

Notre initiative

CONTEXTE

Printemps 2020. À l'instar du reste du monde, le Québec se voit contraint à demeurer confiné pendant plusieurs semaines, dû à la pandémie de la COVID-19. C'est dans ce contexte qu'Ad hoc recherche a entrepris de mettre à profit son expertise en communauté en ligne en lançant une communauté citoyenne. Cette communauté vise à porter un regard ethnographique sur la façon dont les Québécois vivent cette crise sans précédent.

Les objectifs



OBJECTIFS

Plusieurs thèmes sont abordés dans le cadre de cette communauté longitudinale. Le premier chapitre de cette exploration vise toutefois les deux objectifs suivants :

1. Interpréter et comprendre le ressenti et l'attitude des Québécois face à cette situation;
2. Cerner son impact sur la vie quotidienne des Québécois et sur les dynamiques relationnelles au sein du foyer.

Lors des prochains chapitres, des thèmes tels que l'information, le divertissement, les achats alimentaires et la routine beauté seront explorés.

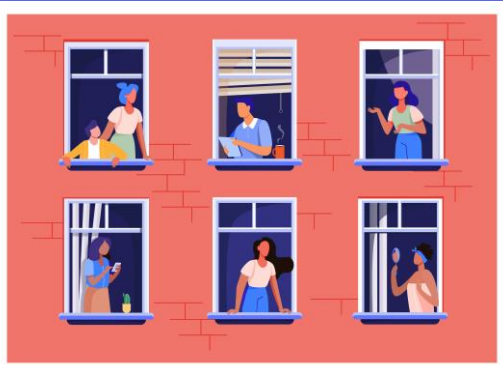
Notre méthodologie



MÉTHODOLOGIE

- **Plateforme** Communauté en ligne Ad hoc (Recollective)
- **Durée** À partir de la semaine du 11 avril 2020
- **Recrutement des participants** Sur les médias sociaux (Facebook, Instagram) à travers la page d' Ad hoc recherche.
- **Modératrices** Daria Balazinski, directrice de projets sénior
Anne-Frédérique Tremblay, analyste
Isabella Byrne, analyste
- **Incitatifs** Aucun dédommagement n'est remis aux participants. Des cartes-cadeaux de 25 à 50 \$ sont remises aux meilleurs contributeurs à chaque semaine.
- **Nombre de participants** 91 participants

Compte tenu de la nature qualitative de cette étude, les résultats obtenus ne peuvent être généralisés, de manière statistique, à l'ensemble de la population ciblée par cette étude. Cependant, il est possible de tirer des conclusions fermes sur un grand nombre de thèmes abordés lors de cette communauté en ligne lorsque les opinions convergent.



Nos vies pendant le confinement

Un moral affecté par la pandémie...

Le
moral

↓ 2 points depuis le début

Avant la COVID-19

8,3/10

Maintenant

6,2/10



... surtout pour ceux qui travaillent encore!

Ceux qui travaillent encore expriment une baisse de moral accrue; les personnes mises à pied (ou à la retraite) semblent maintenir un meilleur moral, à la condition qu'elles bénéficient du support financier gouvernemental. En ce sens, **le filet social ajoute de la tranquillité d'esprit**. Plusieurs de ces personnes vivent ainsi **la situation comme une pause salutaire** dans une vie autrement frénétique.

Des émotions négatives – mais aussi du positif!

Les
émotions

déçu
inquiét
chanceux
seul isolé
impuissant
vulnérable
anxieux
optimiste
confiant
déprimé
triste
espoir



Enfermé



Seul



Incertain



Chanceux / Optimiste

Et beaucoup de **questions sur l'avenir...**

Nous faisons face à une situation qui va changer le monde pour le bon ou le mauvais. Chaque décision a un impact sur notre société. Les actes de M. Legault et M. Trudeau détermineront le genre de société qui va naître à la fin de la pandémie. Je suis inquiète sur les changements que nous devons apporter dans nos vies. Les efforts, le courage de rebâtir nos vies, changer nos habitudes, nos valeurs. Nos valeurs morales ont changé depuis quelques années : égoïsme, manque d'empathie, nos relations amoureuses ne sont plus basées sur les valeurs humaines. Les bases de notre société seront à refaire si nous voulons progresser. Femme, 55 ans +



Nos vies pendant le confinement

Une période révélatrice pour toutes nos relations

Avec
les
enfants

Le défi :

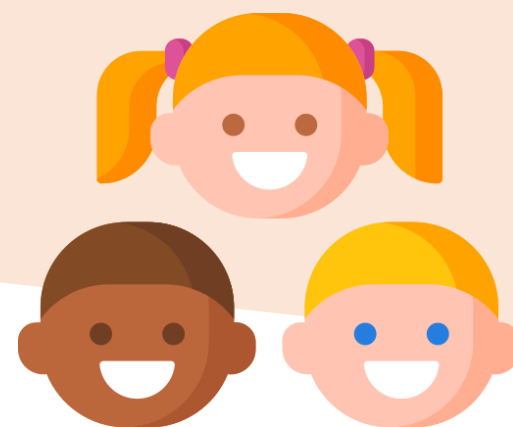
La routine est devenue un pêle-mêle travail-enfants-maison... On n'arrive plus à diviser l'un de l'autre!

On est tout le temps ensemble, donc j'en profite pour regarder mon garçon grandir. Et puis je découvre que je ne m'en sors pas si mal avec lui. Je suis fière de l'être humain qu'il devient!

Femme, 35-54 ans

Le bon côté :

On apprend à connaître nos enfants encore plus, et les enfants semblent heureux de passer tout ce temps avec leurs parents. D'habitude, notre quotidien va tellement vite qu'on n'arrive pas à en profiter.



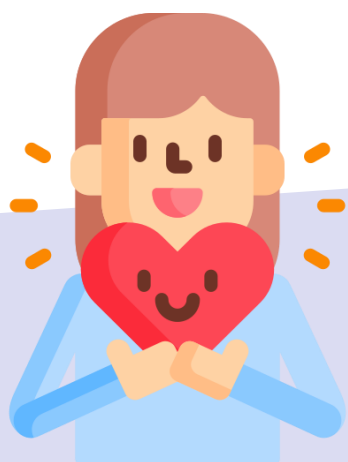
En
couple

On se redécouvre...

À passer autant de temps ensemble, certains témoignent de moments privilégiés partagés avec leur conjoint(e). On apprend à passer 24 heures par jour ensemble et on se rend compte que, finalement, ça se passe plutôt bien!

... ou on fait face à la réalité.

Quelques-uns nous mentionnent toutefois que la vie n'est pas aussi rose de leur côté. On se sent pris, on réalise qu'il n'est pas évident de passer autant de temps avec une autre personne. Les émotions sont plus difficiles à gérer et il faut y faire face.



Vivre ce confinement seul permet de se recentrer sur soi-même...

Avec
soi-
même

Et de se poser une
foule de questions :

Qu'est-ce que **j'aime faire** lorsque je suis seul?

Quels sont mes **passes-temps**?

Qu'est-ce que je pourrais **développer** pendant ce confinement?

Comment va ma **santé physique et mentale**?

Qui suis-je?



Nos vies pendant le confinement

Un grand moment de répit collectif

Le quotidien

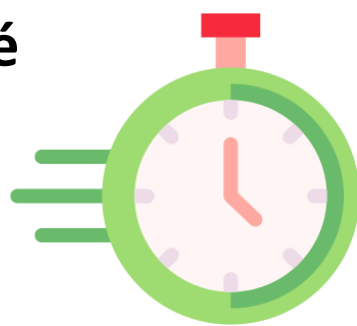
On apprécie le **temps** et le **ralentissement du rythme habituel de la vie...**

... que donne une mise à pied, une réduction des heures de travail, le télétravail ou la fermeture des écoles et garderies. On en profite pour faire du ménage de printemps, du jardinage, ranger ses papiers, vivre plus lentement, clarifier ses priorités et apprécier le moment, les choses simples. On se rend compte que la vie et la santé sont précieuses.

Je suis heureuse de pouvoir prendre du temps pour moi et de vivre plus dans l'instant présent. Cette « pause » obligatoire remet les pendules à l'heure. Je revois mes priorités. Je devrai appliquer certains changements dans ma vie afin de ne plus vivre à 100 milles à l'heure.
Femme, 18-34 ans

Ce qui ne nous manque **PAS** :

Le stress, le rythme effréné
Les embouteillages
Les foules
Le réveil matin



Le besoin de rituels sociaux

Le contact humain nous manque le plus.

Une chance, il y a **les modes virtuels, la vidéo** – et aussi le **téléphone** qui revient à la mode!

Mes collègues de travail me manquent, mais je communique régulièrement avec l'une d'elles. Je parle quotidiennement avec une de mes amies alors qu'on communiquait de façon hebdomadaire avant. Je communique plus avec ma cousine aussi.
Femme, 18-34 ans

Et on **compense** avec des **rendez-vous réguliers** souvent **plus fréquents** qu'avant la COVID.

Beaucoup de personnes disent avoir créé des **rendez-vous ponctuels** chaque semaine avec leur cercle de proches et d'amis (5 à 7 virtuels), d'appeler ou de rester **en contact quotidiennement** avec certains proches, ou encore d'avoir **repris contact** avec d'anciens collègues. On sent un besoin de réinstaurer une routine sociale (et se rassurer sur la santé de chacun) en cette période d'incertitude.

J'organise plusieurs 5 à 7 ou soupers virtuels avec mes amis dans la semaine et un souper aux deux semaines avec mes enfants. On s'appelle plus avec mes enfants et je parle 2 à 3 fois par semaine avec mon père et ma belle-mère. Je garde aussi davantage le contact par WhatsApp avec ma famille et mes amis.
Femme, 35-54 ans