

Deelcampagne Alleen Samen: Testen op coronabesmetting

Door: RIVM Corona Gedragsunit - Werkpakket 8: Communicatie

5.1.2e

5.1.2e

5.1.2e

5.1.2e

Kenmerk 08.09 | 18-05-2020

Tops

- Mooi opgezette campagne, waar veel aandacht is voor gedragsinzichten die nodig zijn voor de omschakeling naar de nieuwe norm 'je laten testen als je klachten hebt'.

Tips

- Collectiviteit benadrukken blijft belangrijk; alleen als we dit *samen* doen houden we corona onder controle en kunnen we de teugels weer laten vieren.
- Erkenning van emoties en tonen empathie blijft belangrijk:
 - Voor barrières en moeilijkheden in deze periode
 - Voor de afname van de test (het is geen fijne test)
 - Voor mensen die het al hebben gehad en zich graag hadden willen laten testen
- Wellicht in communicatie inspelen op mogelijke weerstand bij het omschakelen naar de nieuwe norm 'je laten testen als je klachten hebt'. Inspelen door bijvoorbeeld begrip te tonen voor de volgende gevallen:
 - Waarom nu ineens wel laten testen, terwijl toen ik het wilde omdat ik klachten had, het niet mogelijk was omdat ik niet in de zorg werkte?
 - Het gevoel van mosterd na de maaltijd, aangezien men nu wellicht de noodzaak niet meer voelt voor acute gedragsverandering omdat we de IC opnames nu weer redelijk onder controle hebben

Koppeling met Kader preventiegedrag en welzijn

Gewenst gedrag: *als ik klachten heb, dan laat ik me testen*

Hiervoor is allereerst **herkenning** nodig: wanneer voldoe je aan de voorwaarden om te testen? Wat zijn de klachten?

- Zelftriage op website
- Infographic
- Voorbeelden etc

Het is noodzakelijk dat mensen allereerst realiseren wanneer zij actie moeten ondernemen (1^e kuchje, of bij aanhoudende hoest?). Wat is hun cue waaraan zij dit gedrag moeten koppelen?

- *Optimisme bias is hier relevant (ik zal wel geen klachten hebben, het zal wel meevallen)*

Actie: Dan laat ik me testen

1a Risico inschatting

- Iedereen kan het virus krijgen
- Voor kwetsbaren in de samenleving is dit virus gevaarlijk
- Wat is het risico dat ik het virus heb, en anderen hiermee besmet
- Het is maar een klein kuchje (*Optimisme bias*)

- Volgens mij heb ik al corona gehad, dan ben ik nu immuun

1b Effectiviteit response

- Ik kan bijdragen aan het verkleinen van de verspreiding van het virus door mij te laten testen (*participatieve effectiviteit*)
- Als we dit allemaal doen, dan helpt testen in de bestrijding van het virus (*collectieve effectiviteit*)
- Testen is de belangrijkste manier om de uitbraak van het coronavirus onder controle te houden in het land
- Als ik positief word getest dan gebeurt er ook echt wat (geloof in de effecten van de test, betrouwbaar resultaat, adequate actie van de GGD)
- Als ik positief test, dan bescherm ik mijn (kwetsbare) vrienden/familie door hen hierover te vertellen

1c (Sociale) barrières en Self-efficacy

- Hoe meld ik me aan? (*handelingsperspectief*)
 - Infographic hoe het testen werkt
 - Duidelijke instructies hoe procedure in werking gaat
 - Kost dit geld? (eigen bijdrage?)
- Als ik me niet test, dan hoef ik ook niet 2 weken in isolatie (kan ik blijven werken, heeft mijn gezin geen hinder, financiële consequenties)
- Kan ik 2 weken in isolatie als ik positief test?
- De test is heel oncomfortabel, en ik voel me al niet lekker
- Belangrijk om een *positief frame* te gebruiken
- Belangrijk om te laten zien dat er anderen zijn zoals zij, en dat deze anderen ook deze moeilijkheden hebben overwonnen (*Modelling*)
- Laten zien dat testen bij klachten de sociale norm is (anderen testen zichzelf ook, dus ik wil dat ook). Het wordt van hen verwacht door de omgeving
- Goede voorbeelden laten zien (*Observerbaar preventiegedrag*)

1d Cue tot actie

- Aangezien nu een acute gedragsverandering nodig is, is ook een laatste cue tot actie gewenst in de communicatie om mensen hiermee over de streep te trekken en zich te laten testen.
- Bijv een krachtige boodschap uit de (social) media die de voordelen van het testen heel tastbaar maakt of een heel sterke norm neerzet.

2a Motivatie (Motieven voor volhouden)

- Anderen beschermen vind ik heel belangrijk, (past bij beeld hoe ik mezelf zie, als een betrouwbaar persoon dat anderen geen schade wil aanrichten) (*gedrag is consistent met eigen identiteit*)
- *Zelfrelevantie: elk individu moet een reden voelen om te testen*
- Perspectief: we krijgen steeds meer vrijheid, testen helpt om dit in stand te houden. "Terug naar een leven zonder corona"
- *Goede voorbeeld doet volgen:* maak gebruik van narratieven en succesverhalen om vol te houden.

- Gebruiken van een *positief frame* is ook belangrijk als motivatie om vol te houden (Als je je laat testen bij klachten kunnen we straks weer de teugels laten vieren)

2b Zelfregulatie

- Zelfregulatie is een belangrijke stap omdat laten testen bij klachten nog geen gewoonte is. Zelfregulatie is dan nodig om oude gewoontes te overwinnen (ik ga me voortaan laten testen bij klachten)
- *Benadruk dat het gedrag werkt*: Ik heb gezien dat het testen helpt om de besmetting te voorkomen, het beleid werkt (*Reinforcement*)

Briefing campagne onderdelen gedrag

Hoofdthema's

- 1) Aanzetten tot actie:
 - Hebt je klachten? Laat je testen op corona.
- 2) Handelingsperspectief bieden:
 - Hoe meld ik mij aan voor een test?
 - En hoe werkt het testen? – Een infographic met de stappen die er zijn.
- 3) Een uitleg/narrative over het nut en noodzaak van het testen waarbij we inspelen op belemmeringen die er mogelijk zijn om een test te laten doen. We zullen stuiten op belemmeringen waarom mensen niet willen testen, waaronder:
 - angst voor de afname van de test (het is geen prettige test),
 - geen zin hebben in quarantaine bij lichte klachten,
 - mensen denken te licht over klachten, doen het af als een kuchje dat snel overgaat en vinden zaken belangrijker.
 - Meer oog hebben voor de eigen corona sores (financiële consequenties corona/kinderen thuis etc.) dat de solidariteit naar anderen.
 - mensen in deze fase vooral geïnteresseerd is of ze corona gehad hebben en nu immuun zijn, dus het voelt als 'Testen hadden we al eerder moeten doen'.

Gedragsinzichten

We willen graag dat iedereen het belang inziet van het massaal laten testen. Testen is *de* belangrijkste manier om de uitbraak van het coronavirus onder controle te houden in het land. Dat is in deze fase, nu de besmettingen in het land stabiel en laag zijn, essentieel. We willen dat iedereen de verantwoordelijkheid voelt van het laten doen van een test bij klachten. De volgende inzichten dragen bij aan de strategie voor de campagne:

- Bepaal de norm: je laten testen als je klachten hebt is de nieuwe norm
- Biedt een duidelijk handelingsperspectief. Geef aan hoe het proces werkt, geef instructies (eigen effectiviteit verhogen).
- Zelfrelevantie is belangrijk: Elk individu moet een reden voelen om te laten testen. Dat kan zijn: ik wil weten of ik ziek ben, maar kan ook zijn ik wil mijn kwetsbare familielid niet besmetten.
- Houd rekening met een *optimism bias*: met lichte klachten kan iemand al snel denken: ik ben gezond en zal wel geen corona hebben. Spreek aan dat iedereen het kan krijgen ook met lichte klachten en dat testen snel gedaan is.

- Benadruk nog steeds dat we dit samen moeten doen.
- Benadruk het goede gedrag (positieve feedback) en gebruik een positief frame. En laat zien dat dat gedrag werkt, daardoor houden we het ook vol.
- Empathie tonen voor de afname van de test. Het is namelijk geen fijne test. Laat dankbaarheid zien en laat zien waarvoor ze het doen.
- Goede voorbeeld doet volgen: maak gebruik van narratieven en succesverhalen om vol te houden.

