

Gerjo Kok is in binnen- en buitenland een bekend expert op het terrein van gezondheidsvoorlichting en toegepaste psychologie. Hij heeft vele honderden publicaties op zijn naam staan en was een van de grondleggers van *Intervention Mapping*, een in Maastricht en Houston ontwikkelde methode voor het opzetten van interventieprogramma's voor gezondheidsbevordering (waar communicatiematerialen en mediacampagnes vaak een onderdeel van vormen). Het vuistdikke handboek *Planning health promotion programs: An Intervention Mapping approach* beleefde inmiddels zijn vierde druk.¹ Wat vertelt de gedragswetenschap over de communicatiepraktijk? Een gedachtewisseling.

Theorie-arme interventies alleen per toeval effectief

Auteur

Bert Pol
redacteur C, vennoot van
Tabula Rasa, verbonden
aan de afdeling commu-
nicatiewetenschap van
de Universiteit Twente en
de afdeling psychologie
van de Universiteit van
Maastricht

Gerjo Kok sprak op 8 april dit jaar zijn afscheidscollege uit als respectievelijk hoogleraar Gezondheidsvoorlichting en Toegepaste Psychologie aan de Universiteit Maastricht, onder de titel *Social Psychology Applied: Politics, Theories, and the Future*². (Dat wil overigens niet zeggen dat hij de wetenschap vaarwel zegt: zijn wetenschappelijke werk gaat gewoon door). Een centraal thema in zijn afscheidscollege is de essentiële rol van theorieën bij interventie-ontwikkeling. Dit is hoogst interessant voor communicatie-professionals. In de hun praktijk kan gedrags-

verandering zich heugen in groeiende aandacht. Maar als je vanuit gedragswetenschappelijk perspectief naar de communicatiepraktijk kijkt, hoe goed doen we het dan?

Hoe is het naar jouw idee gesteld met de kwaliteit van de interventies die je in de praktijk tegenkomt? Gaat het goed, is er vooruitgang, is er nog veel te verbeteren, gaat het meer fout dan goed en zo ja, op welke punten dan?

Dat wisselt. Sommige zijn heel aardig, andere

duidelijk ondoordacht. De effectiviteit van een interventie wordt bepaald door de kwaliteit van de planmatige ontwikkeling. Bepalend is vaak de structurele basis. Wanneer er een serieuze organisatie achter staat, zijn de interventies meestal goed, zoals SoaAidsNL³ en structurele programma's. Maar het ontbreekt ook grote organisaties vaak nog aan deskundige input, deels omdat ze de middelen niet hebben, deels omdat ze nog niet snappen hoe noodzakelijk die gedragswetenschappelijke deskundigheid is.

De slechtste interventies zijn de gehaaste. Als het eindelijk gelukt is de politiek te overtuigen van een probleem, moet er meteen een campagne komen. Die zijn bijna altijd kansloos in termen van gedragsverandering. Ik snap best dat je soms niet kunt wachten, maar zorg dan ook voor een meerjarenplan. Begin voorzichtig en ontwikkel zo spoedig mogelijk een goede basis voor betere interventies.

In je rede leg je sterk de nadruk op de noodzaak van theoretische fundering van interventies. Waarom volstaat het niet als gedragsinterventies worden toegepast die elders al eens gebruikt zijn en daar effectief waren.

Als interventies effectief zijn, is er dus iets wat werkt. We moeten dan wel weten wat dat iets is. Want een toepassing kan in een andere setting, met andere mensen en bij andere determinanten die het gedrag bepalen, heel goed niet meer effectief zijn. Als een interventie effectief is, komt dat door een goede, theoretische, planning. Theorie-arme interventies zijn alleen per toeval effectief. Daarom moeten we weten welke theoretische processen verantwoordelijk zijn voor het positieve effect.

Je zegt: we moeten weten welke theoretische processen verantwoordelijk zijn voor het positieve effect. Daarmee verwijst je, neem ik aan, naar het gegeven dat een valide theorie (over een of meer determinanten van het gedrag in kwestie) voldoet aan de eis van generaliseerbaarheid in verschillende contexten? Daarvoor is

nodig dat een (gedragswetenschappelijke) theorie voldoende en op een correcte manier empirisch is getoetst. Dat stelt hoge eisen aan degenen die een interventie in de praktijk toepassen (ook aan professionals in communicatieafdelingen). Ze moeten zeer gedegen kennis hebben van de bestaande gedragswetenschappelijke theorieën (inclusief de beperkingen ervan), maar ook van de gedragswetenschappelijke methodologie. Als je die niet hebt, is er een behoorlijke kans dat je niet de best passende theorie vindt (of erger nog: helemaal geen theorie gebruikt omdat je ze niet kent). Maar ook dat je ondeugdelijke theorieën gebruikt en je interventie op drijfzand gebouwd is.

Klopt. Een theorie is een abstractie van de werkelijkheid, dus verklaart niet alles. Maar hij moet gesteund zijn met evidentie en bovendien nieuwe voorspellingen kunnen doen die toetsbaar zijn. Theorieën geven aan wat we op dit moment denken te weten over gedrag en gedragsverandering. De vaardigheid van de gedragswetenschapper is om bij een real life probleem te herkennen waar welke theorieën kunnen worden toegepast. Dus, inderdaad, je hebt goed getrainde gedragswetenschappers nodig als je een interventie wilt ontwikkelen die enige kans maakt op succes. Je hebt ook anderen nodig, met verstand van de doelgroep, van het probleem, van de omgevingsfactoren, van communicatie en vormgeving, maar de inbreng van goed opgeleide gedragswetenschappers is essentieel. Daar zijn er overigens genoeg van, al worden ze niet altijd ingeschakeld. Terwijl dat bij dit soort activiteiten nodig is.

Als je de situatie in Nederland vergelijkt met die in andere landen, hoe doen we het dan?

We doen het in Nederland best aardig. Niet op alle fronten, maar er is wel een voorkeur om, als dat uitkomt, evidence-based te werken. Het gaat mis als de gedragswetenschappelijke aanpak contra-intuïtief is, zoals bij de afschrikwekkende plaatjes op pakjes sigaretten. Die zijn volstrekt zinloos, en het onttrekt de

Afschrikwekkende plaatjes op pakjes sigaretten zijn volstrekt zinloos: het helpt mensen niet te stoppen

mogelijkheid om de verpakking te benutten op een manier die mensen helpt met stoppen. Maar mensen denken vaak dat die plaatjes het gewenste effect hebben. En het komt ook nog te vaak voor dat inhoudsdeskundigen bepalen hoe interventies eruit zien in plaats van deskundigen op het vlak van gedragsverandering. De structurele aanpak van erkenningstrajecten voor interventies (bijv. Loket Gezond Leven)⁴ is een goed idee. De uitwerking is nog niet optimaal maar daar wordt aan gewerkt.

Hoe kijk jij aan tegen de neiging om boodschappen (over niet commerciële onderwerpen) creatief te verpakken?

Op zich is er niks op tegen vormgevingsinbreng te hebben van mensen die daar goed in zijn, zolang de boodschap er beter door

overkomt. Vormgevers moeten wel begeleid worden want die kennen niet de theoretische randvoorwaarden achter de boodschap. Als SoaAidsNL een vernieuwing maakt van hun Lang Leve de Liefde seksuele voorlichting, ga ik een dag naar Amsterdam om samen met de creatieven alle randvoorwaarden door te nemen. In het verleden ging dat wel eens mis: dan maakte iemand een fotonovella [een brochure waarin de informatie verstrekt wordt in de vorm van foto's] een beetje 'leuker' waardoor het 'model' niet meer beloond werd voor het gewenste gedrag en het effect dus wegviel. Creatieven zijn goed in hun vak, maar niet in de psychologie van gedragsverandering. SIRE is daarvan het duidelijkste voorbeeld: geen benul van averechtse effecten. ●

Literatuur

1. Bartholomew, L. K., Markham, C. M., Ruiters, R. A. C., Fernández, M. E., Kok, G., & Parcel, G. S., 2016. Planning health promotion programs: An Intervention Mapping approach, 4th edition. Hoboken, NJ: Wiley
2. De rede is te downloaden op: <http://interventionmapping.com/wp-content/uploads/2016/04/Kok-2016-valedictory-lecture.pdf>
3. Zie <https://www.soaids.nl/nl>, ook voor voorbeelden van voorlichtingsmaterialen
4. www.loketgezondleven.nl
5. Gerjo Kok. (2016). Social Psychology Applied: Politics, Theories, and the Future. Valedictorian Lecture. Maastricht: Universiteit Maastricht. p. 13-14

Intervention Mapping

Most applied research on behavior change interventions assesses the effects of the whole intervention, without providing specific information on the effectiveness of the various elements of the intervention, or a combination of these elements. We may find an effect of a complex intervention without knowing exactly which components of that intervention were essential for that effect; maybe all of them.”

Theories can be defined as formal and abstract statements about a selected aspect of reality. As a consequence of their very nature, theories are always a reduction of reality. That is not a shortcoming but rather a definition. [...] More precisely, in science, the term theory refers to a well-substantiated explanation of some aspect of the

natural world, based on a body of facts that have been repeatedly confirmed through observation and experimentation. Theories must also meet certain requirements, such as the ability to make falsifiable predictions and the production of strong evidence in favour of the theory from multiple independent sources. [...] Theories reflect what we currently know about our world.

Theories can be generalized over groups and across cultures. The specific content will be different but the theory stays the same. Theories can be falsified, of course, but not because of finding specific details that do not fit into the theory. Theories are generic. Some researchers have claimed that: “A compass will not work on Mars”. That is true, but the electro-magnetic field theory will. [...]

Science is built on theory. Theories are developed through research but in order to be able to generalize research outcomes over various situations, we need a theoretical explanation of the relevant processes. This is one of the premises of Intervention Mapping, the protocol for the planning of theory- and evidence-based behaviour change interventions.⁵