



Het 7E-model van gedragsverandering

Ga na waarom iemand weerstand heeft bij een bepaalde boodschap. Bedenk hierbij concrete acties om weerstand te vermijden. De ingevulde acties zijn voorbeelden.

Reacties	Drempels	Sleutels	Gedrags- verandering (E's)	Actie
Onwetendheid <i>"Ik weet van niks"</i>	Mensen zijn onwetend en willen soms ook onwetend blijven. Vanuit vroegere negatieve ervaringen verwachten ze ook geen heil van informatie. Hoe minder ze weten, hoe minder ze zich zorgen hoeven te maken.	Informatie aanbieden op maat van de ontvanger. Zorgen dat de ontvanger niet dichtklapt. Infotainment kan helpen.	Enlighten: vertel waarom	Op zoek gaan naar verschillende kanalen om je boodschap te verspreiden.
Bewustzijn <i>"Ja, en?"</i>	Mensen voelen zich niet betrokken. Ze zijn vooral gericht op hun eigen situatie en bekommeren zich niet om die van anderen.	De ontvanger betrekken bij de problematiek. Hier kunnen een aantal story-tellingtechnieken van pas komen.	Engage: betrek iedereen	Inwoners uitnodigen op een infoavond.
Bezorgdheid <i>"Los maar op"</i>	Waardenhiërarchie: mensen worden geconfronteerd met conflicterende waarden. Onschuld: mensen ervaren situaties wel als problematisch, maar iemand anders moet de oplossing aanreiken.	Waarden: we moeten de waarden die wij aanbieden laten stijgen op de waardenladder. Modelleren en belonen zijn hierbij belangrijk. Solidariteit: onschuld counteren met solidariteit en sociale betrokkenheid (<i>"jij kan ook helpen"</i>)	Exemplify: geef het goede voorbeeld.	
Inzicht <i>"Ik kan niet helpen, vrees ik"</i>	Mensen hebben inzicht in de situatie en zien in dat ze een bijdrage zouden kunnen leveren, maar moeten hun gewoontes veranderen. En dat is moeilijk.	Het voorgestelde gedrag moet laagdrempelig en concreet haalbaar zijn. Aanlokkelijke voorbeelden kunnen helpen.	Enable: maak het mogelijk, onderzoek welke randvoorwaarden er nodig zijn.	
Intentie <i>"Ik wil wel helpen, maar..."</i>	Mensen willen wel, maar hebben geen tijd, geld, ruimte,... Het nieuwe gedrag houdt een herverdeling van resources in.	Motivatie: we verlagen de druk op de resources door incentives te geven. Toegang: we zorgen ervoor dat het stellen van het gedrag überhaupt mogelijk is	Enthuse: enthousiasmeer met een inspirerend toekomstbeeld.	
Aftastend gedrag <i>"Was het dat?"</i>	Mensen zijn vaak onzeker wanneer ze nieuw gedrag stellen.	Bekrachtigen: directe feedback op het nieuwe gedrag	Encourage: moedig aan en beloon.	

Bron: <https://overheid.vlaanderen.be/treden-drempels-en-sleutels>.



Vlaanderen
is divers

AGENTSCHAP
INTEGRATIE &
INBURGERING