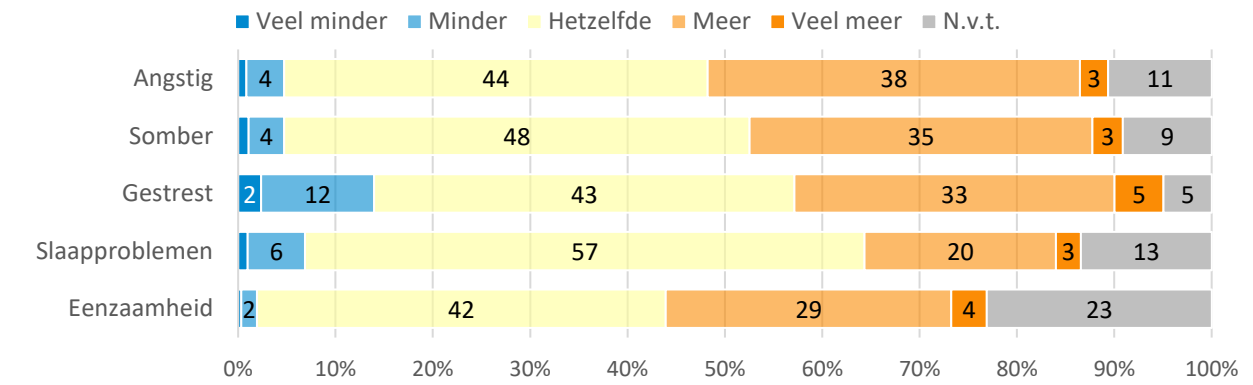
Gezond zijn en gezond gedrag

Welbevinden

Het besef dat men risico loopt en dat de maatregelen helpen om dit risico te verkleinen, kan mensen motiveren de maatregelen op te volgen. Echter, de coronacrisis heeft ook een prijskaartje: de vrijheid en mogelijkheden worden beperkt en mensen kunnen angstig zijn. Dit kan invloed hebben op onze mentale, fysieke, en sociale gezondheid. Als mensen deze negatieve gevolgen van de coronacrisis wijten aan de maatregelen, kan dat demotiverend werken.

Bijna de helft van de mensen geeft aan geen verandering te zien in hoe somber, angstig, gestrest of eenzaam ze zijn ten opzichte van de periode voor corona (zie figuur 5). Ruim een derde geeft aan meer of veel meer angstig, somber, gestrest en eenzaam te zijn geworden. Ruim 20% heeft (veel) meer slaapproblemen dan voorheen. Er zijn ook mensen die aangeven juist minder van deze gevolgen op hun welbevinden te ervaren, zo geeft 14% van de deelnemers aan (veel) minder stress te ervaren dan voor de corona-crisis.

Figuur 5. Mentaal welbevinden vergeleken met de periode voor de crisis

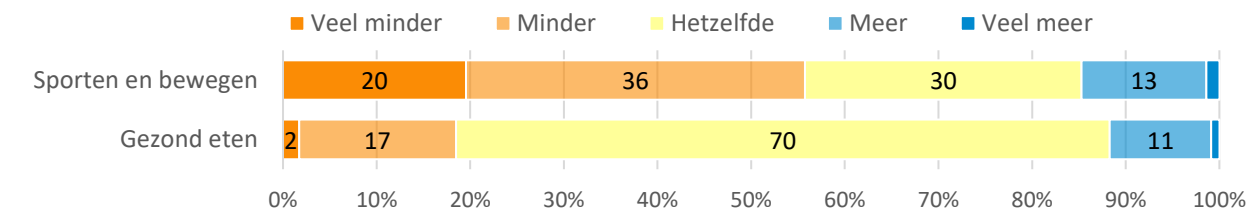


Leefstijl

Een gezonde leefstijl helpt om mentaal, fysiek en sociaal gezond te blijven, ook in coronatijd. Het gaat hierbij onder andere om sporten, bewegen en gezond eten. Een toename in gebruik van middelen zoals alcohol en tabak kan invloed hebben op stemming en op kwaliteit van de slaap.

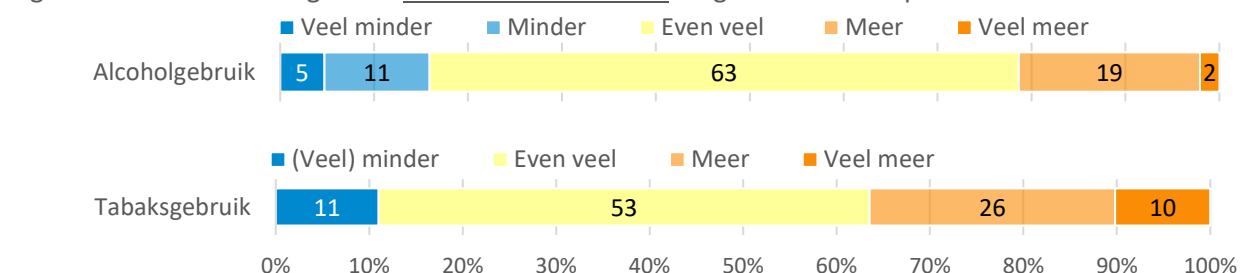
Mensen geven aan dat ze niet ongezonder zijn gaan eten vergeleken met voor de crisis: 70% eet nog hetzelfde (zie figuur 6). Bij sporten en bewegen rapporteren mensen een flinke afname: 56% geeft aan (veel) minder te bewegen. De sluiting van sportaccommodaties en fitnesscentra en het meer thuiswerken kunnen hierbij een rol hebben gespeeld, net zoals het advies 'blijf zoveel mogelijk thuis'.

Figuur 6. Leefstijl vergeleken met de periode voor de crisis



Wat betreft alcohol, is ruim 20% van de alcoholdrinkers meer gaan drinken, ruim 15% juist minder (zie figuur 7). Van de rokers is 11% (veel) minder gaan roken, terwijl 36% aangeeft juist (veel) vaker iets op te steken. Of er ook mensen zijn gestopt met roken sinds de crisis laten deze resultaten niet zien.

Figuur 7. Genotmiddelengebruik van drinkers en rokers vergeleken met de periode voor de crisis



Vertrouwen in de Nederlandse aanpak

Sociale omgeving

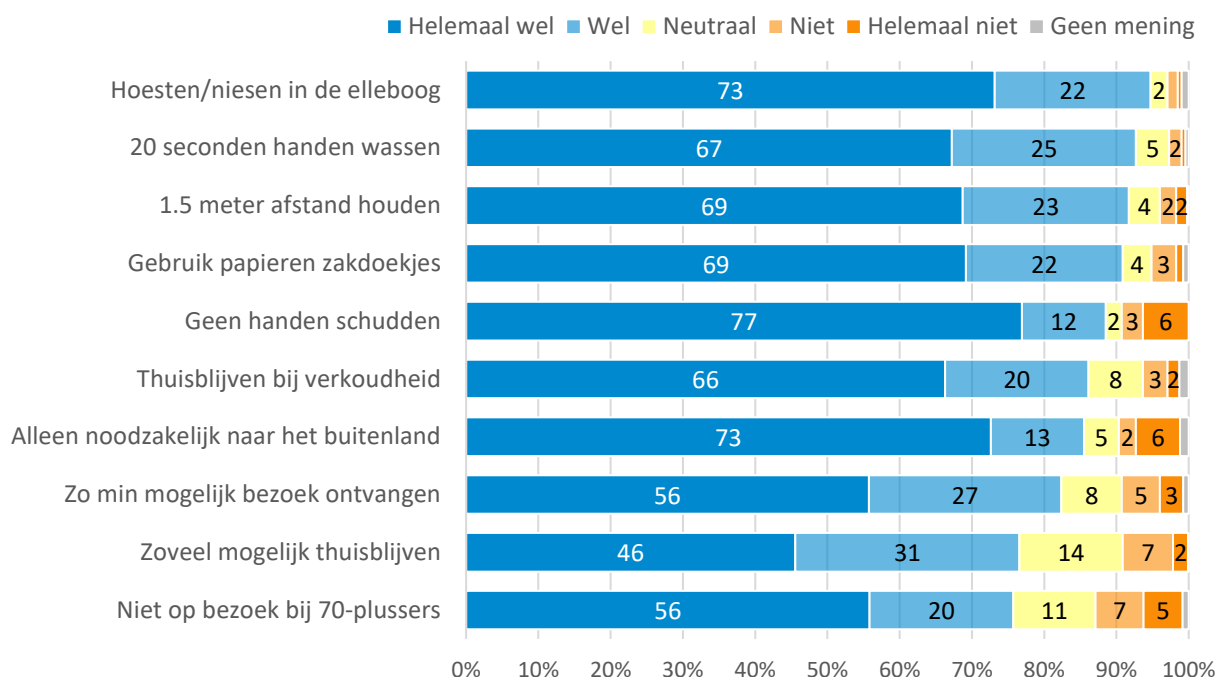
De mensen om ons heen kunnen veel invloed hebben op het beeld dat we vormen van de maatregelen. Van de deelnemers aan het onderzoek heeft de meerderheid dagelijks of bijna dagelijks gesprekken met anderen over de Nederlandse aanpak van de coronacrisis. Het merendeel van de gesprekken was (zeer) positief, 11% was (zeer) negatief. Er lijkt dan ook een groot vertrouwen in de Nederlandse aanpak: 71% heeft (veel) vertrouwen, 6% (helemaal) geen vertrouwen.

Draagvlak voor de maatregelen

We hebben het draagvlak uitgevraagd voor maatregelen zoals die eind april 2020 van kracht waren ten tijde dat de vragenlijst uitstond. Vervolgens is die vraag herhaald voor als deze maatregelen nog 6 weken of 6 maanden zouden duren. Dit geeft de mate weer waarin mensen zichzelf de maatregelen nog voor langere tijd zien volhouden.

Het draagvlak voor de verschillende maatregelen is hoog (zie figuur 8). Voor elke maatregel geldt dat een ruime meerderheid van de respondenten achter de maatregel staat. Variërend per maatregel staat 76% tot 95% van de deelnemers erachter. Het minste draagvlak is er voor het niet meer op bezoek te gaan bij 70-plussers en bij mensen met een kwetsbare gezondheid. Toch kan ook deze maatregel rekenen op steun van ruim driekwart van de deelnemers.

Figuur 8. Mate waarin men achter de maatregelen staat

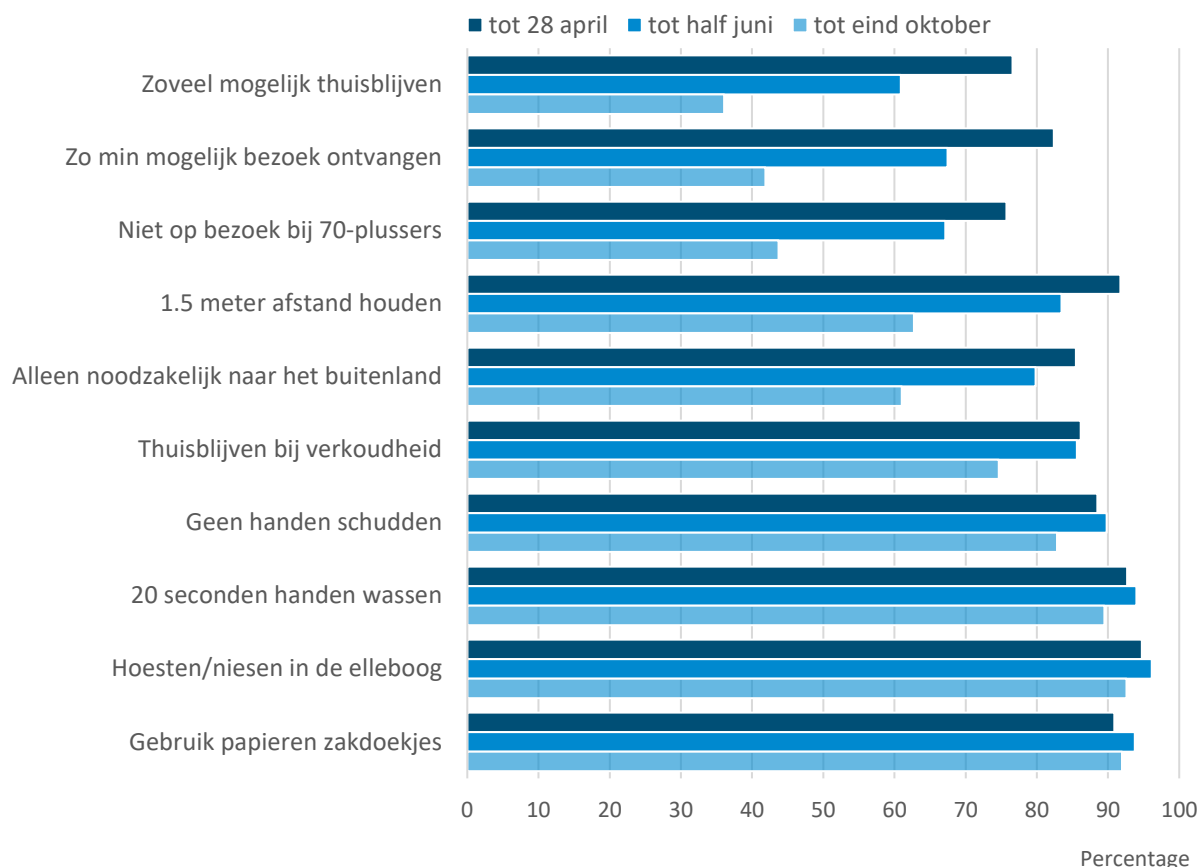


Wat als de maatregelen langer gaan duren

Als de maatregelen langer duren, neemt het draagvlak voor veel maatregelen af (zie figuur 9). Dat geldt vooral voor thuis blijven en zo min mogelijk mensen bezoeken of bezoek ontvangen. De mate van achter de maatregelen staan, neemt af als de maatregelen nog zes weken zouden duren en nemen verder af als ze nog zes maanden zouden duren.

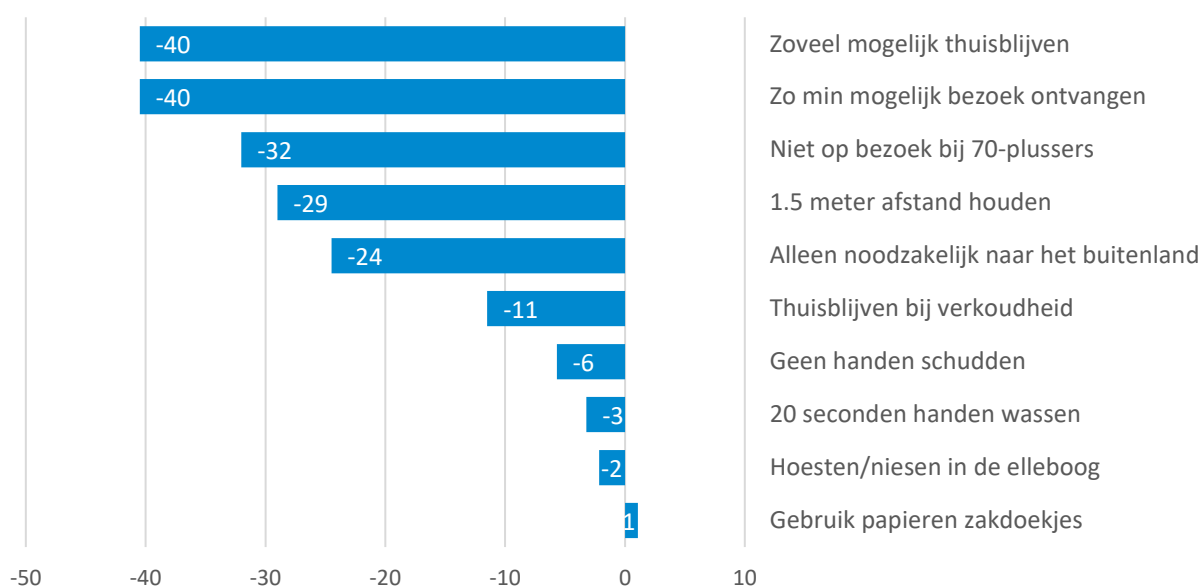
Mensen blijven onverminderd achter de hygiëne maatregelen staan, ook als die nog 6 maanden zouden duren (zie figuur 9). Het draagvlak voor de andere maatregelen neemt enigszins af als die met 6 weken verlengt zouden worden. Als ze met 6 maanden verlengt zouden worden, is er een flinke afname.

Figuur 9. Percentage dat (helemaal) achter de maatregelen staat, nu en in de toekomst



De sterkste daling is te zien bij het zoveel mogelijk thuisblijven en bij het beperken van het bezoek: 40% afname in het aantal mensen dat (helemaal) achter deze twee maatregelen staat (zie figuur 10). Daarnaast is er een substantiële afname te zien bij het niet bezoeken van mensen met een meer kwetsbare gezondheid (32%), bij het 1,5 meter afstand houden (29% afname) en het niet kunnen reizen naar het buitenland (24% afname).

Figuur 10. Verandering in percentage dat (helemaal) achter de maatregelen staat, als de maatregelen nog tot eind oktober duren

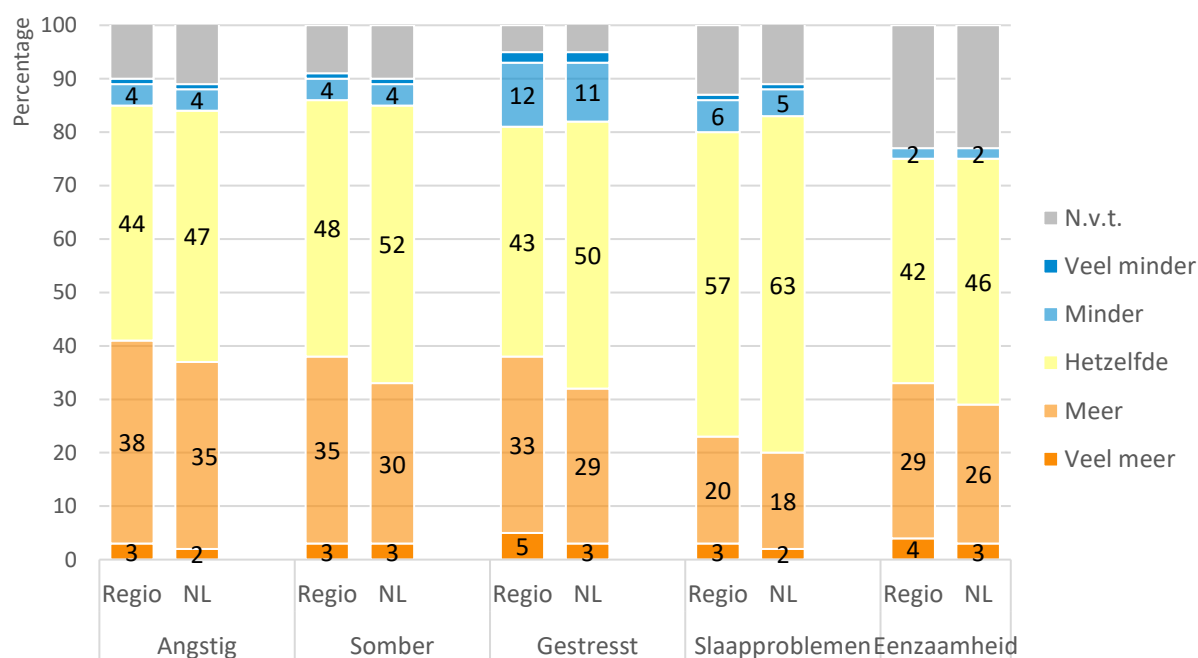


Vergelijking met Nederlandse resultaten

Over het algemeen zijn er weinig verschillen tussen de uitkomsten in deze factsheet en de Nederlandse gemiddelden zoals te zien op de RIVM-website. De verschillen zijn afwezig of bedragen meestal slechts een paar procentpunt. Het grootste verschil is te vinden bij de afname van het draagvlak voor het beleid op de langere termijn. Deze afname was in de GGD-regio Kennemerland met betrekking tot het zoveel mogelijk thuis blijven 10 procentpunt minder groot in de regio dan gemiddeld in Nederland: in de regio 40% minder draagvlak voor dit beleid op langere termijn, landelijk 50% minder draagvlak.

In figuur 11 is te zien dat de onderzoekersdeelnemers uit de GGD-regio Kennemerland bij alle vijf aspecten van het mentaal welbevinden wat vaker dan gemiddeld aangeven een minder goed mentaal welbevinden te hebben als gevolg van de coronacrisis. Het grootste verschil is te vinden bij zich gestrest voelen: in de regio geeft 38% aan dat zij zich vergeleken met de periode voor de corona-maatregelen (veel) meer gestrest voelen. In Nederland als geheel was dit 32%.

Figuur 11. Verandering in mentaal welbevinden in regio Kennemerland versus Nederland



Wie deden er mee met het onderzoek?

Aan dit onderzoek deden in totaal 2.959 mensen mee van 16 jaar en ouder uit regio Kennemerland. De vragenlijst bestond uit drie delen, en iedereen kreeg willekeurig één van de drie delen toegewezen. Zo werd elk deel van de vragenlijst door ongeveer 1.000 mensen ingevuld. Ten opzichte van de bevolking in regio Kennemerland zijn er onder de deelnemers meer vrouwen (71%), meer mensen van 25 tot 55 jaar (62%), meer mensen die in Nederland zijn geboren (93%), en meer mensen met een hoog opleidingsniveau (63%). Van de deelnemers woont 13% alleen en heeft 47% thuiswonende kinderen jonger dan 18 jaar. 70% van de deelnemers heeft betaald werk in dienstverband en/of als ZZP'er, waarvan 15% als ZZP'er. 19% is (vervroegd) met pensioen. De deelnemers zijn geen perfecte afspiegeling van de Kennemerlandse bevolking. De resultaten van dit onderzoek zijn daardoor niet zomaar te vertalen naar de totale bevolking van Kennemerland. Ze geven wel een indicatie.

Uitgave: GGD Kennemerland, Advies & Onderzoek, mei 2020

Auteurs: Arie Oosterlee en Daniëlle Kramer

Met dank aan: Jolanda Terpstra en collega's

Contact: epi@ggdkennemerland.nl

Dit onderzoek is tot stand gekomen met financiering van NWO en ZonMw, en met advies van de Wetenschappelijke Adviesraad van de Corona Gedragsunit van het RIVM.