

# Nudging: een opinieverkenning onder gezondheidsprofessionals

Emely de Vet,<sup>1</sup> Floor Kroese,<sup>2</sup> Thomas Schillemans,<sup>2</sup> Denise de Ridder<sup>2</sup>

*Het zingt steeds meer rond onder beleidsmakers en gezondheidsprofessionals: Nudging, een strategie voor gedragsbeïnvloeding waarbij gebruik wordt gemaakt van de impulsieve, automatische processen die mensen gebruiken om keuzes te maken. Een 'nudge' kan mensen een duwtje geven in de richting van verstandige, gezonde keuzes. Hoewel deze aanpak veelbelovend lijkt, stuit nudging ook op weerstand. In dit stuk bespreken we een inventarisatie van de meningen van gezondheidsprofessionals over nudging: hoe effectief, legitiem en haalbaar vinden zij nudges voor het bevorderen van gezond gedrag? Als in algemene termen over nudging wordt gesproken is men overwegend positief; specifieke voorbeelden van nudges blijken echter meer discussie op te leveren.*

## NUDGING: MAG HET? EN WIE BESLUIT DAAROVER?

Nudging is een hot topic onder beleidsmakers, gezondheidsprofessionals en anderen die zich bezig houden met gedragsbeïnvloeding. Het lijkt veelbelovend: gebruik maken van gedragswetenschappelijke kennis om mensen net dat duwtje in de rug te geven zodat ze – zonder er al te veel over na te denken – de verstandige keuze maken. Nudging gaat uit van de wetenschap dat mensen vaak onbewust, snel en intuïtief beslissen. Vaak wordt deze snelle beslismodus als een barrière gezien voor het maken van de gezonde en verstandige keuze. Met nudges worden deze impulsieve, automatische processen juist benut of gecorrigeerd ten bate van gezond gedrag. De verwachting is dan ook dat nudges potentieel effectiever zijn dan andere, meer sturende vormen van ge-

dragsbeïnvloeding. Toch stuit nudging ook op weerstand. Nudging wordt soms bekritiseerd omdat het manipulatief zou zijn: mensen worden beïnvloed zonder dat ze het door hebben. Hoewel nudges keuze beschikbaar blijft, wordt voorstanders van nudging soms verweten de autonomie van mensen te beperken. Tegelijkertijd willen veel mensen wel gezond leven, en kunnen nudges juist als ondersteunend worden ervaren. Anderen suggereren weer dat nudging wellicht niet sturend genoeg zou zijn, bijvoorbeeld in situaties waarbij de negatieve consequenties van de individuele keuzes grotendeels bij anderen terecht komen (denk aan vaccinaties, of veilig gedrag in het verkeer). In dergelijke situaties zou de overheid wellicht een andere rol moeten spelen. Maar bij wie ligt eigenlijk de verantwoordelijkheid als het gaat om nudging? Wie is de nudger? Wellicht is er een belangrijke rol voor beleidsmakers bij de lokale en nationale overheid als het gaat om gedragsbeïnvloeding, maar de overheid heeft lang niet altijd invloed op die specifieke contexten waarin mensen hun keuzes maken. Ook gezondheidsprofessionals zouden hier een rol kunnen spelen.

## IS NUDGEN VAN GEZOND GEDRAG WEL ZO EFFECTIEF?

Ondanks dat nudging prominent vooraan geplaatst wordt als het gaat om veelbelovende instrumenten voor gedragsbeïnvloeding, staat het empirisch onderzoek naar nudging nog in de kinderschoenen. We weten nauwelijks of het nudgen van gezond gedrag wel zo effectief is en onder welke omstandigheden nudging wel of niet effectief is. Is nudging wel ethisch aanvaardbaar? Welke nudges worden bij welke doelgroep acceptabel geacht? En hoe is nudging van gezond gedrag be-

Forum biedt  
onder meer plaats  
aan ingezonden  
commentaren  
en reacties,  
korte praktijkbijdragen,  
congresverslagen  
en boekbesprekingen.  
Aanwijzingen inzake  
lengte, opmaak  
en wijze van inzending  
(per e-mail)  
zijn verkrijgbaar  
bij het redactiesecretariaat.  
De redactie behoudt  
zich het recht voor  
om te redigeren  
en/of te bekorten.

Forum

stuurlijk te organiseren? Zijn daar speciale teams voor nodig, zoals in andere landen? Al deze vragen worden beantwoord in het grootschalige project WINK, wat staat voor Welfare Improvement through Nudging Knowledge. In drie deelprojecten wordt de effectiviteit, legitimiteit en haalbaarheid van nudging in publieke gezondheidszorg in kaart gebracht. Dit vierjarige project wordt gefinancierd door NWO en loopt van 2014 tot 2018. Het project wordt uitgevoerd door een consortium van twee universiteiten (Universiteit Utrecht en Wageningen Universiteit) en een vijftal maatschappelijke partners (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu, Wetenschappelijke Raad voor het Regeringsbeleid, Gemeente Utrecht, Nederlandse School voor Openbaar Bestuur en Raad voor Volksgezondheid en Samenleving).

## WORKSHOP OVER NUDGING

Als een kick-off meeting van dit project, werd tijdens de meest recente editie van het Nationaal Congres Volksgezondheid, begin april in Rotterdam, een workshop over nudging georganiseerd. Ruim 40 deelnemers, veelal professionals werkzaam bij GGD-en, werden gevraagd naar hun mening over nudging. Deelnemers werden een aantal vragen voorgelegd over nudging in het algemeen en over

<sup>1</sup> Wageningen Universiteit, Wageningen

<sup>2</sup> Universiteit Utrecht, Utrecht

**Tabel 1.** Meningen van workshop deelnemers over nudging

	Effectief <sup>a</sup>	Ethisch aanvaardbaar	Bestuurlijk haalbaar	Praktisch uitvoerbaar
Nudging algemeen	100%	93,1%	92,9%	92,9%
Aantrekkelijke presentatie gezond voedsel	89,7%	93,3%	93,3%	93,1%
Default griep prik onder werknemers zorg	72,4%	82,1%	96,2%	96,2%
Sociale norm over bewegen op het werk	76,9%	100%	86,2%	89,7%
Pre-commitment en feedback strategie alcohol	34,5%	96,0%	75,0%	75,0%

<sup>a</sup> Deelnemers werden steeds gevraagd uit twee antwoorden te kiezen: effectief/ineffectief; ethisch aanvaardbaar/ethisch onaanvaardbaar; bestuurlijk haalbaar/bestuurlijk onhaalbaar; praktisch uitvoerbaar/praktisch onuitvoerbaar

specifieke nudges. Via smartphone of tablet konden deelnemers individueel hun mening geven over effectiviteit, ethische aanvaardbaarheid, bestuurlijke haalbaarheid en praktische uitvoerbaarheid. De resultaten van de vragenlijst werden meteen berekend en geprojecteerd op het scherm, waarna discussie volgde.

De discussie liet zien dat wanneer we in algemene termen nadenken over nudging, er veelal een positieve houding bestaat bij de deelnemers. Over het algemeen waren de deelnemers van mening dat nudging effectief, aanvaardbaar en praktisch uitvoerbaar is. Het meest kritisch was men over de bestuurlijke haalbaarheid, alhoewel een aanzienlijk deel van de deelnemers deze wel positief beoordeelde.

## WAT IS AANVAARDBAAR, HAALBAAR EN UITVOERBAAR?

Vervolgens hebben we een viertal specifieke nudges voorgelegd:

- Aantrekkelijke presentatie van gezond voedsel in de schoolkantine (bijvoorbeeld fruit geschild en gesneden of fruitsalade; prominente plaatsing van fruit).
- Default griep prik bij werknemers in de gezondheidszorg (werknemers krijgen bijvoorbeeld een brief waarin al een afspraak is gepland wanneer ze de griep prik op hun afdeling kunnen

halen en waarbij ze actie moeten ondernemen om af te melden).

- Sociale norm bewegen op het werk (bijvoorbeeld informatie over collega's die de trap nemen; "Steeds meer van je collega's nemen de trap").
- Feedback of pre-commitment om alcoholgebruik onder jonge mensen te beperken (bijvoorbeeld tekenen van een formulier bij de ingang van een feest of festival; alcohol test als feedback strategie).

Wanneer we deze specifieke nudges voorlegden aan deelnemers, liepen de meningen wat verder uiteen en werd doorgaans iets minder positief geoordeeld dan wanneer naar nudging in het algemeen gevraagd werd. Het aantrekkelijk presenteren van gezond voedsel in de schoolkantine werd overall als meest veelbelovende nudge gezien. De nudge werd als meest effectief beoordeeld, terwijl er weinig twijfels waren bij de aanvaardbaarheid, haalbaarheid en uitvoerbaarheid. Ook het geven van sociale norm informatie om bewegen op het werk te stimuleren werd over het algemeen positief beoordeeld. Het meest kritisch waren deelnemers over het gebruik van pre-commitment en feedback strategieën ter preventie van overmatig alcoholgebruik. Ondanks dat een groot deel van de deelnemers deze nudge als ethisch aanvaardbaar beoordeelde, werd deze nudge iets vaker als ineffectief, bestuurlijk onhaalbaar en praktisch onuitvoerbaar beoordeeld dan de andere nudges. De nudge die het best scoorde op haalbaarheid en uitvoerbaarheid was

het default maken van de griep prik voor werknemers in de zorg, maar deze nudge werd wel als minder ethisch aanvaardbaar beschouwd. Samenvattend is het beeld heel positief. Alle vier de nudges worden kansrijk gevonden in termen van effectiviteit, aanvaardbaarheid, haalbaarheid en uitvoerbaarheid (zie Tabel 1).

Deze resultaten geven slechts een eerste globale impressie van de houding van professionals in de publieke gezondheidszorg ten opzicht van nudging, waarbij het duidelijk werd dat het debat over nudges vooral gevoerd moet worden aan de hand van specifieke nudges die elk verschillende implicaties hebben. We hebben hiervoor nu eerste workshop georganiseerd, maar willen graag verder in gesprek met professionals over kansrijke nudges.

Wilt u mee debatteren over het nut van nudging in de publieke gezondheidszorg? Of wilt u op de hoogte blijven van de resultaten van WINK? Wilt u uw ervaring met nudging delen met collega's? Meld u dan aan bij het Netherlands Nudging Network via LinkedIn.

### CORRESPONDENTIEADRES

**Emely de Vet, Leerstoelgroep Strategische Communicatie, Departement Maatschappijwetenschappen, Wageningen Universiteit, Postbus 8130, 6700 EW Wageningen, tel. 0317-486146; e-mail: emely.devett@wur.nl**