

1,5 meter afstand houden en drukte vermijden

25-09-2020 RIVM Corona GedragsUnit

5.1.2e

5.1.2e

5.1.2e

, Bianca,

Meelezers intern en extern: bas, gerjo, benjamin, chris, ...

Onderzoeksdoelstelling

Aanleiding onderzoek: Voldoende afstand houden van anderen en drukte vermijden zijn belangrijk bij het remmen van de verspreiding van SARS-CoV-2. Een goed begrip van waar en waarom het mensen wel of niet lukt om drukte te vermijden en afstand te houden, kan een belangrijke basis vormen voor een strategie om dit gedrag duurzaam te ondersteunen en faciliteren.

Doelstelling: Onderzoeken in welke situaties mensen de meeste moeite hebben met 1.5 meter afstand houden en drukte vermijden. We kijken daarbij naar hoe dat verandert over tijd, waarom, en welke oplossingen mogelijk effectief zijn om afstand houden en drukte vermijden te ondersteunen. Dit doen we op basis van het vragenlijst, kwalitatief en literatuur onderzoek van de RIVM Corona Gedragsunit, aangevuld met ander Nederlands onderzoek naar afstand houden.

Dit zijn enkele notities, maak ik af n.a.v. feedback

Samenvatting bevindingen

Uit literatuur, vragenlijstonderzoek en interviews komt een aantal factoren die een verband vertonen met het vermijden van drukte en het houden van afstand. Het betreft de volgende factoren:

- Leeftijd: ouderen lukt het over het algemeen iets beter om deze maatregelen na te leven dan jongeren
- De mate waarin men het naleven van de maatregelen gemakkelijk en praktisch haalbaar acht;
- De mate waarin men de 1,5 meter maatregel effectief acht;
- Een sociaal ondersteunende omgeving, waarin men anderen het gewenste gedrag om afstand te houden ziet vertonen;
- Risicoperceptie, vooral in die zin dat men thuis minder risico van besmetting ervaart: men vertrouwt familie en vrienden op het volgen van de maatregelen en acht daarnaast nabijheid van naasten belangrijker dan het risico op besmetting. Dit zijn 2 uitkomsten, beter splitsen
- Voor plekken waar relatief veel aandacht is voor zowel het beheersen van drukte als afstand houden (horeca, culturele instellingen, school, georganiseerd verband sporten) geven mensen aan dat afstand houden relatief vaak lukt.

Ten aanzien van de relevante factoren kan gerichte communicatie worden ingezet om naleving van de maatregelen te bevorderen, bijvoorbeeld door

- Te benadrukken dat ook in thuissituaties 1,5 meter afstand houden noodzakelijk is; Dit lijkt mij een onhaalbaar advies – dat moet veel operationeler
- Het makkelijker te maken afstand te houden, door goede voorbeelden te geven voor thuissituaties en ondersteunende inrichting in werksituaties;
- In communicatie uitingen in te zetten op empathie en solidariteit, door persoonlijke ervaringen te delen van mensen die bescherming het hardst nodig hebben (kwetsbare geliefden);); Dat is nog maar de vraag; in ieder geval moet het dan samen met self-efficacy improvement.
- Laten zien dat anderen de maatregelen volgen en 1,5 meter afstand houden. Als dat eens zo was ...

1. Inleiding en doelstelling

1.1. Aanleiding

1,5m afstand houden en drukte vermijden zijn belangrijk voor het reduceren van het aantal kansen dat het nieuwe coronavirus (SARS-CoV-2) krijgt om zich te verspreiden van mens-tot-mens. Sinds midden juli neemt het aantal besmettingen met SARS-CoV-2 fors toe. Uit de epidemiologische gegevens blijkt dat bij de minderheid (xx%) van de besmettingen de bron te herleiden is. Van de besmettingen die te herleiden zijn, vinden de meeste plaats in de thuissituatie (huisgenoten), in het contact met familie en vrienden, de werksituatie en in de horeca. Clusters zijn regelmatig te herleiden tot groepsbijeenkomsten (familiebijeenkomsten thuis, feestjes, de horeca). Veel van de infecties vinden plaats onder jongeren en jongvolwassenen (leeftijd 15-30 jaar). Tegelijkertijd, meer dan de helft van de besmettingen (57%) vindt plaats onder volwassenen van 30 jaar en ouder (22/09/2020, wekelijkse update epidemiologische situatie COVID-19 in Nederland). Omdat bij de minderheid van infecties de bron te achterhalen is, kan het zijn dat veel besmettingen ook in andere situaties plaatsvinden.

1.2 Doelstelling en vraagstelling onderzoek

Doel van dit onderzoek: Onderzoeken in welke situaties mensen de meeste moeite hebben met het houden van 1.5 meter afstand en het vermijden van drukte, hoe dat verandert over tijd, waarom het wel/niet lukt, en welke oplossingen mogelijk effectief zijn om afstand houden en drukte vermijden te ondersteunen.

Vraagstelling:

Welke demografische, gezondheid, psychosociale en situationele kenmerken hangen samen met het houden van afstand en het vermijden van drukte?

2. Methodes

Om bovenstaande vraagstelling te beantwoorden, is gekeken naar informatie uit verschillende onderzoeken: vragenlijstonderzoek en interviews uitgevoerd door de Corona Gedragsunit van het RIVM in samenwerking met GGD-en, ander Nederlands onderzoek, en de internationale literatuur.

Kwantitatief Vragenlijstonderzoek Gedragsunit

Om zicht te krijgen op de trends in het naleven van de maatregelen gebruiken we gegevens van deelnemers die alle rondes hebben meegedaan aan het vragenlijstonderzoek. Voor de meer verklarende analyses van drukte vermijden en afstand houden in het algemeen (over situaties heen) gebruiken we gegevens van deelnemers die in zowel ronde 5 als ronde 6 hebben meegedaan ($n = 12546$ respondenten). Voor de meer specifieke analyses van afstand houden in allerlei verschillende situaties (bijv., bij bezoeken familie, in de supermarkt, op het werk) is gebruik gemaakt van de gegevens uit ronde 6 ($n = 15837$ respondenten). De deelnemers aan het onderzoek zijn gemiddeld wat ouder, vaker vrouw en hoogopgeleid dan de Nederlandse bevolking gemiddeld.

In regressie analyses hebben we gekeken welke demografische (zoals leeftijd), gezondheid (zoals een onderliggende aandoening), en psychosociale (zoals risicopercepties) factoren samenhangen met afstand houden en drukte vermijden. Daarbij hebben we voor drukte vermijden gekeken naar of mensen "in de afgelopen week tenminste 1 keer op een plek geweest zijn waar het eigenlijk te druk was om de 1,5 meter afstand te houden. En zo ja, of mensen vervolgens zijn omgekeerd omdat

het te druk was. Voor afstand houden hebben we gekeken of deze factoren samenhangen met “hoe vaak anderen dichterbij [de respondent] kwamen dan 1.5 meter”.

Kwalitatieve Interviews

Vanaf 1 mei zijn er zes rondes van (telefonische) diepte-interviews uitgevoerd met circa 30 respondenten per ronde. In ronde drie (3-10 juni 2020), vijf (15-19 juli 2020) en zes (7-11 september 2020) is uitgebreid stilgestaan bij ‘afstand houden’. In de interviews richtten we ons op de context van het gedrag en de beweegredenen van de respondenten voor/tegen afstand houden. De interviews zijn afgenomen in een steekproef van de mensen die meedoen aan het vragenlijstonderzoek aan de hand van een vooraf opgestelde topiclijst. In ronde 3 hebben we jongeren geselecteerd (35 respondenten), in ronde 5 een dwarsdoorsnede van de bevolking (27 respondenten) en in ronde 6 mensen die in het buitenland op vakantie zijn geweest (30 respondenten). De bevindingen zijn in de huidige analyses gecombineerd.

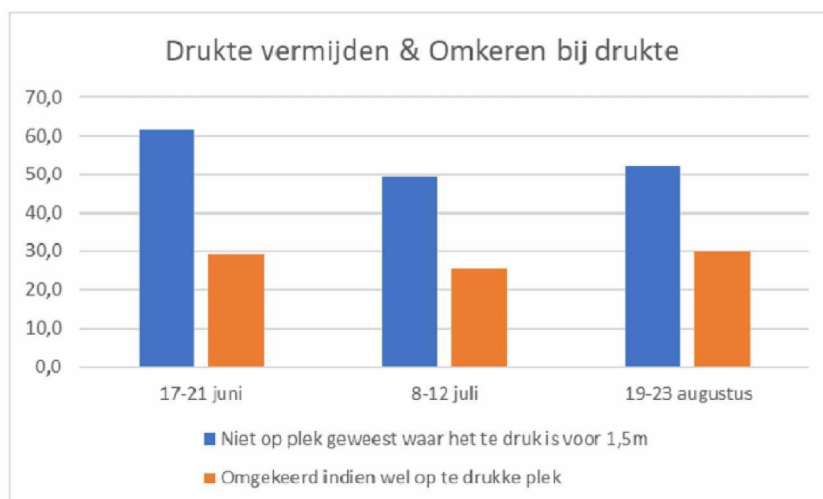
Literatuuronderzoek en ander onderzoek in Nederland

Het literatuuronderzoek richtte zich op internationale publicaties waarin gedragsfactoren in relatie tot afstand houden en drukte vermijden zijn bestudeerd in de context van COVID-19 (gepubliceerd en pre-prints die nog niet zijn beoordeeld door collega wetenschappers). Bronnen: o.a. Pubmed, Embase, PsycInfo en Google Scholar, en pre-print databases als Psy Arxiv en Med Rxiv. *Social distancing* wordt in de wetenschappelijke literatuur verschillend gedefinieerd, maar omvat vaak het vermijden van drukte, beperken van sociale bijeenkomsten en contacten en bij elkaar komen, en soms wordt hier ook fysiek afstand houden in meegenomen. Zie [\[link\]](#) voor een uitgebreider overzicht van de gevonden literatuur en conclusies daaruit. Dit MEMO is ook aangevuld met relevante gegevens uit ander Nederlands onderzoek. [\[referenties\]](#)

3. Bevindingen

3.1 Drukke vermijden en afstand houden over tijd (beschrijvende analyses)

Uit verschillende onderzoeken, inclusief onderzoek in Nederland met CCTV camera's in de publieke ruimte (Rozenkrantz-Lindenaar, NSCR; Reinders et al., [refs](#)), blijkt dat drukte een belangrijke reden is dat mensen niet voldoende afstand houden. De regel ‘vermijd drukte’ is in Nederland van kracht geworden op [\[datum\]](#) en op metingen 4-6 meegenomen in het vragenlijst onderzoek. In Figuur 1 hieronder is te zien dat over de afgelopen 3 metingen bijna de helft van de mensen aangeeft in te drukke situaties te zijn geweest (en de helft dus niet), en dat ongeveer 30% dan omkeert (70% niet).



Figuur 1. Percentages deelnemers die aangeven niet in te drukke situaties te zijn geweest en te zijn omgekeerd wanneer het ergens te druk was.

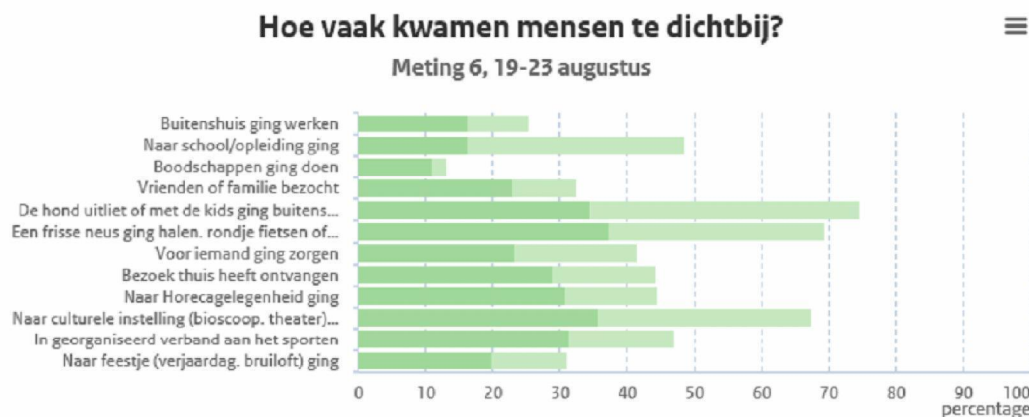
Wat betreft 1.5 meter afstand houden, is het aantal situaties waarin het mensen lukt om afstand te houden van midden april (meting 1) tot midden augustus (meting 6) gemiddeld gedaald van 72% naar 62%. Als we kijken naar afstand houden in verschillende situaties (Figuur 2), geven mensen aan dat afstand houden het minst lukt op plekken als de supermarkt, de werkplek (buitenshuis), en op feestjes. De epidemiologische gegevens laten zien dat besmettingen vaak herleidbaar zijn tot de werkplek (25% van de besmettingen die niet onder huisgenoten plaatsvinden)¹ maar in beperkte mate tot feestjes, borrels en verjaardagen (3% van de besmetting die niet onder huisgenoten plaatsvinden).

Waar twee-derde van de mensen in april aangaf dat bij bezoek thuis ontvangen (of op bezoek bij familie en vrienden) de 1.5 meter werd aangehouden, was dat in augustus nog 40%. Bovendien bezoeken mensen elkaar vaker en doen dit in grotere groepen (4 of meer bezoekers), dan in april. De epidemiologische cijfers laten zien dat 31% van de besmettingen die buiten het huishouden plaatsvinden, te herleiden zijn naar familie, kennissen en vrienden.² In de horeca – en in mindere mate culturele instellingen – is er ook sprake geweest van een afname in afstand houden over tijd. Die afname gaat samen met het moment waarop het aantal toegestane bezoekers werd verruimd van 30 naar 100 personen (een toename in drukte). Op het moment is 12.5% van de herleidbare besmetting dat plaats vindt buiten het huishouden, te herleiden tot de horeca.

Tijdens de huidige opleving van het virus is de afname in bijna alle situaties gestopt, of veranderd in een kleine toename in afstand houden. Voor plekken waar relatief veel aandacht is voor zowel het beheersen van drukte als afstand houden (horeca, culturele instellingen, school, georganiseerd verband sporten) geven mensen aan dat afstand houden relatief vaak lukt.

¹Omdat infecties tussen huisgenoten lastig te voorkomen zijn, hebben we hier gekeken naar het % herleidbare besmettingen dat niet tussen huisgenoten plaatsvindt. Het aandeel in de infecties die makkelijker te beïnvloeden zijn zijn door naleving van de maatregelen en/of aanvullende maatregelen.

² Het dient hierbij ook opgemerkt te worden dat mensen een substantiële afname in handen wassen rapporteren van april tot augustus, wanneer ze bij anderen op bezoek gaan van 75% naar 59% van de keren



Figuur 2. Het percentage mensen dat aangeeft dat anderen zelden of nooit binnen hun 1.5 meter kwamen (de laatste keer dat ze deze activiteit ondernamen)

Hoe drukker een locatie, hoe lastiger om afstand te houden. Minder mensen slagen erin drukte te vermijden, of om te keren als het ergens te druk blijkt. Toename in drukte is een plausibele verklaring voor de afname in 1.5m afstand houden op plekken als de supermarkt, horeca of het werk; en in bepaalde mate bij het ontvangen van bezoek (feestjes en groepsbijeenkomsten).

3.2 Factoren die samenhangen met drukte vermijden – algemeen

We hebben in de analyse gekeken naar verbanden tussen demografische, gezondheids, en psychologische variabelen in relatie tot drukte vermijden. Deze verbanden leveren geen causaal bewijs (oorzaak – gevolg).

Met toenemende leeftijd, geven respondenten vaker aan niet in te drukke situaties terecht te komen, en vaker om te keren bij drukte. Dat laatste geldt ook voor mensen met een onderliggende aandoening die ze kwetsbaarder maakt voor een ernstig verloop van COVID-19. Mensen die denken zelf besmet te zijn geweest of dat iemand in hun naaste omgeving besmet is geweest, rapporteren juist minder vaak drukte te vermijden en om te keren bij drukte. Mogelijke verklaringen daarvoor zijn dat men denkt antistoffen te hebben; of dat men vaker in drukke situaties komt en de kans op een besmetting daardoor groter inschat. Wat ook opvalt is dat er geen relevant verband is gevonden tussen drukte vermijden of omkeren bij drukte, en het hebben van corona-gerelateerde klachten.

Vervolgens hebben we gekeken naar verbanden met psychologische variabelen. Risicopercepties (de geschatte kans en ernst om COVID-19 op te lopen, het virus over te dragen indien men zelf besmet zou zijn, of van een 2^e golf) vertonen een niet geheel consistent verband. Dit suggereert dat mensen risico's op transmissie hoger inschatten als ze vaker in drukke situaties verkeren. Als we kijken naar deze risicopercepties over tijd, zien we dat die nagenoeg stabiel zijn (met name de kansen om besmet te raken of het virus over te dragen), ondanks de overheidscommunicatie en

schommelingen in besmettingen. Risicopercepties lijken dan ook geen geschikte variabelen voor een communicatie interventie gericht op het vermijden van drukte.

Er zijn drie psychosociale factoren die sterker samenhangen met drukte vermijden en omkeren bij drukte:

- Perceptie van de sociale norm: de mate waarin men denkt dat anderen in de naaste omgeving drukte proberen te vermijden of omkeren bij drukte
- Effectiviteit maatregel: hoe effectief mensen denken dat de maatregel drukte vermijden is bij het bestrijden van het virus
- Eigen effectiviteit: hoe makkelijk/moeilijk mensen het vinden om in allerlei situaties drukte te vermijden of om te keren bij drukte (zie Tabel 1).

Kijkend naar deze variabelen, is 52% het er (helemaal) mee eens dat mensen in zijn/haar nabije omgeving zoveel mogelijk drukte vermijden, terwijl in werkelijkheid 9 van de 10 mensen (xx%) achter deze maatregel staat (draagvlak). Bijna iedereen (92%) denkt dat drukte vermijden (heel) veel helpt om de verspreiding van het virus te remmen. Twee-derde (62%) vindt drukte vermijden (heel) makkelijk. De perceptie van de sociale norm en eigen effectiviteit lijken daarmee relevante mechanismen om mensen te motiveren en te ondersteunen bij het vermijden van drukte.

Tabel 1. Factoren die samenhangen met drukte vermijden en omkeren bij drukte*

Voorspellers	Gedrag: in te drukke situatie geweest – OR (95% CI)*	Gedrag: omgekeerd als het te druk was – OR (95% CI)
Demografische factoren		
Leeftijd	0,8 (0,8-0,9). Hoe ouder, hoe kleiner de kans op drukke situatie	1,2 (1,1-1,2) Hoe ouder, hoe groter de kans op omdraaien
Geslacht	x	x
Opleidingsniveau	x	x
Alleenstaand	x	x
Gezondheidsfactoren		
Kwetsbare gezondheid	x	1,2 (1,1 - 1,4) Zo ja, grotere kans omdraaien
Besmet geweest met coronavirus, (zelf) of naaste omgeving	1,2 (1,1 - 1,3) Zo ja, grotere kans op belanden in te drukke situatie	0,8 (0,8 - 0,9) Zo ja, kleinere kans op omdraaien bij te drukke situatie
Corona-gerelateerde klachten	x	x
Psychosociale factoren		
Kans zelf besmet raken	1,1 (1,1 – 1,2) Hoe hoger, hoe groter de kans op drukke situaties	x
Ernst zelf besmet raken	x	x
Kans om anderen besmetten als je zelf besmet zou zijn	x	0,9 (0,9 - 0,9) Hoe hoger, hoe kleiner de kans omgedraaid
Ernst anderen besmetten	x	x
Kans tweede golf	x	x
Ernst tweede golf	x	x
Mate waarin coronavirus als dreiging wordt ervaren ²	x	x
Mate waarin belangrijke anderen drukte vermijden	0,9 (0,8 – 0,9) Hoe sterker de norm, hoe kleiner de kans drukke situatie	1,1 (1,1 - 1,2) Hoe hoger, hoe groter kans omgedraaid
Mate waarin drukte vermijden als effectief wordt gezien	0,9 (0,8 – 0,9) Hoe hoger, hoe kleiner de kans op drukke situatie	1,2 (1,1 - 1,3) Hoe hoger, hoe groter kans omgedraaid
Mate waarin het makkelijk wordt gevonden om drukte te vermijden	0,7 (0,7 – 0,7) Hoe hoger, hoe kleiner de kans op drukke situatie	1,4 (1,3 - 1,5) Hoe makkelijker, hoe groter kans omgedraaid

¹ OR= odds ratio (verhouding van twee 'odds'; een odds is de kans dat een gebeurtenis zich voordoet in groep a (p) gedeeld door de kans dat een gebeurtenis zich niet voordoet in die groep (1-p)). Hoe meer de OR afwijkt van 1, hoe sterker het verband met drukte vermijden of omkeren bij drukte.

*OR's alleen weergegeven indien significant $p < .001$ en waarvan het 95%CI 1.1 of groter was of 0.9

en kleiner.

Uit de kwalitatieve interviews zijn meerdere strategieën te halen die mensen gebruiken om drukke situaties te vermijden. Geïnterviewden zeggen dit te doen door zorgvuldig te kiezen op welke tijdstippen ze ergens naartoe gaan. Met name bij winkels zijn ze hier bewust mee bezig, want daar blijkt afstand houden dus bijzonder lastig (vragenlijst onderzoek). Naast het kiezen van een tijdstip geeft een deel aan overgeschakeld te zijn op zoveel mogelijk online winkelen. Wanneer mensen wel naar een winkelstraat/stadscentrum gaan of bijvoorbeeld gaan hardlopen, dan is het kiezen van een route waarvan ze verwachten dat die rustig is een gebruikte strategie. Wanneer een plek bij aankomst toch druk blijkt, vereist het volgens de respondenten discipline en 'je gezond verstand' om te beslissen dan om te keren. De interviews suggereren dus dat vanuit het perspectief van de burger, 'zelfregulatie van gedrag' (het bewust vooruit plannen, alternatieven zoeken, zelfcontrole uitoefenen) belangrijk is bij het vermijden van drukte (indien mensen ervaren dat ze daar een keuze in hebben).

In de literatuur komen enkele aanvullende punten naar voren die ervoor kunnen zorgen dat mensen het als moeilijk ervaren om drukte te vermijden. Zo blijkt bijvoorbeeld dat verveling en zorgen over het niet kunnen deelnemen aan sociale (georganiseerde) activiteiten als festivals en vakanties, negatief samenhangen met de intentie om sociale samenkomsten te vermijden. Ook de ervaren mogelijkheden om de maatregel *niet* na te leven lijken relevant: waar strikte regels tijdens de lockdown periode worden genoemd als faciliterende factor, kunnen de ruimere mogelijkheden in de periode van versoepelde maatregelen als een belemmerende factor voor drukte vermijden worden ervaren.

Vanuit gedragswetenschappelijk perspectief ontstaat er een duidelijk beeld van de processen die drukte vermijden en omkeren bij drukte verklaren. Ten eerste **motivatie** om drukte te vermijden: percepties van wat mensen in de nabije omgeving doen, hoe effectief gedragsverandering is bij het indammen van het virus, en hoe moeilijk/makkelijk mensen het gedrag vinden om uit te voeren in verschillende situaties. Als mensen gemotiveerd zijn, helpt **zelfregulatie**: het plannen van activiteiten, het beoordelen van situaties (te druk?) en het opbrengen van discipline. Ten slotte de fysieke en sociale **omgeving**: het moet in eerste instantie wel mogelijk gemaakt worden voor mensen om te winkelen, werken, naar school/universiteit of horeca te gaan zonder daarbij continu in situaties terecht komen die te druk zijn om voldoende afstand te houden (en daarbij dus de motivatie en discipline op te moeten brengen om activiteiten te plannen of om te keren).

3.3 Factoren die samenhangen met afstand houden

Op plekken waar het niet te druk is, is er de mogelijkheid voor mensen om afstand te houden van anderen. Ook hier hebben we op basis van de vragenlijst gegevens gekeken naar demografische, gezondheid, en psychologische variabelen die samenhangen met afstand houden. Dit hebben we eenmaal gedaan in een analyse model dat afstand houden over allerlei situaties heen combineert ('1.5 meter gemiddeld') en in 12 analyses waarin we specifiek hebben gekeken naar bepaalde situaties (bij bezoek, feestjes, horeca, supermarkt, werkplek, enzovoorts). Zie Tabel 2.

Wat betreft de factoren die in verschillende situaties gerelateerd zijn aan afstand houden: Met toenemende leeftijd rapporteren mensen dat het ze vaker lukt om afstand te houden. Wat betreft de psychologische variabelen, rapporteren mensen die hun kans op het besmet raken met het nieuwe coronavirus hoger inschatten, zich minder vaak aan de 1.5m afstand te houden. De meest voor de hand liggende verklaring hiervoor lijkt – net als bij drukte vermijden – dat mensen die het vaak niet lukt om afstand te houden schatten hun kans op infectie terecht hoger in.

De drie variabelen die het meest consistent zijn gerelateerd aan afstand houden, zijn wederom:

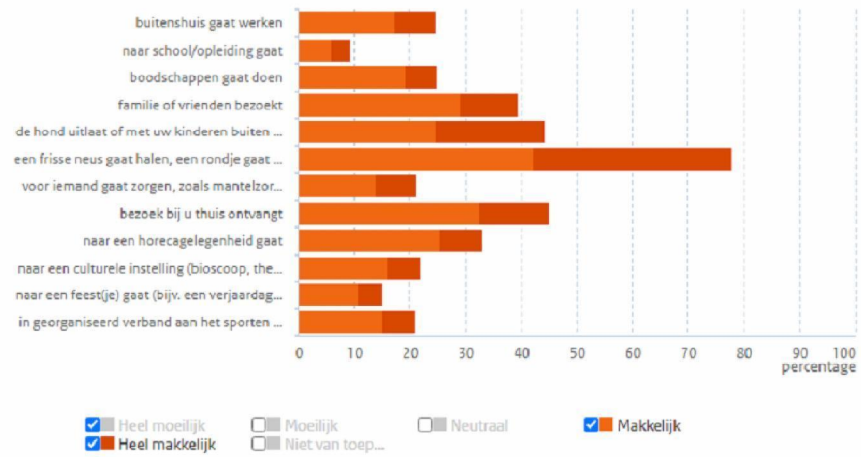
- Perceptie van de sociale norm: de mate waarin men denkt dat anderen in de naaste omgeving zich aan de 1.5 meter proberen te houden
- Effectiviteit maatregel: hoe effectief mensen denken dat 1.5 meter afstand houden is, bij het bestrijden van het virus
- Eigen effectiviteit: hoe makkelijk/moeilijk mensen het vinden om in allerlei situaties 1.5 meter afstand te houden (zie Tabel 2).

Kijkend naar deze drie factoren, denkt 48% dat de meeste mensen in zijn/haar nabije omgeving afstand proberen te houden (terwijl 86% van de respondenten aangeeft achter deze maatregel staat). Zeven van de 10 (xx%) van de respondenten denkt dat 1.5 meter afstand houden helpt (in de buitenlucht scoren mensen dit 10-15% lager dan binnen). Slechts 3 van de 10 (xx%) mensen vindt 1.5 meter afstand houden (heel) makkelijk. Op plekken waar veel ruimte is (in de buitenlucht wandelen) of relatief weinig mensen zijn (bij bezoek familie, vrienden) vinden mensen dit het makkelijkst; op andere drukke plekken blijkt dit.... (Figuur x, onder). Bij 1.5 meter afstand houden, lijken al deze 3 variabelen geschikt om mensen te motiveren en ondersteunen bij afstand houden.

Er zijn nog twee relevante verbanden gevonden die specifiek voor bepaalde situaties zijn. Ten eerste is er een duidelijk negatief verband tussen eigenschappen van de werkplek en afstand houden: mensen in zorg situaties (gezondheids- en mantelzorg) rapporteren minder afstand te houden door de aard van hun werk. Ten tweede is er een duidelijk negatief verband doordat mensen aangeven dat hun werkplek niet goed is ingericht om de 1.5 meter afstand te kunnen houden. Dit creëert dus werkomstandigheden waarbij, indien er niet aanvullende maatregelen voor persoonlijke bescherming worden genomen, mensen wegens hun werkomstandigheden aan hogere risico's op oplopen of overdragen van het virus worden blootgesteld. Een tweede verband is dat de kans het virus op anderen over te dragen, en hoe bedreigend men het virus vindt, wel een verband vertoont afstand houden? in sociale situaties met naasten: bij bezoek en feestjes. In die situaties lijkt men dus meer geneigd hiernaar te handelen.

Hoe makkelijk is 1,5 meter afstand houden wanneer u..

Meting 6, 19-23 augustus



Tabel 2. Factoren die samenhangen met afstand houden in het algemeen en in specifieke contexten ($p < .001$). Groen betekent meer afstand houden (hoe donkerder hoe sterker het verband), blanco betekent dat er geen verband gevonden is, en rood betekent minder afstand houden (hoe donkerder, hoe sterker het verband).³

	1.5m algemeen	Thuis bezoek	Op bezoek	Feestjes	Horeca	Cultuur	Werk	School	Frisse neus	Buiten: spelen, wandelen	Boodschappen	Mantel- zorg	Sport
DEMOGRAFIE													
Hogere leeftijd													
Geslacht (vrouw)													
Opleiding (duur)													
Alleenstaand													
Onderliggend lijden													
Werkplek onhandig													
COVID-19 zelf of nabije omgeving													
COVID-19 klachten													
PSYCHOLOGISCH													
Kans zelf besmet te raken													
Ernst zelf besmet te raken													
Kans anderen te besmetten													
Ernst anderen te besmetten													
³ Geen verband: $p > .001$ of standardised beta > -0.05 en < 0.05 . Zwak verband (positief of negatief): $p < .001$ en standardised beta tussen 0.05 en 0.15 (+ of -); sterker verband $p < .001$ en standardised beta > 0.15 of < -0.15 .													

golf													
Ernst tweede golf													
Dreiging van het virus													
Wat doen mensen in mijn nabije omgeving													
Perceptie effectiviteit 1.5m maatregel													
Hoe makkelijk 1.5 in deze situatie?													

In de interviews is specifiek ingegaan op ervaringen die mensen hebben met afstand houden. Er worden verschillende soorten redenen genoemd dat het soms niet lukt, die in drie categorieën zijn in te delen. De eerste is het 'vergeten' van de maatregel: het gaat dan onbewust fout of op emotionele momenten verdwijnt de intentie naar de achtergrond. Een tweede is dat het praktisch niet kan (zoals samen in de auto zitten). De derde categorie is dat mensen aangeven uitzonderingen te maken voor nauwe contacten zoals ouders en vrienden. Zij verwachten dat het risico op besmetting klein is, omdat ze erop vertrouwen dat vrienden/familie alleen in de buurt komen als ze geen klachten hebben en zich aan de maatregelen houden. Tevens geven meerdere deelnemers aan dat nabij/fysiek contact belangrijker wordt gevonden dan het risico om besmet te worden. Hierbij zien we wel een ontwikkeling in de tijd. Vóór de zomer gaven mensen aan dat ze het vol wilden houden uit solidariteit en omdat ze zelf niet ziek wilden worden. Na de zomer maken mensen hierin andere afwegingen. Het gemis aan fysiek contact is groter geworden en mensen lijken een andere afweging te maken.

3.4 Ander Nederlands onderzoek

Een ander Nederlands survey onderzoek (Universiteit van Amsterdam, Center for Law and Behavior) vond aanvullend dat weten dat de 1.5 meter maatregelen gehandhaafd kunnen worden (zoals de kans om bestraft te worden of de ernst van de straf) geen verband vertoonde met de naleving van de 1.5 meter maatregel. Dit suggereert dat motivatie voor het naleven van de 1.5 meter meer intrinsiek gezocht moet worden (mensen moeten zelf concluderen dat afstand houden belangrijk, zinvol en haalbaar is) en niet zozeer extrinsiek (door handhaving, instructies). Bovendien bleek ook hier de mate waarin mensen praktisch gezien in staat zijn om een veilige afstand van anderen te houden, belangrijk te zijn voor de naleving van de 1.5 meter.

Voor afstand houden spelen veelal dezelfde factoren als bij drukte vermijden, gerelateerd aan *motivatie (afstand willen houden)*, *zelfregulatie (plannen, discipline)*, en *de sociale en fysiek omgeving (het moet wel mogelijk gemaakt worden om afstand te houden)*. Aanvullend spelen er bij **motivatie** om afstand te houden nog twee zaken: er is wel degelijk reden om mensen beter te informeren over het **nut en de effectiviteit** van de 1.5 meter afstand houden (binnen en buiten). Ten tweede geven mensen aan aannames te maken over de besmettelijkheid van familie en vrienden en daarom geen afstand te houden. In ons onderzoek geeft echter 6 van de 10 mensen met klachten aan dat ze toch familie en vrienden hebben bezocht. Bij **zelfregulatie** speelt hier nog extra mee dat mensen afstand houden simpelweg af en toe vergeten.

4. Integratie en conclusies

1,5m afstand houden is erg belangrijk voor het remmen van de verspreiding van SARS-CoV-2. Sinds midden juli is het aantal besmettingen met SARS-CoV-2 fors toegenomen. Uit de epidemiologische gegevens blijkt dat de infecties grotendeels plaatsvinden in situaties waarin we al geruime tijd een afname zien in afstand houden terwijl het aantal contactmomenten (aantal keren dat mensen elkaar bezoeken en de groeps grootte) toeneemt. We hebben in dit MEMO gekeken welke factoren verklaren dat mensen meer/minder afstand houden, om een basis te bieden voor eventuele beleids- en communicatie interventies om het naleven van deze maatregel te ondersteunen. De belangrijkste

Context voor beleid en communicatie rondom drukte verminderen en afstand houden

- **Welzijn:** Met de afname van de virusverspreiding en de versoepeling van de maatregelen, is er een toename in sociale activiteit en een afname van het naleven van? de 1.5 meter. Maar tegelijkertijd is er ook een afname in het aantal mensen dat aangeeft zich (erg) eenzaam te voelen en zich mentaal ongezonder (somberder, angstiger) dan vóór de crisis te voelen.
- **Draagvlak:** Het draagvlak voor de maatregelen 1.5 meter afstand houden en drukte vermijden is in principe (erg) hoog. Er is wel sinds april een flinke daling (25% punten) in het vertrouwen in het beleid als geheel en het positief sentiment in de gesprekken met anderen. Respondenten zijn het meest positief over de stelling dat de overheid haar best doet; en het minst positief over het rekening houden met verschillende meningen en maatschappelijke belangen, en het toelichten van het nut en de noodzaak van besluiten en de daaronder liggende feiten.
- **Doelgroep:** 43% van de besmettingen vond de afgelopen week plaats onder jongeren en jongvolwassenen (tot 30 jaar). Dwz dat 57% van de diagnoses in de afgelopen week hebben plaatsgevonden onder mensen van 30 jaar en ouder. Deelnemers (jong en oud) geven aan het (heel) erg te vinden als ze iemand anders zouden besmetten en zien COVID-19 in toenemende mate als een ernstige aandoening. Hoewel leeftijd gerelateerd is aan afstand houden en drukte vermijden, is het verband bescheiden. Het lijkt dus belangrijk om primair naar situaties/settings (supermarkt, werkplek) en gedrag (feestjes en familiebijeenkomsten organiseren) te kijken, ipv naar één specifieke doelgroep.
- **Situaties en settings:** Hoewel er veel kennis is van situaties waarin besmettingen plaats vinden, is dit voor de meerderheid van de besmettingen onduidelijk. Het kan dus zijn dat veel besmettingen in andere situaties plaatsvinden dan thuis, werk en horeca; en tussen andere mensen dan huisgenoten, vrienden/andere familie, en collega's.

Kortom, bij het beheersen van drukte en het afstand houden tot anderen, is het van belang om de balans te vinden tussen het sociaal en mentaal (en financieel) welzijn van de bevolking; en de kansen die het virus krijgt zich te verspreiden. Waarbij het voor het behoud en de uitbouw van draagvlak bovendien belangrijk lijkt dat mensen meer ervaren dat er rekening wordt gehouden met verschillende meningen en belangen, en dat beslissingen zijn gebaseerd op feiten waarvan het nut en de noodzaak aan de verschillende doelgroepen helder wordt toegelicht. Kortom, het vertrouwen in de overheid en het beleid is nog substantieel, maar er is winst te behalen in de mate waarin mensen voelen dat hun belangen worden meegewogen; alsook in de communicatie en toelichting bij het beleid.

conclusies en mogelijkheden worden hieronder besproken. Daarbij nog de volgende informatie als context.⁴

Hoofdbevindingen & mogelijke implicaties

In dit memo hebben we onderzocht welke factoren een rol spelen bij wel/niet afstand houden. Daaruit volgen mogelijkheden met betrekking tot welke verschillende partijen wat zouden kunnen doen om afstand houden te ondersteunen en de virusverspreiding te remmen.

Thema 1: Fysieke omgeving en drukte

Uit de onderzoeken blijkt dat afstand houden afneemt naarmate het ergens drukker is. Mensen geven dan ook aan dat het in heel veel situaties niet makkelijk is – en ook niet lukt – om afstand te houden ondanks de motivatie dat wel te doen. De daling in afstand houden (10-15% punten) in bijvoorbeeld de horeca en culturele instellingen gedurende de zomer ging gepaard met een uitbreiding van het aantal bezoekers (toename in drukte, waarna afstand houden weer stabiel bleef).⁵ Uit onderzoek met CCTV camera metingen in Amsterdam blijkt dat drukte de belangrijkste

Elkaar versterkende effecten – *Vanuit virus transmissie*: hoe drukker het is, hoe minder mensen de 1.5 meter aan kunnen houden (dus: een hoger risico per contact moment) én hoe meer mensen we ontmoeten waarbij transmissie plaats kan vinden (dus: ook meer contact momenten). *Vanuit gedragsperspectief*: als het drukker is en de 1.5 meter moeilijker wordt, vereist dat steeds meer motivatie én discipline terwijl het lijkt alsof steeds minder mensen ervoor kiezen zich hieraan aan te houden (de sociale norm wordt demotiverend). Die processen zouden kunnen leiden tot minder naleving van de maatregelen, meer drukte, nog meer moeite moeten doen om afstand te houden, een negatievere sociale norm; nog minder naleven, meer drukte, enzovoorts.

Omgekeerd kan men zeggen dat drukte reduceren een **dubbel positief effect** kan hebben, zowel op virus transmissie als op de psychologische processen die de naleving bevorderen.

voorspeller is van niet 1.5 meter afstand kunnen houden in de publieke ruimte.^[ref]

Mogelijkheden: Als de drukte afneemt, biedt dit mensen de gelegenheid om afstand te houden. Gezien het aantal situaties waarin besmetting plaats kan vinden, hebben meerdere partijen een belangrijke rol in het creëren van een situatie waarin mensen **veilig** afstand kunnen houden.

Wat is veilig: Wie loopt er eigenlijk risico op ernstig COVID-19 beloop?

Hier kort stukje hebben met meest recente feiten risico groepen (leeftijd, onderliggend) en niet risico groepen hebben (rest verschijnselen, vermoeidheid); en waar mogelijk de prevalenties daarvan voor verschillende risico groepen (bijv 20-30% heeft onderliggend lijden in ons onderzoek en dat is behoorlijk verdeeld over leeftijdsgroepen).

Signaal: het zijn niet alleen de ouderen. Het gaat niet alleen om ziekenhuis en overlijden.

- De burger: als organisator van familie bijeenkomsten, borrels, verjaardagfeesten, en etentjes

⁴ Deze en meer informatie is te vinden op <https://www.rivm.nl/gedragsonderzoek/maatregelen-welbevinden>

⁵ De horeca dient hierbij slechts als voorbeeld: een toename in drukte zal ongetwijfeld ook in andere situaties dit resultaat hebben (op het werk, universiteit, in de winkelstraten).

- De werkgever: als verantwoordelijke voor een veilige werkomgeving
- De horeca: als verantwoordelijke voor een veilige werkplek en omgeving voor de gasten
- De winkel eigenaar: als verantwoordelijke voor een veilige werkplek en omgeving voor klanten
- De scholen en universiteiten: veilige omgeving voor werknemers, leerlingen en studenten
- Overheden: als verantwoordelijke voor een veilige publieke ruimte, wetgever en handhaver

Veel van deze partijen spannen zich al in om drukte te beheersen, maar dat laat onverlet dat de onderzoeken laten zien dat veel mensen regelmatig in te drukke situaties terechtkomen, dat mensen in veel situaties 1.5 meter afstand houden lastig vinden, en dat er veel besmettingen plaatsvinden.

Vanuit gedragswetenschappelijk perspectief is de focus op de context creëren waarin afstand houden mogelijk en daardoor ook de norm is, efficiënt: het vereist gedragsverandering bij een relatief klein aantal partijen (zie boven) om mogelijk een groot effect op gewenst gedrag (afstand houden) van velen (de burgers) te hebben.

Er zijn een aantal regels en adviezen over het maximaal aantal mensen in bijvoorbeeld de horeca (xxxx) of thuis in het huishouden (maximaal 6 personen). Dit zijn maximale aantallen en het kan goed zijn dat deze alsnog te hoog zijn voor de context (bijvoorbeeld, een kleine huiskamer of klein café) om vervolgens voldoende afstand te kunnen houden. Om een situatie te creëren waarbij drukte voor elke specifieke situatie in goede banen wordt geleid, kunnen de volgende stappen gevolgd worden:

1. Beoordelen waar voor die specifieke context de grens ligt qua drukte (gezien het aantal m²)⁶
2. Toestroom reguleren, bijvoorbeeld dmv boekingen, drukte meters, spreiding over tijd en locaties
3. Monitoren van de aantallen, bijvoorbeeld handmatig tellen, tickets bij ingang, gebruikt van apps
4. Controleren en handhaven: toestroom stoppen of mensen verzoeken te vertrekken
5. Neven-effecten monitoren: wordt het elders te druk (rij op straat?), werknemers en thuiswerken (eenzaamheid, mentaal welzijn), worden de normen als helder en redelijk ervaren (draagvlak)?

Thema 2: Fysieke omgeving en de 1.5 meter afstand

Wanneer er op een locatie voldoende ruimte is om afstand te houden, speelt de inrichting van de omgeving nog steeds een belangrijke rol bij het houden van 1.5 meter afstand. Uit de onderzoeken komt bijvoorbeeld naar voren dat een onhandige inrichting van de werkplek een sterk verband vertoont met de mate waarin men zegt afstand te houden. Ook het feit dat mensen te dichtbij komen omdat ze bijv. de 1.5 meter vergeten is iets wat door een slimme inrichting van de omgeving voorkomen kan worden (bijv. cues in de omgeving kunnen mensen eraan herinneren).

Er is al veel onderzoek op andere domeinen naar omgevingsinvloeden en gedrag. Ook zijn er veel strategieën bedacht en toegepast in winkels en op kantoren (pijltjes, lijntjes, bordjes, aantal stoelen in vergaderkamers, regels voor aantal personen op kantoor, etc). Sommige methoden lijken effectiever dan anderen. Het combineren van de gedragswetenschappelijke expertise rondom het slim inrichten van de omgeving om gezond gedrag te ondersteunen, met inspirerende voorbeelden uit de praktijk, kan leiden tot een toolbox met methoden die partijen kunnen benutten. Er loopt

⁶ Door de omgeving slim in te richten en met medewerking van de klanten/werknemers, kan dit aantal hoger worden omdat de 1.5 meter beter aan te houden is.

momenteel een onderzoek bij de corona gedragsunit over 'inspirerende voorbeelden', wat hiervoor een startpunt kan zijn (als aanvulling op <https://www.mijncoronaprotocol.nl/>).

Thema 3: drukte vermijden en afstand houden door de individuele burger

Het onderzoek in dit MEMO geeft een aantal handvaten om middels communicatie naar de burger drukte vermijden en afstand houden verder te ondersteunen. Die kunnen benut worden om een communicatie strategie uit te werken.

Bij zowel het voorkomen dat je in te drukke situaties terecht komt (1), indien wel: omkeren (2), en het houden van de anderhalve meter (3), komen een aantal gemeenschappelijke aspecten naar voren. Hieronder staan de belangrijkste determinanten van gedrag en mogelijke communicatie methoden die benut kunnen worden om die determinanten aan te spreken.

1. **Determinant:** Misconceptie. Mensen komen dichtbij familie en vrienden, en gaan er daarbij van uit dat zij niet op bezoek zouden komen of met hen naar het café zouden gaan, als ze klachten hebben. Ook zien we geen verbanden tussen het hebben van klachten en het vermijden van drukte, of het houden van 1.5 meter afstand in allerlei situaties. Dit komt wellicht mede doordat klachten erg mild kunnen zijn en (nog) geen alarmbelletje doen afgaan bij de persoon met deze klachten. Terwijl mensen wel zeer gemotiveerd zijn om naasten niet te besmetten.
Mogelijke methoden: *Mensen met klachten:* Help mensen bij het vroeg herkennen van (milde) klachten. Informeer dat de meeste besmettingen onbedoeld plaatsvinden tussen naasten. Biedt een duidelijk handelingsperspectief (als...dan) en legitimeer de rol waarin men de verantwoordelijkheid neemt (vergelijkbaar met BOB, bewust onbeschonken bestuurder).
Mensen zonder klachten: Informeer dat veel mensen (onbedoeld) toch op bezoek gaan bij familie /vrienden ondanks milde klachten: ga er dus niet vanuit dat mensen geen klachten hebben. Legitimeer dat mensen bij elkaar bevestigen dat men geen (milde) klachten heeft. Biedt een duidelijk handelingsperspectief (als...dan): Bij vermoeden, wees extra voorzichtig met afstand houden ondanks behoefte aan nabijheid.
2. **Determinant:** perceptie van de sociale norm. Mensen schatten de sociale norm (de mate waarin mensen in hun omgeving zich aan de drukte vermijden en afstand houden maatregelen houden) substantieel lager in dan die lijkt te zijn op basis van het draagvlak voor die maatregel en het gedrag dat mensen rapporteren.
Mogelijke methoden: ontkracht de misconceptie over de sociale norm door aan mensen de daadwerkelijke sociale norm communiceren (de mate waarin mensen het gedrag willen uitvoeren en dat gedrag goedkeuren). Overweeg mensen bewust te maken dat wat men op drukke plekken ziet, niet de norm is: veel mensen willen liever niet in die drukte zijn én veel mensen vermijden die drukte (en die zie je daar dus niet).
3. **Determinant:** perceptie van het nut en de effectiviteit van drukte vermijden en met name van afstand houden (binnen en buiten).
Mogelijke methoden: leg uit hoe deze maatregelen moeten leiden tot het remmen van de overdracht van het virus, het bewijs dat er daarvoor is (er zijn steeds meer onderzoeken die bijv. aantonen dat afstand houden SARS-CoV-2 transmissie daadwerkelijk kan voorkomen), en

illustreer aan de hand van concrete rekenvoorbeelden wat de bijdrage is van drukte vermijden en afstand houden aan het indammen van het virus.

4. **Determinant:** hoe moeilijk/makkelijk mensen het vinden om drukte te vermijden en in allerlei verschillende situaties en sociale relaties afstand te houden
Mogelijke methoden: Door drukte te verminderen (**thema 1**) en de omgeving slim in te richten (**thema 2**) moet zowel drukte vermijden als afstand houden al aanzienlijk makkelijker worden. Verder is hier te denken aan mensen tools (zoals drukte meters) en handelingsperspectieven (als situatie x zich voordoet, kan je oplossing y toepassen) te bieden om drukte vermijden en afstand houden haalbaar te maken. Met behulp van rolmodellen waarmee de doelgroep zich identificeert, kunnen dergelijke vaardigheden en strategieën gedeeld worden.
5. **Determinant:** Zelfregulatie, oftewel, het plannen van activiteiten (zoals winkelen) en de discipline opbrengen om te keren bij drukte; en het alert blijven op de 1.5 meter afstand houden
Mogelijke methoden: Door de omgeving slim in te richten met o.a. cues (**thema 2**) kan zelfregulatie ondersteund worden. Ook kunnen mensen geholpen worden om activiteiten op de juiste manier te plannen (bijvoorbeeld, met drukte meters op websites), nieuwe gewoontes te ontwikkelen (tijdens werktijd boodschappen mogen doen), en elkaar te herinneren aan het houden van afstand ('ik zou graag voor de zekerheid wat meer afstand houden').

Referenties

1. Kuiper, Malouke E., Anne Leonore de Bruijn, Chris Reinders Folmer, Elke Olthuis, Megan Brownlee, Emmeke B. Kooistra, Adam Fine, and Benjamin van Rooij. 2020. "The intelligent lockdown: Compliance with COVID-19 mitigation measures in the Netherlands" *Working Paper posted on PsyArXiv* <https://psyarxiv.com/5wdb3/>
2. Reinders Folmer, 5.1.2e P., Malouke E. Kuiper, Elke Olthuis, Emmeke B. Kooistra, Anne Leonore de Bruijn, Megan Brownlee, Adam Fine, and Benjamin van Rooij. 2020a. "Compliance in the 1.5 meter society: Longitudinal analysis of citizens' adherence to COVID-19 mitigation measures in a representative sample in the Netherlands" *Working paper posted on PsyArXiv* <https://psyarxiv.com/dr9q3/>
3. Reinders Folmer, 5.1.2e P., Malouke E. Kuiper, Elke Olthuis, Emmeke B. Kooistra, Anne Leonore de Bruijn, Megan Brownlee, Adam Fine, and Benjamin van Rooij. 2020b. "Sustaining Compliance with Covid-19 Mitigation Measures? Understanding distancing behavior in the Netherlands during June 2020" *Working paper posted on PsyArXiv* <https://psyarxiv.com/xafwp>
4. Reinders Folmer, 5.1.2e P., Malouke E. Kuiper, Elke Olthuis, Emmeke B. Kooistra, Anne Leonore de Bruijn, Megan Brownlee, Adam Fine, and Benjamin van Rooij. 2020. "Maintaining Compliance when the Virus Returns: Understanding Adherence to COVID-19 Social Distancing Measures in the Netherlands in July 2020" *Working paper posted on PsyArXiv* <https://psyarxiv.com/vx3mn/>