



9

tips om mensen in energiearmoede te helpen met verduurzamen



Stichting
Klimaatpsychologie

 Kantelen: wij of het klimaat?

In opdracht van:

 gemeente
Hoeksche Waard

Nationaal Programma

 Regionale
Energie
Strategie

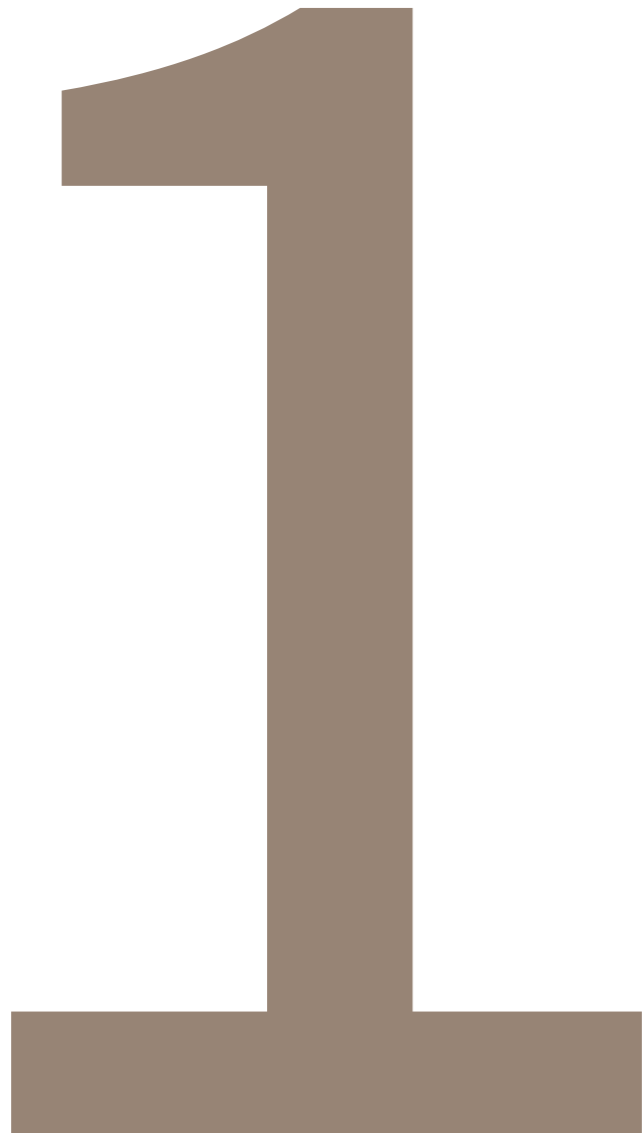
Maak energie- verbruik inzichtelijk

Waarom?

Energiezuinig wonen, wat betekent dat eigenlijk? Niet iedereen weet precies hoe je energiekosten bespaart. Zo zijn er mensen die de verwarming aan hebben, maar tegelijkertijd ramen of deuren open hebben staan. Of die bang zijn om de verwarming aan te zetten, maar wel drie keer per dag douchen om warm te worden. Informatie hierover blijft vaak wat abstract.

Hoe?

Je kan mensen helpen om verbruik en aanpassingen meer tastbaar te maken. Installeer een slimme meter, doe een infraroodscan of warmtefoto of laat met meetapparaatjes het stroomverbruik per apparaat zien. Neem energiebesparende middelen zoals ledlampen of isolatiemateriaal mee of neem mensen mee naar een demonstratiewoning. Maak een persoonlijke berekening wat iemand zelf kan besparen en koppel dit aan een concrete volgende stap. Hierbij is het wel belangrijk dat advies als onafhankelijk wordt gezien.



Kies voor een eenvoudige boodschap

Waarom?

Een eenvoudige boodschap zorgt dat mensen sneller in actie komen, omdat ze precies weten wat de bedoeling is. Het voorkomt dat mensen stress en weerstand ervaren bij de geboden informatie.

Hoe?

Kies voor heldere taal, en betrek iemand die dezelfde taal spreekt als de bewoner als er een taalbarrière is. Maak de boodschap eenvoudig door het op te delen in kleinere brokken. Begin bijvoorbeeld met één energiebesparende actie en kom later terug voor een vervolg. Wanneer er veel mitsen en maren zijn, voorkom dan tegenstrijdigheid. Herhaal de informatie vaker en probeer na te gaan bij de bewoner of hij het verhaal heeft begrepen. Dit kan bijvoorbeeld door het hem of haar zelf te laten uitleggen.



Ontzorg voor meer mentale ruimte

Waarom?

Energiearmoede komt zelden alleen. De kans is groot dat mensen met veel meer zorgen kampen, wat zorgt dat de mentale ruimte om na te denken wordt beperkt. Kun je een zorg van iemands bordje halen, dan komt er ruimte vrij om een plan te maken.

Hoe?

Luister goed naar wat er allemaal speelt in iemands leven en kijk of je plannen daarop aan kan passen. Wanneer je te belerend bent of te hard van stapel loopt, kan dit veel extra stress opleveren. Vraag waar iemand behoefte aan heeft en hoe je kan helpen. Verwijs zo nodig door. Kijk of je via een subsidie een deel van de zorgen weg kan nemen door een ingreep te financieren. Breng je boodschap niet als een extra taak of zorg, maar juist als iets leuks.



Meteen aan de slag

Waarom?

Sommige taken lijken simpel, maar vormen toch een hindernis. Een goed bedoelde energiebox blijft soms weken onuitgepakt op tafel staan.

Hoe?

Geef advies, maar biedt aansluitend meteen praktische hulp aan. Ontzorg door energiebesparende middelen niet alleen weg te geven, maar meteen te installeren. Plak samen radiatorfolie en draai zuinige lampen meteen in. Laat zien dat je in 10 minuten al resultaten kan boeken. Toon begrip voor mensen die moeite hebben met ogenschijnlijk simpele taken. Een nieuwe energieleverancier zoeken of een subsidie aanvragen kan een behoorlijke drempel zijn. Bied aan om dit samen te doen, of maak aanvragen bij de gemeente beter toegankelijk. Denk ook na over mensen die niet uit zichzelf stappen zullen zetten als ze bijvoorbeeld ergens 'meld je aan via...' lezen.



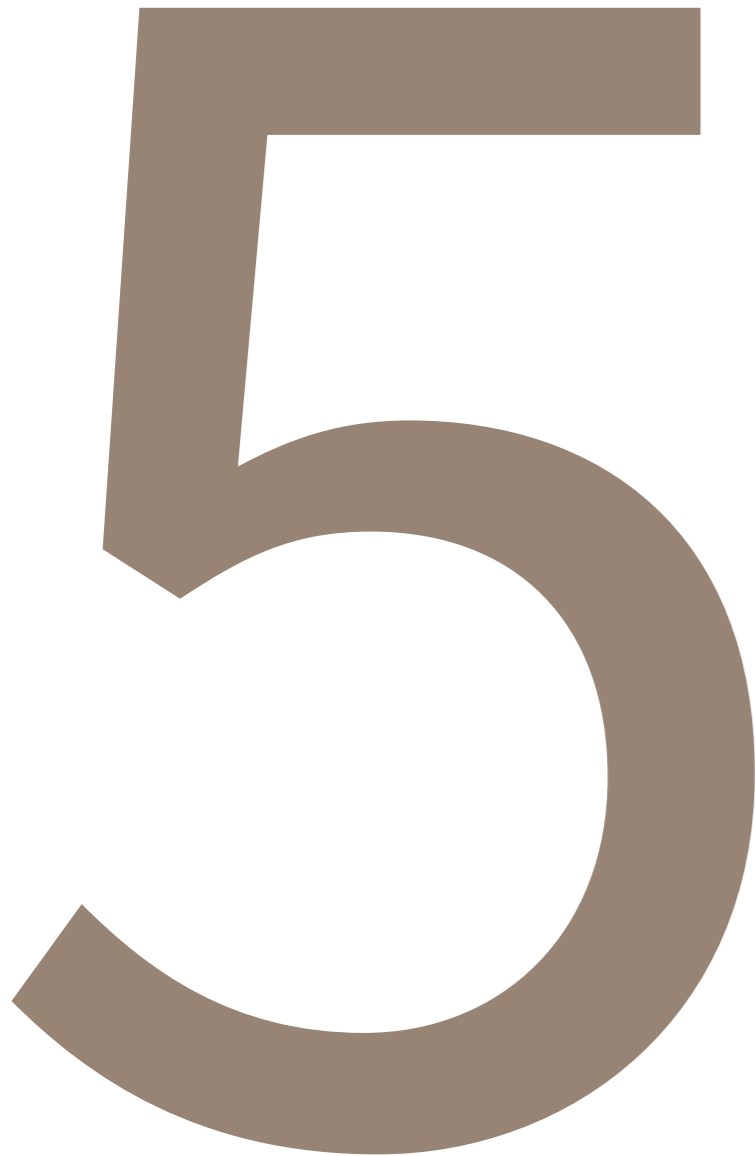
Creëer vertrouwen, ook in henzelf

Waarom?

Bij veel mensen speelt wantrouwen. In de gemeente of de overheid, omdat er ooit al iets misging, of ze niet genoeg werden gezien. Ook het vertrouwen in hun eigen kunnen kan een knauw hebben gekregen.

Hoe?

Bouw vertrouwen op door samen te werken met vertrouwde partners en door te spreken van ‘team wij’; onderzoek samen met de doelgroep wat werkt en niet werkt. Toon oprechte interesse voor de leefwereld van de ander. Beloof geen dingen die je niet kan waarmaken en kom nog een keer terug. Dit zorgt voor continuïteit, maar kan ook een welkome stok achter de deur zijn. Een herkenbaar gezicht die vinger aan de pols houdt, kan vertrouwen geven. Vraag mensen zelf hun doelen op te stellen en laat ze successen ervaren. Veel mensen met energiearmoede zijn behoorlijk vindingrijk en al heel goed in het besparen van energie, erken dat ook.





Sluit aan bij de leefwereld

Waarom?

Niet iedereen is even geïnteresseerd in klimaatproblemen of besparen. Door aan te sluiten bij de leefwereld van iemand, worden maatregelen mogelijk interessanter.

Hoe?

Breng de beloning dichtbij. Als iemand het jammer vindt dat hij niet meer op vakantie of naar een pretpark kan, laat dan zien in hoeveel tijd hij dit geld bij elkaar kan sparen. Kijk ook of er directe beloningen zijn, zoals meteen overstappen. Refereer aan de onmiddellijke gevolgen op de portemonnee en geef haalbare en concrete tips om gedrag te veranderen. Levert iets maar weinig op, noem dit dan ook niet. Dat kan juist demotiverend werken. Ken het vocabulaire waarmee in de sociale context wordt gepraat over energie besparen en geldzaken. Zo kun je een boodschap bedenken die er in de doelgroep toe doet en die kan leiden tot gesprekken. Soms kan het helpen om energieadvies te combineren met ander soort advies. Bijvoorbeeld een taalcoach, iemand van het sociaal domein of uit de buurtkeuken die ook energietips geeft. Zij hebben vaak al een vertrouwensband met mensen in energiearmoede, wat belangrijk is om mensen mee te krijgen in een interventie.

Betrek de omgeving

Waarom?

Soms is het lastig om tegen je kinderen te zeggen dat ze niet meer zo lang mogen douchen. Of om vrienden uit te leggen dat je de verwarming minder hoog zet, wanneer zij vinden dat het wel meevalt met die energiekosten. Samen werken aan doelen maakt het leuker en makkelijker.

Hoe?

Laat zien hoe het hele gezin mee kan profiteren van energiezuiniger leven. Zorg voor een team-gevoel binnen het gezin en maak het gedrag aantrekkelijk voor kinderen. Bijvoorbeeld met een leuke douchewekker of een beloningssysteem. Zorg dat er in de omgeving betrouwbare informatie circuleert. Laat bijvoorbeeld burensamen meedoen met een workshop, of zorg dat ze via-via in contact komen met een fixbrigade of energiecoach. Organiseer een bijeenkomst waar mensen tips uit kunnen wisselen of vertel ervaringsverhalen van anderen die ze kennen. Laat mensen die op hen lijken twijfels wegnemen die de doelgroep zelf ook heeft, door hun eigen leerproces te delen.



Richt de omgeving zo in dat het makkelijk wordt

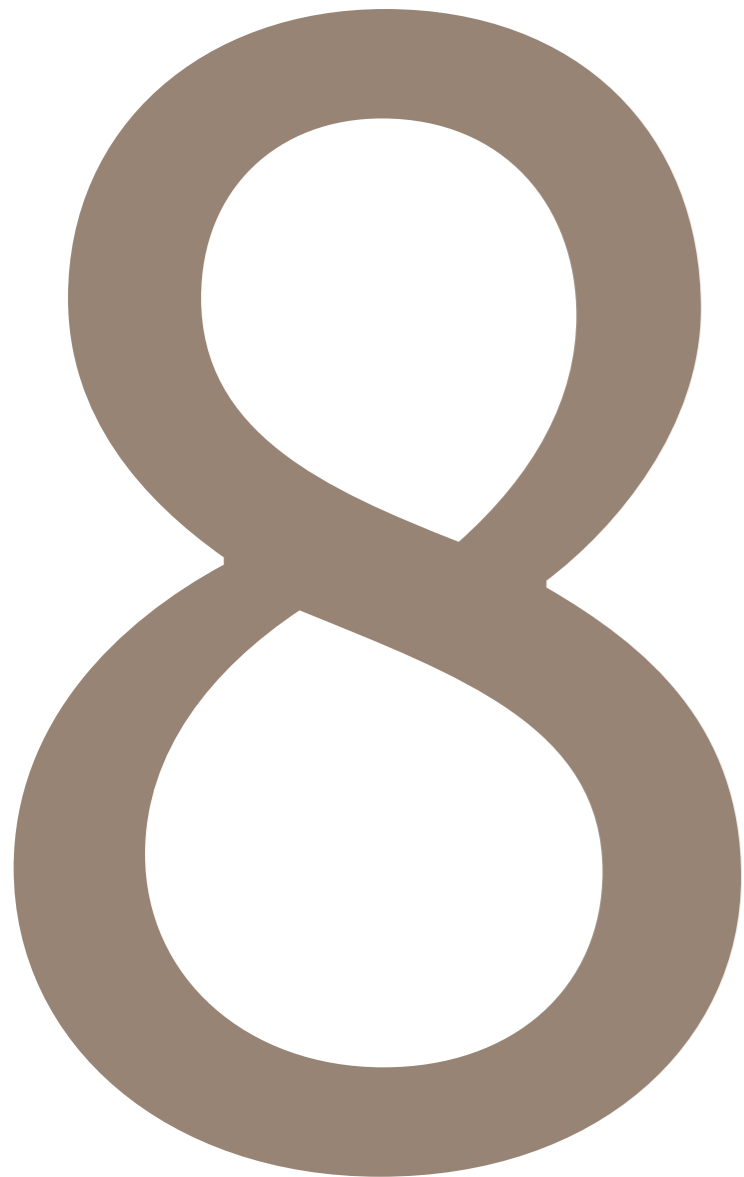
Waarom?

We leven allemaal voor een groot deel op de automatische piloot. Dit geldt helemaal als je weinig mentale ruimte over hebt vanwege allerlei stressfactoren. Creëer daarom een omgeving die helpt om energiezuinig gedrag vol te houden.

Hoe?

Allereerst is het zaak om energie-onzuinige huizen aan te pakken. Zorg dat het heel makkelijk is om aan de bel te trekken bij bijvoorbeeld de woningcorporatie als er onderhoud nodig is. Verzamel alle belangrijke contactinfo en actiestappen voor bewoners op een duidelijke plek. Stel samen reminders in, bijvoorbeeld een signaaltje in de telefoon dat waarschuwt om een uur voor bedtijd de verwarming lager te zetten. Of een briefje op de binnenkant van de voordeur dat eraan herinnert om alle lampen uit te doen.

Hou hierbij rekening met laaggeletterdheid, of het feit dat niet iedereen een computer heeft of handig met de telefoon is. Je kunt hierbij gebruik maken van rijke communicatiemiddelen. Dat zijn middelen die meer complexe informatie kunnen overbrengen, zoals een video-gesprek of face-to-face-gesprek. Onderzoek ook of je gebruik kan maken van slimme defaults, automatische betalingen of apparaten die automatisch uitgaan.



Geef energie

Waarom?

We hebben allemaal moeite met verandering. Het kost energie en dat hebben we vaak niet. Naast het makkelijker maken, kun je ook mensen motiveren om in actie te komen.

Hoe?

Laat mensen eerst een klein stapje zetten, waardoor ze zien wat het oplevert en dat het niet moeilijk is. Pak vervolgens door met een grotere stap. Of laat mensen bij een bijeenkomst een publieke plechtige belofte afleggen of handtekening zetten. Wanneer we ons op die manier vastleggen, hebben we meer motivatie om dit na te komen. We willen ons woord houden. Het kan ook helpen om mensen na te laten denken over de toekomst: bedenk hoe fijn je er straks bij zit en wat je met dat gespaarde geld kan doen.

