


Hoe verleid je mensen zelf aan de slag te gaan met woningverduurzaming?

Sessie Expertiseteam Gebouwde Omgeving

- Niels Götz (gedrag)
- Remmert van Haaften (communicatie en participatie)

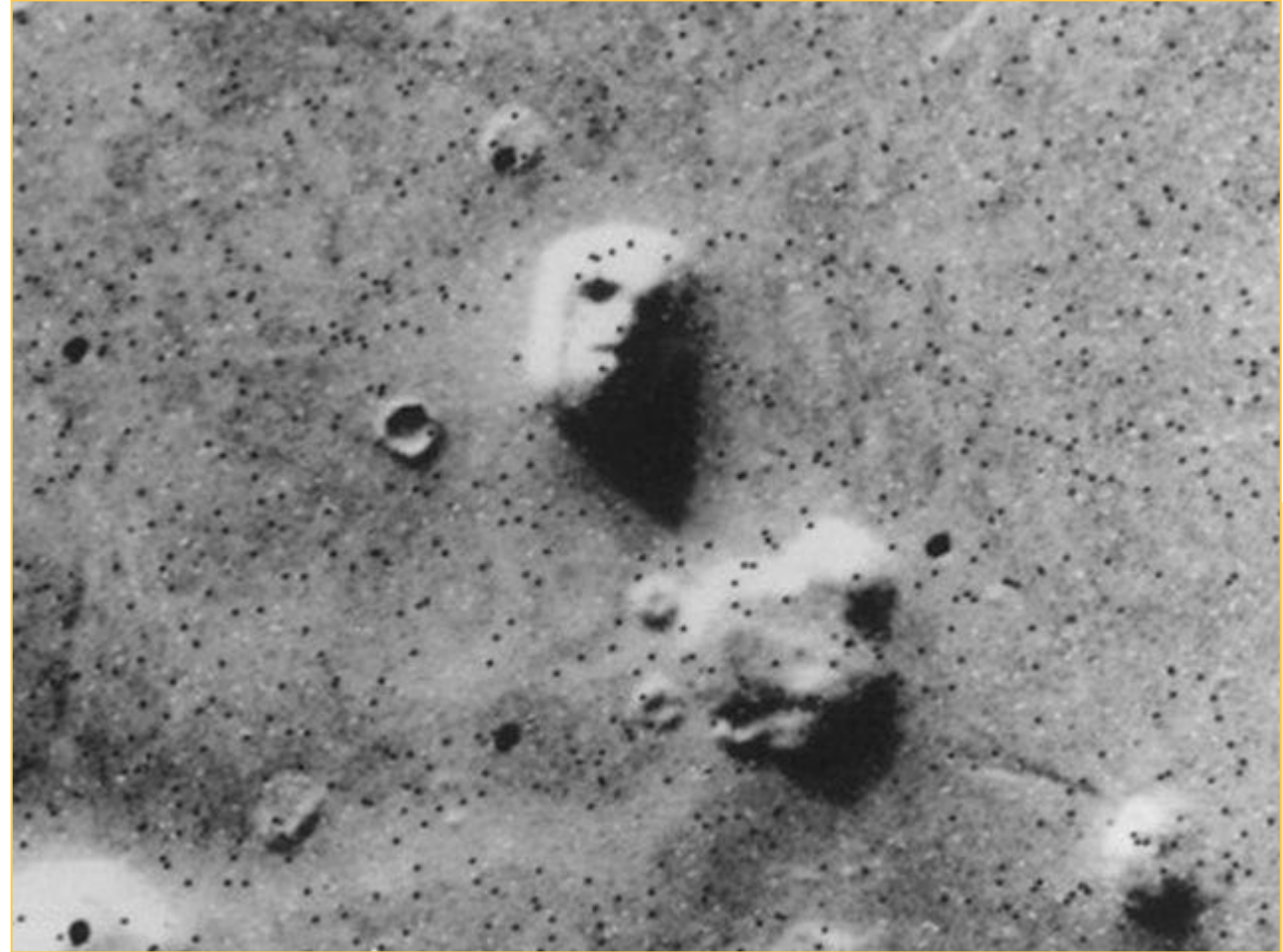


Programma tot 10.45 uur

- Kennismaking: waarom ben je hier vandaag?
 - Minicollege gedragsverandering
 - Aan de slag met persona's
 - Aan de slag met gedragsinterventies
 - Afsluiting: wat ga je morgen anders doen?
- 

Gedrag

- Onze hersenen zoeken automatisch naar patronen
- Zien wetmatigheden en stellen vuistregels op → gewoontevorming
- Prima zolang situatie zelfde blijft, probleem als deze verandert: weer veranderen kost veel moeite



Basisbehoeften

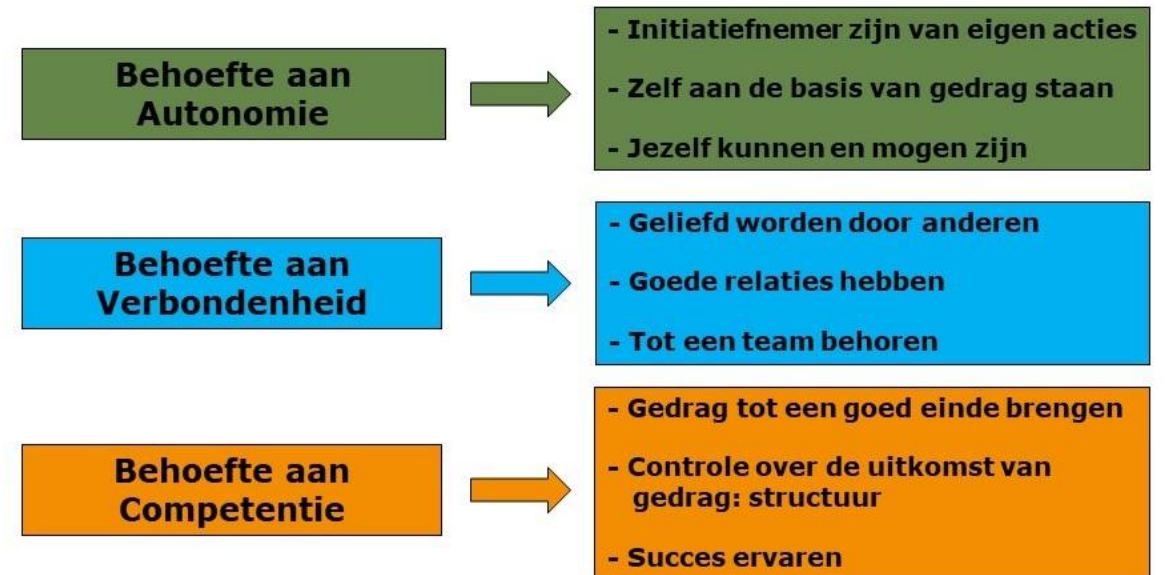
1. Autonomie
2. Verbinding
3. Competentie

Totale 'geluk' = som alledrie

- Als laag op autonomie → verbinding + competent worden – veel – belangrijker

Motivatie & Feedback

Ieder individu heeft 3 psychologische basisbehoeften



Niet 1 brein .. maar 3

- Moderne hersenen: abstract denken, lange termijn, taal, vertrouwen
- Oerbrein: emoties, overleving, hier en nu, visueel, wantrouwen
- 4 V's: voedsel, veiligheid, verbondenheid, voortplanting
- Accu vol = *vrije wil*, accu leeg = *geen vrije wil meer*, overlevingsmechanismen nemen stuur over
- Schaarste: creëert tunnelvisie + daling IQ (15 punten)

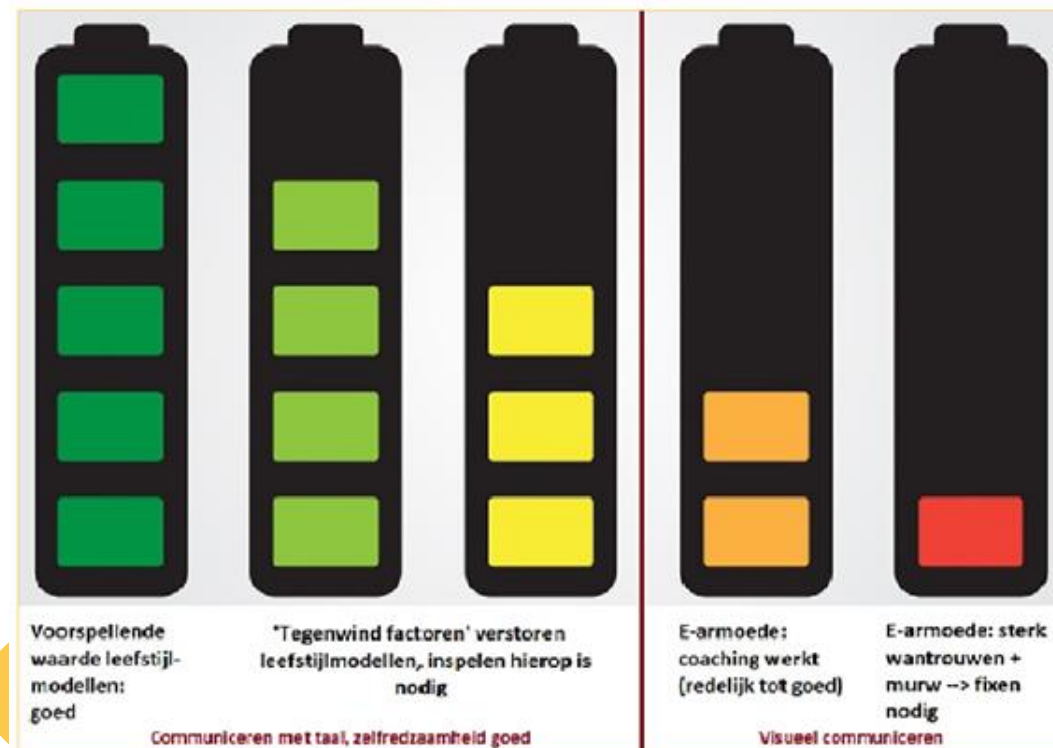
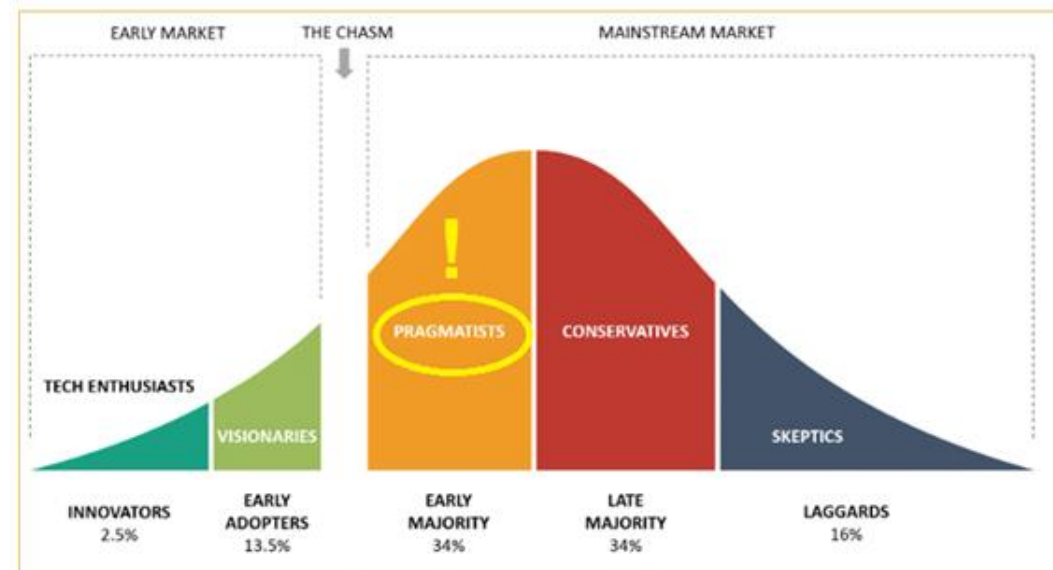


- Chronische stress: ontregelt 'executieve functies'
→ *Stress sensitief en compassievol werken*



Geldt voor individu
Maar óók voor organisaties

Veranderen en de accu



Brede steun voor ambitieus klimaatbeleid als aan vier voorwaarden is voldaan

Resultaten van een raadpleging onder
meer dan 10.000 Nederlanders over het
Nederlandse klimaatbeleid

TU Delft: klimaatraadpleging (juli '21)

Vier voorwaarden zijn erg belangrijk om ervoor te zorgen dat de brede middengroep van ongeveer 75% van de Nederlanders ambitieuzer klimaatbeleid steunt.

- 1) Klimaatmaatregelen die de persoonlijke levenssfeer van burgers direct raken zijn pas acceptabel als andere maatregelen zichtbaar maximaal zijn toegepast en de overheid een streng beleid voert tegen grote vervuilende sectoren
- 2) Bescherm lage inkomens en voorkom dat de kloof tussen arm en rijk groter wordt
- 3) De vervuiler moet betalen
- 4) De baten van een maatregel moeten hoger zijn dan de kosten en er mag geen beter alternatief zijn

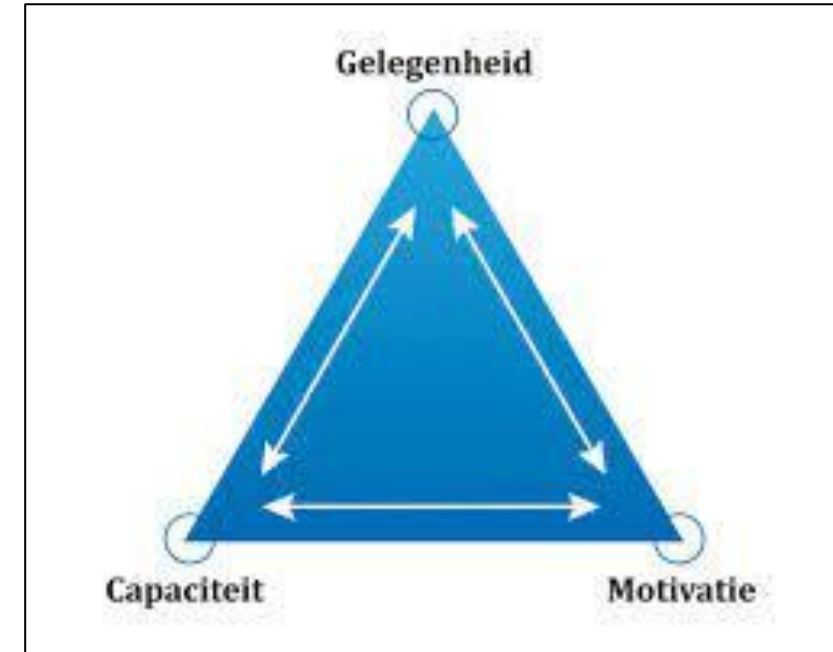


Primaire behoefte	Stofje	Categorie stofje	Te stimuleren door:
Plezier	Dopamine (gelukshormoon) → (kortstondig) geluk → 'nog een keer!' (verslavend)	Ego	<ul style="list-style-type: none">- Taak afronden- Complimentje krijgen
Veiligheid	Endorfine → tempert pijn + vermindert angst	Ego	<ul style="list-style-type: none">- Veel lachen- Fysieke inspanning (langdurig)- Verliefdheid
Ergens bij horen	Oxytocine (knuffel hormoon) → gevoel van verbinding	Sociaal	<ul style="list-style-type: none">- Fysiek contact- Aandacht krijgen- Woorden als 'samen', 'we'
Waardering	Serotonine → langdurig geluk , sterke boost verander mindset	Sociaal	<ul style="list-style-type: none">- Gezond eten, bewegen, weinig stress- Gewaardeerd worden- Voor anderen bezig/ van nut zijn

Enkele gedragskundige beginselen

I Gedragsmodel: triade-model Poiesz

1. Willen / motivatie
2. Kunnen/ capaciteit
3. Doen/ gelegenheid



II Gedrag (Dijksterhuis): 4 knoppen

1. Motivatie
2. Herkenning
3. Gemak
4. **Weerstand**



Enkele gedragskundige beginselen

- III Conclusie: de mens is =
 - een vat vol *neigingen* ..
 - Zowel positief (*gas geven*) als negatief (*remmen*)

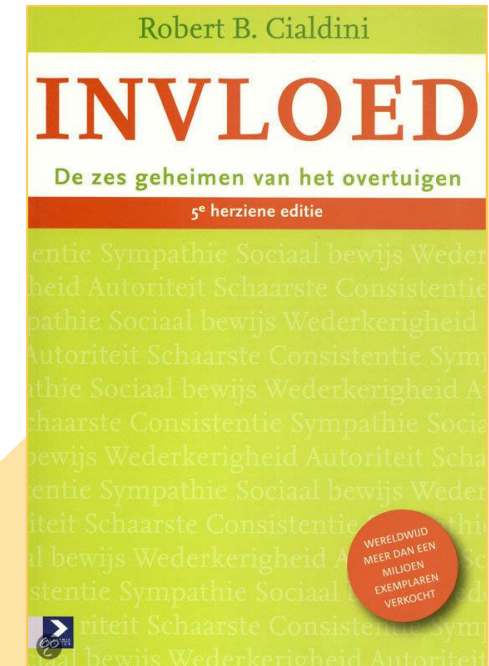


Verleidingskunde

Hersenen zoeken automatisch/ onbewust *wetmatigheden*
.. en ontwikkelen op basis daarvan *vuistregels*

6 7 onzichtbare drijfveren / reflexen (her)ontdekt:

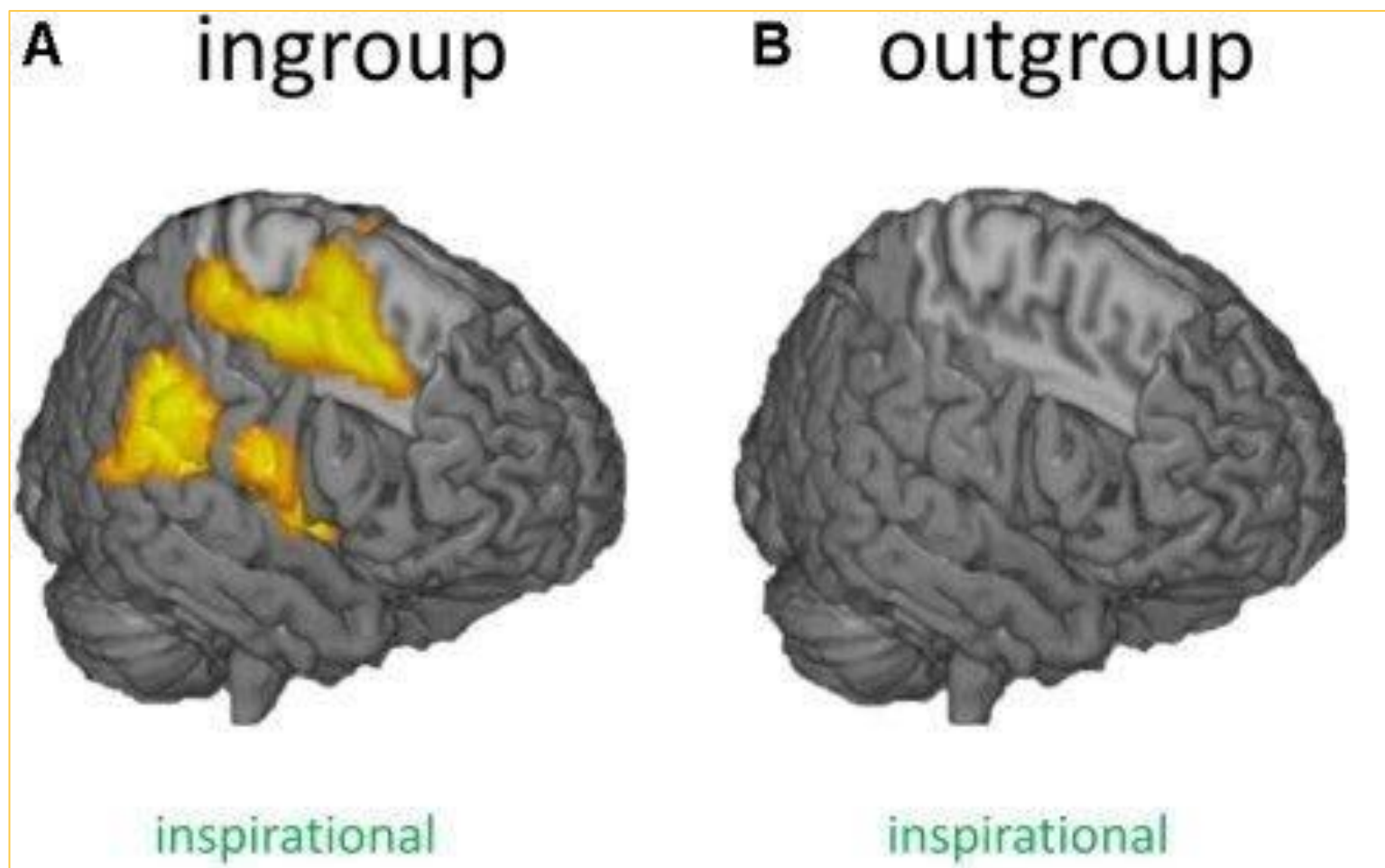
1. Schaarste
2. Wederkerigheid
3. Sociaal bewijs
4. Autoriteit
5. Sympathie/ ons soort mensen
6. Commitment en consistentie
7. **Eenheid (familiegevoel)**



Juiste afzender.



SERVICEPUNT
DUURZAME ENERGIE



(re)-ramen: sluit aan bij bewoners

- Vloerisolatie = warme voeten
- HR++ glas/kierdichting = geen tocht
- Elektrisch koken + open verbrandingstoestellen = gezondheid
- Nieuwe CV-ketel = meer opbergruimte/ minder geluid
- Vraaggestuurde ventilatie = altijd voldoende ventilatie + gezondheid
- Monitoring (op afstand) = veilig gevoel / check energierekening

Moeilijker bereikbare doelgroepen

Oorzaken 'sluiten gordijnen'

- Religie/ culturele identiteit (proberen aan vast te houden)
- Accu – incidenteel
 - Korter durende ziekte
 - Relatieproblemen/ (naweeën van) scheiding
 - (buren) ruzie/ (arbeids)conflict
 - ...
- Accu- structureel
 - Fysieke ziekte
 - Geestelijke ziekte
 - Intergenerationele armoede
 - ...
- Laaggeletterdheid
- Taal
- Slechte eerdere ervaringen (met deze overheid, of overheid elders/ dictatuur)
- Niet van hier
- ...



Moeilijker bereikbare doelgroepen

Hoe tóch bereiken?

- Aandacht (echte)
- Framing: over onderwerp hebben dat bij hén top of mind
- Effect afzender uit eigen doelgroep/ geleend vertrouwen
- Humor
- Herkenning
- Afstemmen propositie op wat men wil/ aan kan
(middenmoters: niet teveel vernieuwing; meebewegen met
'natuurlijke vraagvolgorde/ a la Maslow)
- Vriendschap opbouwen :hen leuk vinden - vertrouwdheid –
helpen/ vriendendienst (→ wederkerigheid)
- ...?



Moeilijker bereikbare doelgroepen

Concrete voorbeelden doordringingskracht

- Via 'significant others'
 - BAM: Gezin: schone bouwplaats
 - Thuiszorg Hengelo: client thuiszorgmedewerksters
- Geleend vertrouwen
 - Fixbrigade
- Vriendendienst
 - Trefpunt Velp Zuid
- Uit eigen groep
 - Slimme buurt/ Buurkracht
- Sociaal bewijs
 - Vragenlijst Slimme Buurt
- Onderwerp dat wél speelt
 - Veiligheid Blaak
 - Aanleidingen woning veranderen – Deventer Stroomt

Wat vond je ervan?

