

BEWUSTZIJN VERHOGEN

RAISING CONSCIOUSNESS

WAT?

Mensen via informatie, feedback of confrontatie bewuster maken van de oorzaken en gevolgen van hun gedrag en van (gezondere) alternatieven.

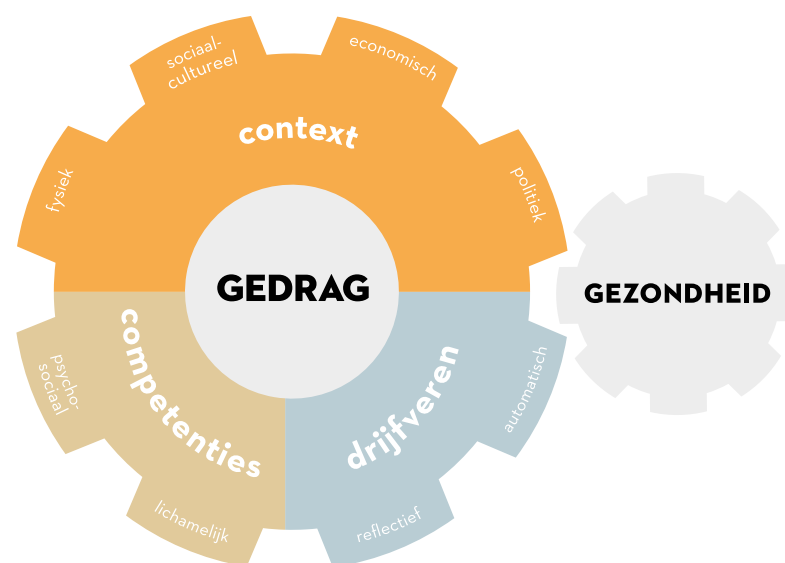
VOORBEELD

Een verpleegkundige in de huisartsenpraktijk gaat tijdens een preventieconsult in gesprek met een patiënt over alcoholgebruik naar aanleiding van nieuwe resultaten in het medisch dossier (ingevulde gezondheidsgids). Een brede communicatiecampagne maakt jonge ouders bewust van de richtlijnen rond vaccinatie bij baby's en jonge kinderen.

SPEELT IN OP DEZE GEDRAGSDETERMINANTEN:

psychosociale **competenties** reflectieve **drijfveren**

Bewustzijn verhogen speelt rechtstreeks in op hoe mensen hun **risico inschatten** op bepaalde (gezondheids)problemen. Het kan er ook toe leiden dat ze hun **uitkomstverwachting** tegenover het huidige en gewenste gedrag in vraag stellen of zelfs bijsturen. In de meeste gevallen gaat het verhogen van bewustzijn ook samen met het verhogen van **kennis** (over het gezondheidsprobleem, risico's en oplossingen) en **kritische vaardigheden**.



WANNEER WERKT HET?

Bewustzijn verhogen werkt vooral goed als mensen zich aangesproken voelen en de tijd krijgen om de boodschap te verwerken. Relevante, begrijpelijke en herkenbare informatie is daarbij essentieel.

Het verhogen van bewustzijn kan soms onbedoeld leiden tot gevoelens van onmacht, onzekerheid, schuld of angst bij de doelgroep. Bewustzijnsverhoging moet daarom altijd snel worden gevolgd door het verhogen van het probleemoplossend vermogen van de doelgroep en het versterken van de eigen-effectiviteit.