

Input t.b.v. brainstorm derde flight campagne Alleen Samen

Door: RIVM Corona Gedragsunit - Werkpakket 8: Communicatie

(10)(2e), (10)(2e), (10)(2e), (10)(2e), (10)(2e), (10)(2e), (10)(2e), (10)(2e)

Aanleiding

De volgende fase van de Nederlandse corona-aanpak lijkt gepaard te gaan met een heel voorzichtige ('intelligente') afschaling van gedragsmaatregelen. De scholen gaan bijvoorbeeld op 11 mei weer open en de tandartsen mogen weer aan het werk. Wat betekent deze nieuwe fase voor het volhouden van 'Alleen samen'? Waar krijgen we mee te maken als het gaat om het gedrag van mensen? Wat zijn de dilemma's en de uitdagingen waar we voor staan? Als RIVM Corona Gedragsunit leveren wij in dit document input voor de brainstorm over de derde flight van de campagne Alleen Samen.

Hoe is dit document tot stand gekomen?

De Corona Gedragsunit (werkpakket 8) heeft input ontvangen vanuit de Wetenschappelijke Advies Raad (WAR) op de onderstaande drie vragen:

- 1) Hoe houden we mensen bij afschaling toch gemotiveerd om zich aan de geldende maatregelen te houden?
- 2) Wat zijn de cruciale (gedrags)factoren waar rekening mee gehouden moet worden bij zo'n gecontroleerde, asymmetrische afschaling?
- 3) Welke dilemma's treden mogelijk op?

De via de email ontvangen antwoorden zijn samengevat en gekoppeld aan het gedragsmodel (Kader Preventiegedrag Corona; zie bijlage 1). Terugkerende thema's, input vanuit de literatuur en inzichten uit het veld zijn samengevat en dienen als input tbv de brainstorm voor de 3^e fase van de landelijke campagne "Alleen Samen".

Belangrijkste inzichten.

Wat lijkt nu vooral van belang te zijn voor de komende fase?

Collectief belang, draagvlak en solidariteit zijn cruciaal

Uit de input van de WAR komt naar voren dat het **benadrukken van het collectief** van groot belang wordt geacht. Hoe zorgen we ervoor dat de solidariteit in stand blijft? Een uitdaging hierbij kan zijn om het collectief gedurende deze asymmetrische afschaling te waarborgen omdat bepaalde groepen mogelijk eerder vrijheden krijgen dan anderen. Draagvlak voor de maatregelen kan dan afbrokkelen.

Wat we anderen zien doen, of de mening van – voor ons belangrijke – anderen is een sterke voorspeller van gedrag. Mensen moeten het gevoel hebben dat verreweg de meeste andere mensen voorstander zijn van de maatregelen die nu blijven gelden, en zich daar ook aan houden (*gedragsmodel 1c, 1d, 2a, 2e*).

Zichtbare nadelen en onzichtbare voordelen van gedrag

Een ander mogelijk obstakel kan zijn dat zichtbare nadelen - zonder zichtbare voordelen - moeilijk lang vol te houden zijn. Wat mogelijk kan helpen is "imagery"; hiermee probeer je de onzichtbare voordelen toch zichtbaar te maken. Een mooi voorbeeld is: *'Nederlanders bedankt, door het opvolgen van de maatregelen zijn 23.000 IC-opnames voorkomen'* (*gedragsmodel 2a*). Dit past ook bij **Feedback** geven over het uitgevoerde gedrag, wat motiverend kan werken.

Voorwaarden die volhouden faciliteren

- **Duidelijke communicatie** over de regels (wat kan wel, wat kan niet) lijkt een belangrijke voorwaarde te zijn voor het veranderen van gedrag. Een fase waar beslissingen worden genomen waar niet iedereen het voordeel van zal ervaren vraagt om **transparantie** en een **heldere rationale**.
- Versterken van de **goede gewoontes** (*gedragsmodel 2c*). Beloon (of benoem) wat mensen al - bijna vanzelfsprekend - heel goed doen.

Volgens de Self-Determination theory (SDT) zijn er 3 fundamentele voorwaarden om intrinsiek gemotiveerd te blijven. Het is goed om in de fase die gaat komen hier aandacht aan te besteden.

- Need for **autonomy**: mensen moeten het gevoel hebben dat er nog wel iets zelf te bepalen is. Veel wordt nu voor ze besloten, laat expliciet keuzevrijheid – waar mogelijk - naar voren komen. Geef voeding aan de behoefte van mensen om eigen keuzes te kunnen maken.
- Need for **competence**: mensen moeten het gevoel hebben dat ze er toe in staat zijn dit vol te houden en dat ze met de huidige situatie – ook als het nog wat langer duurt - om kunnen gaan. Help ze bijvoorbeeld hierbij door aansprekende, inspirerende voorbeelden te tonen.
- Need for **relatedness**: mensen moeten het gevoel hebben dat ze niet allen staan in deze crisis. Hier begint mogelijk echt een probleem te ontstaan, zeker voor sommige doelgroepen, zoals ouderen. Ook hier nadenken hoe bijv. relevante rolmodellen goede voorbeelden kunnen laten zien of waar kansen liggen om extra sociale steun te bieden.

Nuttige technieken om mensen gemotiveerd te houden

- Alleen op de **ratio** spelen is een goede start die past bij het karakter van een persconferentie. In een goede follow-up kunnen daarnaast andere drivers van menselijk gedrag worden geraakt. Hierbij lijken ook de **emoties** van belang, koppel het gewenste gedrag aan belangrijke normen en waarden, bijvoorbeeld door persoonlijke verhalen of testimonials van bekende en onbekende Nederlanders (*gedragsmodel 2a*).
- **Collectief**: Inzetten op het bewustzijn van het belang van gedragsverandering voor anderen
 - Geloof dat jouw gedrag bijdraagt aan het collectief (*gedragsmodel: 1b*)
 - Inzetten op omgeving/sociale invloeden (*gedragsmodel 2e*)
- **Individueel**: Perceptie van maatregelen voor jezelf. Ook op persoonlijke voordelen gaan zitten (*gedragsmodel 2a*)
- Tijdsplan **perspectief**
 - Het ontbreken van een perspectief kan een obstakel zijn: wat is het tijdsplan, volgende stappen => geeft zicht op licht aan het einde van de tunnel.
- **Waardering** benoemen voor bijv. organisaties die zich hebben klaargestoomd voor anderhalvemetersamenleving (*gedragsmodel 2a*)

Mogelijke knelpunten of issues als gevolg van niet zorgvuldig asymmetrisch afschalen van de maatregelen.

Naast de input van de WAR laat een recent gepubliceerd artikel (Phalet & Mesquita, 2020) enkele mogelijke risico's zien die het collectief in gevaar kunnen brengen:

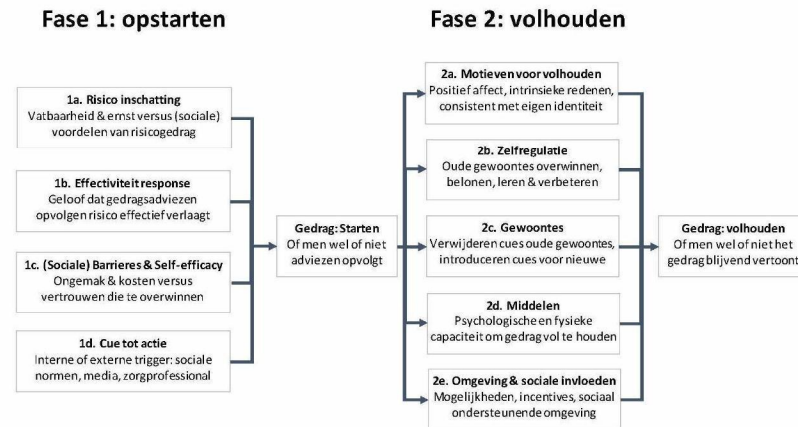
1. **Handhaving met harde hand.** Als de nadruk sterk komt te liggen op het handhaven van orde en het bestraffen van overtredingen, kan dit in de hand werken dat bepaalde groepen publiek worden aangewezen als oorzaak van de pandemie. Deze groepen kunnen dan de schuld krijgen van de gezondheids crisis vanwege hun gedrag (bijv. jongeren die lock-down feestjes organiseerden) of hun conditie (bijv. ouderen, mensen die obees zijn). Dit kan een bedreiging zijn voor de solidariteit en het collectieve gevoel.
2. **Wantrouwen.** Autoriteiten die burgers niet vertrouwen om de juiste beslissingen te nemen, hen onvoldoende informeren, of door repressie een collectieve aanpak forceren, riskeren verlies van het engagement en de commitment van de bevolking. Alleen in wederzijds vertrouwen en gezamenlijkheid kan duurzame sociale verbinding worden gecreëerd en in stand gehouden.
3. **Groepen die zich benadeeld voelen.** Er is een gevaar dat individuen of groepen zich op termijn distantiëren van een gezamenlijke aanpak. Met namen als zij nadeel menen te ondervinden van die aanpak (bijv. beroepsgroepen die financieel schade lijden) of onvoldoende te winnen hebben bij diezelfde aanpak (risico-beroepen, bepaalde leeftijdsgroepen, culturele minderheden...). In die gevallen kan de perceptie ontstaan dat het individuele of specifieke groepsbelang niet langer spoort met het algemene belang zoals dit wordt voorgesteld.
4. **Groepen die zich tijdens het afschalen onrechtvaardig behandeld voelen.** Bij een graduele, asymmetrische normalisering kunnen bepaalde groepen in de samenleving zich op basis van leeftijd of beroep, of anderszins, achtergesteld voelen (bijv. de lokale verfwinkels bij het heropenen van de grote doe-het-zelf handelszaken). Ook dit kan tot een breuk in de sociale verbinding leiden.
5. **Incompetentie of gebrek aan integriteit van beleidsmakers.** Beleidsmakers (op lokaal, regionaal en federaal niveau) belichamen de sociale verbinding. Als bestuurders er niet in slagen doeltreffend beleid te voeren (en dus niet competent overkomen) of als zij het algemeen belang uit het oog zouden verliezen (en voorrang lijken te geven aan eigen belang of aan specifieke belangen van hun kiezers) zal dat afbreuk doen aan de sociale samenhang die zo nodig is voor een gezamenlijke aanpak.

Literatuur:

- Phalet, K., Mesquita, B. (2020). Hoe verder na de lockdown? Aanbevelingen vanuit de sociale psychologie. In press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.

Bijlage 1

Kader Preventiegedrag Corona (Health Belief Model en theorieën gedragsbehoud)



Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (Eds.). (2015). *Health behavior: Theory, research, and practice*. John Wiley & Sons.

Kwasnicka, D., Dombrowski, S. U., White, M., & Sniehotta, F. (2016). Theoretical explanations for maintenance of behaviour change: a systematic review of behaviour theories. *Health Psychology Review*, 10(3), 277-296. <https://doi.org/10.1080/17437199.2016.1151372>