

Column: Duwtje in de goede richting

Henk Kievit, Reformatorisch Dagblad (23-11-2018)

Geduld en zelfbeheersing zijn geen gemakkelijk bereikbare deugden. Om er een beetje bedreven in te raken, moeten wij die in het leven oefenen. Salomo schrijft dat iemand die zijn geest weet te beheersen sterker is dan iemand die een stad overwint.

Minder roken, drinken en snacken. Dat wil staatssecretaris Paul Blokhuis met het Nationaal Preventieakkoord, dat hij deze week bekendmaakt, stimuleren. Hoe krijgt Blokhuis het minderen voor elkaar? Een van de mogelijkheden is positieve manipulatie. De wetenschappelijke term is "nudgen", zoiets als "duwtjes in de goede richting geven". Het is een motivatietechniek uit de gedragspsychologie.

Deze 'duwtjes' beïnvloeden het keuzegedrag van mensen in de 'goede' richting. Het klassieke voorbeeld is het plaatsen van een nepvlieg op de urinoirs. Ook de pianotrap op Rotterdam Centraal is zo'n voorbeeld. De traptreden van die trap zijn als pianotoetsen. Zij maken geluid als je erop stapt. Studies laten zien dat bijna 70 procent de pianotrap neemt. Een ander voorbeeld is het op ooghoogte plaatsen van fruit in school- en bedrijfskantines, terwijl je voor een ongezonde snack op de knieën moet.

Hoogleraar Daniel Kahneman schreef over onze menselijke besluitvaardigheid een boek, "Thinking, Fast and Slow", in het Nederlands vertaald als "Ons feilbare denken". Mensen hebben zowel een snel en automatisch denksysteem op basis van intuïtie als een langzaam en reflectief denksysteem waarin we denkgeregels en rede toepassen. Hij concludeert dat het intuïtieve systeem het regelmatig wint van het tweede. En daarmee zijn ons denken en beslissen gemakkelijker te manipuleren. Er bestaat namelijk geen neutrale wijze om keuzemogelijkheden te presenteren. Dat weten ze bij supermarkten al heel lang. Elke keer krijgen zij het weer voor elkaar dat ik met meer boodschappen dan gepland de supermarkt uit kom.

Hoe herken je wanneer gewone beïnvloeding overgaat in bevoogdende manipulatie? Er wordt dan onvoldoende beroep gedaan op je vermogen om bewust na te denken. Je gaat dus te veel op je intuïtie af. En jouw belangen worden niet in het oog

gehouden, maar eigen doelen. Daardoor voel je je achteraf vaak verraden. Verleidingen liggen overal op de loer. Ook digitale verleidingen. Er zuchten nogal wat ouders over de terreur van de smartphone bij hun kroost.

Daarom zijn voorwaarden aan deze 'duwtjes' nodig. Het keuzevermogen moet worden versterkt en niet dat mensen manipulatief een bepaalde keus wordt opgelegd. Dat werkt vaak averechts. Hoe kun je burgers zo ondersteunen, dat zij de gezonde keuze kunnen maken? Óf zij dat doen, is echter aan de burger zelf.

Ook moeten we het effect van onze keuze kunnen doorzien en het vermogen hebben om te kiezen voor een alternatief. Denk hierbij aan een slimme energiemeter die ons vertelt de lichten en verwarming uit te doen als wij van huis gaan of 's avonds naar bed gaan.

Daarnaast zijn wij allemaal, ook politici en beleidsmakers, onderworpen aan allerlei automatische, vooral ook onbewuste denkpatronen, met bijbehorende blinde vlekken en valkuilen. Daarom is deze positieve manipulatie minder geschikt bij omstreden beleidsonderwerpen als orgaandonatie en vaccinaties.

Blokhuis heeft met het Nationaal Preventieakkoord het goede voor de burger op het oog. Het motto hiervoor zou "mens sana in corpore sano", kunnen heten. Dat betekent zoveel als: "een gezonde geest in een gezond lichaam". Het is een vaak aangehaald citaat uit een van de satiren van de Romeinse dichter Juvenalis. Dit citaat is echter afkomstig uit de zin: „Orandum est ut sit mens sana in corpore sano”, wat zoveel betekent als: „Een mens moet bidden voor een gezonde geest in een gezond lichaam.” En daarmee zijn we terug bij Salomo. Wie niet oefent in geduld en zelfbeheersing, zal zijn eigen menselijke keuzegedrag niet onder de knie krijgen.

De auteur is lector dienstbaar organiseren aan de Christelijke Hogeschool Ede en faculteits- en executive-MBA-programmadirecteur op Nyenrode Business Universiteit. Reageren? rubriekforum@refdag.nl