



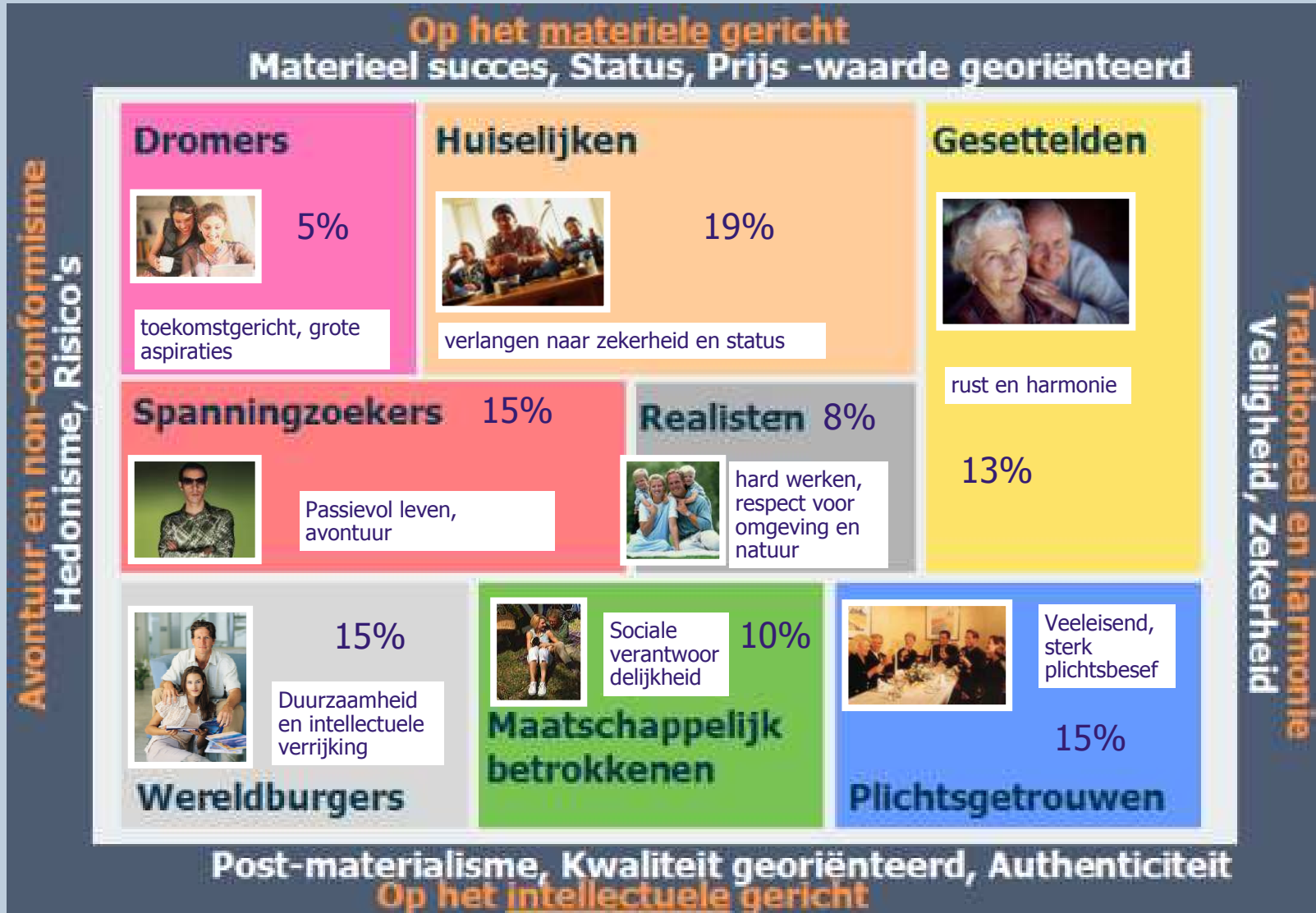
GfK

Sociaal en Cultureel Planbureau

# Hoe 'bereik' je de lage SES? Lessen uit het onderzoek 'Gezondheidsopvattingen'

**Sjoerd Kooiker (SCP)**

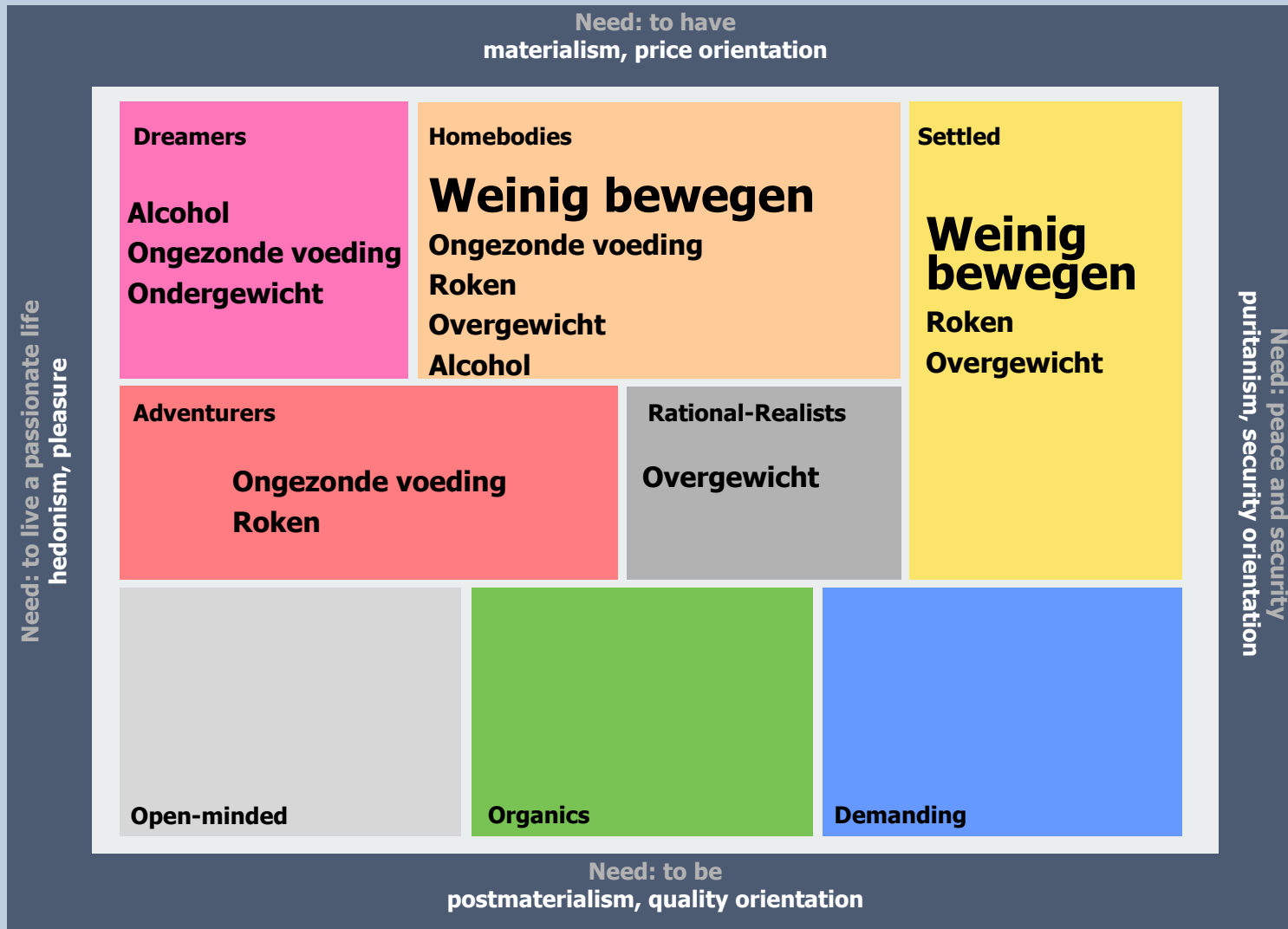
**Lianne van der Wijst (GfK)**



Copyright GfK Panel Services Benelux 2009



# Risicofactoren in de 8 leefstijlgroepen







## “Hoe denken gewone mensen over gezondheid?”

Is nu onbekend



Veel onderzoek richt zich  
nu op interventies:  
Hoe bevorder je  
gezond gedrag?

We staan op 'zenden', niet op  
'ontvangen'

### Gewone mensen vragen:

- Wat is echt belangrijk in het leven?  
(is vaak gezondheid)
- Wat is gezondheid voor jou?
- Wat doe je/ laat je voor je gezondheid?
- Bedreigingen gezonde leefstijl?
- Wat vind je van gezondheidsbevordering?

- Kwalitatief onderzoek
- Groepsgesprekken (12) 2<sup>e</sup> helft 2008
- Groepen met verschillende leefstijl (8 stijlen)
- 6-10 deelnemers 1 ½ uur
- Zelfde leefstijl bij elkaar
- Onderwerp 'gezondheid' niet van te voren bekend
- Topic list met onderwerpen
- Gespreksleidster via GfK



- 7 mannen , 2 vrouwen
- Leeftijd breed: 33-62 jaar
- Veel alleenstaanden (gescheiden, verweduwd)
- Werk. Mannen: vrachtwagenchauffeur, horeca, haven, schoonmaken. Vrouwen: conciërge, winkel ook 'afgekeurd' en vrijwilligerswerk
- Eén deelnemer is geen lage SES maar blijkt student te zijn (boeiend contrast)

Man (56): "Het zonder problemen en zonder pijn doorkomen van de dag. Zonder spanning."

Man (62): "Dat je kunt lopen, dat je je eigen kunt bewegen."

Man (45): "Als je gezond bent, voel je je eigen lekker, heb je meer zelfvertrouwen."

Gespreksleidster: Wat levert gezondheid voor je op?

Man (62): "Een goed leven."

Andere Man (62): "Met meer energie."

Man (33): "Normaal leven."

Vrouw (48): "Je moet met plezier naar je werk kunnen gaan."

Algemeen: Dat je kunt doen wat je wilt doen



## Gezond gedrag? Opvattingen tijdens discussie met mensen met lage SES

GfK

- Gezond leven geldt als 'saai'
- Hekel aan regeltjes en betutteling
- Weinig vertrouwen in info van de overheid (maar die blijft wel selectief hangen)
- Last van 'tegenstrijdige berichten'
- Nostalgische boodschappen zitten er diep in: (snoep verstandig eet een ...)
- Reclame en voorlichting één pot nat
- Leven bij de dag, volgen gevoel
- Lange termijn voordelen motiveren niet

(ook onderzoek GG&GD Utrecht heeft vergelijkbare uitkomsten)

G: Heb je jezelf wel eens een doel gesteld?

R: Ik heb wel eens sport gedaan, een sportschool, maar dat is heel zwaar voor mij.

G: Waarom?

R: Om af te vallen eigenlijk.

G: Oh, je wilde afvallen en daarom ben je naar de sportschool gegaan.

R: Ja, ja. Maar dat hield ik niet vol, dat is heel erg zwaar voor mij. Dus ik wilde voor mijn gezondheid afvallen, maar er zit geen schot in. Ik ben niet sterk genoeg omdat voor mekaar te krijgen.





## Sporten om af te vallen is te zwaar (2) (citaat discussie lage SES)



G: Dat zit dan in de discipline, denk je?

R: Ja, ja ik denk het wel, ik geef gauw op of ik val gauw terug.

G: Kun je uitleggen waarom je terugvalt?

R: Dat is echt het probleem denk ik, ja hoe moet je dat uitleggen? Ik ben het gewend om dat te doen, en dan denk je dat het gewoon is, dat het normaal is, je blijft ermee doorgaan. Veel eten, maar dat is het niet eigenlijk. Dus voor mij is dat heel moeilijk.



## Sporten om af te vallen is te zwaar (3) (citaat discussie lage SES)



R: Ja iedere keer, maar dan lukt het 5 of 6 kilo en dan pak ik alles weer wat voor mijn neus ligt.

G: En hoe weet je zelf... weet je de dingen die je zou moeten doen om je doel te bereiken?

R: Ja, dat weet ik wel.

G: En hoe weet je dat? Wie heeft jou dat verteld?

R: Dat weet je van jezelf wel, dat je meer moet bewegen, meer moet gaan sporten, minder eten.

(gesprek met man, 39 jaar doet vrijwilligers werk)

# 'Ikke baas'

(citaat discussie plichtsgetrouwen)

*“Nou een reclame dus, in dit geval de juffrouw die vertelt dat als ze de stofzuiger openmaakt dat ze dan de peuken vindt dat als, als ze een sjekkie rookt en dat ze zegt als ik dat kan dan kun jij dat ook. Zo heb ik het ook gedaan, ik ben asbakken nagegaan, peuken gepakt en toen ben ik gestopt, Ikke baas”*

*“En mijn zoon zegt pa, da kunde gij nie hè en ik zei dat kan ik wel en ik had geen cursus en ik heb geen pillen en ik heb geen pleisters en ik heb geen, ik weet niet hoe die dingen allemaal heten, ikke baas hè. Dus als ze een beroep doen op mijn karakter, van dat kunt u ook zeker weten dat het helpt, bij een groepje hè, bij mij helpt het in ieder geval wel. Ikke baas hè”*

(man 67 jaar, sinds 7 jaar met de vut)

Voor groepen met hogere SES bijv.  
'wereldburgers' maar ook  
'plichtsgetrouwen' geldt:

Voelen zich meestal gezond, gezond  
leven is mooi, leuk , geeft energie

gezondheid = positief

Stoplicht => groen

*Lekker bezig met je gezondheid*



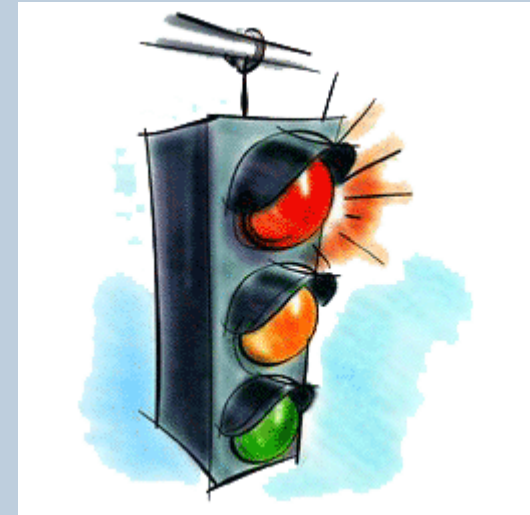
Voor groepen met 'lage SES'  
(‘huiselijken’ en ‘gesettelden’) geldt:

Voelen zich vaak niet gezond,  
gezond leven is vaak  
niet haalbaar = frustratie

Gezondheid = negatief

Stoplicht => rood

*Gezondheid alleen motiveert niet!*





“Het is wel te zien dat deze campagne is bedacht door gezonde mensen”





## Direct aanspreken mag wel (vinden sommigen bij discussie lage SES)



“Die reclames op tv, gaat er bij mij de ene kant in, de andere eruit. Want ik vind dat als iemand mij wil helpen met mijn gezondheid, dan mogen ze bij me aanbellen en zeggen: “Sjaak kunnen we eens een uurtje praten, dan mogen ze me helpen, maar wat via een kabeltje binnenkomt...”

(man 62 jaar)

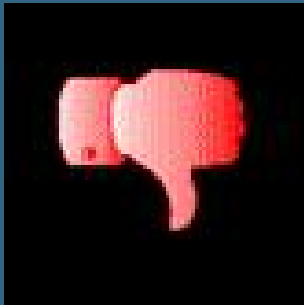


Gespreksleidster: “Als ik het een beetje goed begrijp en samenvat, dan mag de huisarts best wel een signaleringsrol hebben?”

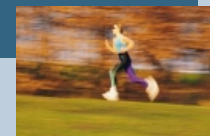
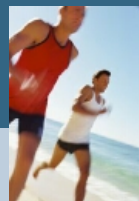
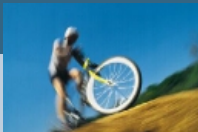
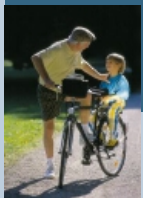
R: “Stel ik kom bij hem met mijn auto (wijst naar de automonteur) om olie te verversen, dan mag hij mij ook wijzen op de banden van ....  
daar heeft ie ook voor gestudeerd.”

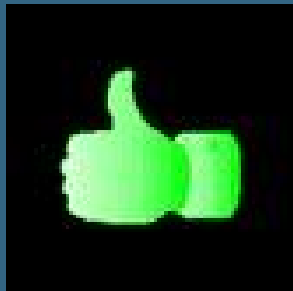
( man, 45 jaar)





- Betutteling, opgeheven vinger;
- Gezondheid als (enige) *haakje* voor sport en bewegen;
- ‘Overheid’ als afzender;
- Mismatch in communicatie.





- Focus op korte termijn doelen en voordelen;
- Gebruik passende 'haakjes', afgestemd op de doelgroep (gezelligheid, goed uitzien, competitie...);
- Focus op hier en nu;
- Persoonlijk contact vanuit de doelgroep.

