



# Healthy'R

---

Centrum voor gedrags-  
onderzoek en ontwikkeling

## Adviesrapport Rookvrije Zone

Auteurs: Astrid Schop-Etman (hoofdonderzoeker)<sup>a,b</sup>, Sara Shagiwal<sup>a,b</sup>, Bianca Stam<sup>b</sup>, Andre Mamade Braga<sup>a,b</sup>, Lieve van den Boogaard<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Erasmus Universiteit Rotterdam

<sup>b</sup> Gemeente Rotterdam

Rotterdam, april 2019

### Samenvatting

Healthy'R is gevraagd een advies uit te brengen over de communicatie rondom een in te voeren rookvrije omgeving van het Museumpark in Rotterdam. De hoofdvraag van de aanvragers is: Hoe kan communicatie rondom de rookvrije zone worden versterkt door kennis uit de gedragswetenschappen? Op basis van wetenschappelijke literatuur is onderzoek gedaan naar de belangrijkste determinanten van roken in de openbare ruimte en welke technieken toegepast kunnen worden om het gewenste gedrag te stimuleren: niet roken in de rookvrije zone. Op basis van de communicatiemiddelen die voor ogen zijn en de opmaak daarvan, worden de volgende aanbevelingen gedaan: informeer over nadelige gevolgen van passief roken, speel in op de sociale norm, geef een positieve boodschap en motiverende signalen af. Deze aanbevelingen kunnen zowel afzonderlijk als in gezamenlijkheid worden geïmplementeerd.

## Introductie

Ook in Nederland is roken de belangrijkste oorzaak van ziekte en overlijden. Jaarlijks overlijden meer dan 20.000 volwassenen aan de gevolgen van roken zoals hart- en vaatziekten, kanker en aandoeningen van de luchtwegen<sup>1</sup>. Ook passief roken (i.e. meeroken) is een gevaar voor de gezondheid. Het aantal jaarlijkse sterfgevallen in Nederland als gevolg van passief roken wordt geschat op 1000 als gevolg van hartaandoeningen en enkele honderden als gevolg van longkanker<sup>1</sup>. Wet- en regelgeving heeft ervoor gezorgd dat roken in openbare gebouwen, zoals ziekenhuizen en universiteiten, drastisch is afgenomen<sup>2</sup>. Dergelijke restricties zijn succesvol gebleken in het reduceren van blootstelling van niet-rokers aan rook<sup>3</sup>.

Een ongewenst neveneffect is een toename in 'rook-hotspots', oftewel plekken in de openbare ruimte waar rokers samenkomen om te roken. Hierdoor worden niet-rokers ook in de openbare ruimte overmatig blootgesteld aan rook. Naast het ontstaan van 'rook-hotspots', zorgt roken rond openbare gebouwen voor een toename in giftig zwerfval, draagt het negatief bij aan de sociale norm en een slecht imago van gebouwen of organisaties voor voorbijgangers en bezoekers<sup>4</sup>. In de afgelopen jaren is een toename te zien in het treffen van maatregelen om roken rondom gebouwen te verminderen. Beleid gericht op rookvrije omgeving is een succesvolle strategie gebleken om niet-rokers te beschermen. Zo is gebleken dat aanduidingen van rookvrije zone (d.m.v. bebording met tekst en illustraties) effectief zijn in het terugdringen van roken in de openbare ruimte<sup>5</sup>. Echter, er is nog onvoldoende onderzocht wat de effecten zijn van dergelijke interventies op het rookgedrag in de buitenruimte<sup>4,5</sup>.

In het maken van beleid over rookvrije zones en de evaluatie van die zones door middel van onderzoek, is het belangrijk rekening te houden met factoren die van invloed zijn op het gewenste gedrag (zgn. determinanten). Zowel individuele determinanten (bv. leeftijd, geslacht) als omgevingsdeterminanten (bv. sociale norm, cultuur, kenmerken gebouwde omgeving), en de interactie tussen beiden spelen een rol. Ofwel, om interventies gericht op het beperken van roken in openbare ruimtes effectief te laten zijn, wordt aangeraden rekening te houden met de context waarin het gewenste gedrag moet plaatsvinden<sup>6</sup>. Naast kennis over gedrag, is het belangrijk te weten waarom men bepaald gedrag vertoont en hoe gewenst gedrag kan worden gestimuleerd. Op basis van wetenschappelijke literatuur is onderzocht wat de belangrijkste factoren zijn die bijdragen aan roken in de openbare ruimte. Daarnaast is onderzocht welke technieken kunnen worden toegepast om niet-roken binnen de rookvrije zone te stimuleren. Hierbij is rekening gehouden met de kaders van de beoogde communicatiemiddelen voor Museumpark Rookvrij: belijning, bebording en banier (afbeelding 1).



Een positieve boodschap vermindert de kans op weerstand  
(Platter & Pokorny 2017)

De kleuren groen en blauw zijn effectief in het verminderen van gespannenheid en verbeteren van stemming  
(Nicholson-Lord, 2003)

Kennis vergroten over de negatieve effecten op niet-rokers draagt bij aan motivatie  
(Platter en Pokorny, 2017)

Duidelijk aangegeven grenzen van rookvrije zone is belangrijk in het realiseren van een rookvrije zone  
(Kaufman et al., 2010)

Een boodschap gericht op de sociale norm vergroot het gevoel erbij te willen horen  
(Zhou et al., 2016)

Een boodschapper met aanzien valt op  
(Dolan et al., 2011)



Afbeelding 1. Beoogde bebording en belijning voor de rookvrije zone van het Museumpark in Rotterdam (bron: ACOR Wytemaweg rookvrij toolkit maart 2019)



## Aanbevelingen

### 1. Informeer over negatieve effecten van passief roken

Motivatie om niet te roken wordt sterk bepaald door individuele verwachtingen over de voor- en nadelen van dit gedrag<sup>7</sup>. Hoe groter de verhouding tussen voordelen en nadelen, hoe groter de kans dat er niet gerookt wordt. Het is dus belangrijk zowel te informeren over de voordelen alsmede over de nadelen, waarbij het belangrijk is dat de waargenomen voordelen opwegen tegen de nadelen. Een groot deel van de rokers is niet bekend met de gevolgen van meeroken. Zo heeft in Nederland 61% van de rokers kennis over de negatieve gezondheidseffecten van meeroken. Slechts 9% van de rokers houdt hier ook daadwerkelijk rekening mee door niet te roken in de nabijheid van niet-rokers<sup>1</sup>. Het ontbreken van dergelijke kennis over negatieve effecten en lage risicoperceptie van het gedrag speelt een belangrijke rol bij ongewenst gedrag<sup>8,9</sup>.

**Toepassing:** Maak expliciet dat roken in de rookvrije zone schadelijk is voor niet-rokers. Hierdoor wordt de perceptie van de nadelen van het gedrag en kennis over het gedrag vergroot. Dit draagt bij aan de motivatie van rokers om buiten de zone te roken<sup>5</sup>. Voorbeelden van boodschappen die hier op in spelen zijn:

“Wist u dat: per jaar 1000 niet-rokers overlijden aan de gevolgen van meeroken?”

Of

“Geef om je longen en die van anderen.”

### 2. Speel in op de sociale norm

De sociale norm bepaalt voor een groot deel het gedrag van individuen. Ingrijpen op deze norm is daarom een krachtig middel om ongewenst gedrag te ontmoedigen. De sociale norm geeft als het ware een standaard voor bepaald gedrag en in welke mate dit gedrag publiekelijk geaccepteerd wordt. Het zien van rokende leeftijdsgenoten, zet aan tot roken<sup>9</sup>. Acteren op de sociale norm kan worden bewerkstelligd door een omgeving te creëren waarin roken als niet-wenselijk en ongeaccepteerd wordt beschouwd<sup>10</sup>.

**Toepassing:** Een boodschap die inspeelt op de sociale norm, speelt in op het gevoel van individuen om ‘erbij te horen’. Een voorbeeld van een dergelijke boodschap is:

“xx% van de mensen in deze omgeving rookt niet.”

Ook het overbrengen van een boodschap als ‘roken binnen deze zone is niet wenselijk’ door een persoon of professional met aanzien (bv. een arts), is opvallend en aantrekkelijk<sup>11</sup>. In dit geval is het aan te raden gebruik te maken van de aangesloten partijen en hun aanzien (bv artsen van het MC/docenten van HR) wanneer je de boodschap om ‘hier niet te roken’ communiceert.



### 3. Geef motiverende signalen af

Roken is vaak gewoontegedrag wat in stand wordt gehouden door onbewuste processen en inspeelt op het beloningssysteem<sup>12</sup>. Gewoontes zijn voor een individu lastig om te doorbreken, omdat dit vergt om constant bewust te zijn van iemands rookgedrag. Er zijn technieken die bijdragen aan het doorbreken van gewoontes, waarbij vooral het alternatieve gedrag moet worden gestimuleerd en individuen daarin moeten worden 'begeleid'. Een positieve (gezondheidsbevorderende) boodschap gericht op motivatie, heeft een bewezen positief effect op gedragsverandering<sup>5</sup>, waardoor gewoontepatronen kunnen worden doorbroken.

**Toepassing:** Om roken binnen de rookvrije zone te ontmoedigen, is het belangrijk duidelijk aan te geven waar rokers wél mogen roken (*afbeelding 2*). Een positieve boodschap met een hulpvraag is een vriendelijke manier om roken te ontmoedigen. Denk hierbij aan boodschappen als:

'Help om de patiënten en bezoekers niet mee te laten roken.'

Of

'Help mee deze omgeving rookvrij te maken door te roken buiten deze zone.'

Ook een aanduiding van het aantal meters lopen tot de omgeving waar wel gerookt mag worden, zorgt voor opheldering over de verwachting waar gerookt wordt. Dit kan ook in positieve vorm gebracht worden: 'u draagt nog 30 m bij aan een rookvrije zone (nog 20m – nog 5m, etc.).'



*Afbeelding 2. Voorbeeld van aanduiding waar gerookt mag worden*

Het invoeren van rookvrije zones kan leiden tot een negatieve houding van rokers ten opzichte van dat beleid, bijvoorbeeld doordat zij het gevoel hebben buitengesloten of gestigmatiseerd worden<sup>9</sup>. De kleuren waarmee gewerkt wordt om een boodschap te uiten, kan een verschil maken in de houding van de doelgroep ten opzichte van het beleid. Zo worden tinten met een korte golflengte, m.n. blauw, als het meest positief ervaren<sup>13</sup>. Daarmee kunnen dergelijke tinten bijdragen aan een ontspannen houding, gevoel van veiligheid en positieve stemming.

**Toepassing:** Het toepassen van de kleur blauw (bv. in belijning, borden en banieren) verkleint de kans op gespannenheid en negatieve stemming onder rokers.



## Algemeen

Er is nog onvoldoende bekend welke (of welke combinatie) van de aanbevelingen de grootste impact heeft. Daarom kunnen de genoemde aanbevelingen zowel apart van elkaar als in gezamenlijkheid worden toegepast.

## Referenties

1. KNMG. Tabaksontmoediging. Naar een rookvrije samenleving. 2016. Download april 2019 van [www.knmg.nl](http://www.knmg.nl)
2. Nagelhout GE, Mons U, Allwright S, et al. Prevalence and predictors of smoking in "smoke-free" bars. Findings from the International Tobacco Control (ITC) Europe Surveys. *Soc Sci Med* 2011.
3. Hahn EJ. Smokefree legislation: a review of health and economic outcomes research. *Am J Prev Med*. 2010; 39:S66-S76.
4. Kaufman P, Griffin K, Cohen JE, et al. Smoking in urban outdoor public places: Behaviour, experiences, and implications for public health. *Health and Place* 2010; 16(5), 961-968.
5. Platter, H. N., & Pokorny, S. B. (2017). Smoke-free signage in public parks: impacts on smoking behaviour. *Tobacco Control* 2017; 27(4), 470-473.
6. Smedley BD, Syme SL. Promoting health: intervention strategies from social and behavioural research. *Am J Health Promot*. 2001; 15; 149-166.
7. Bandura A. Health Promotion by Social Cognitive Means. *Health Education & Behavior* 2004; 31(2), 143-164.
8. Li X, Li Q, Dong L. Risk factors associated with smoking behaviour in recreational venues: findings from the International Tobacco Control (ITC) China Survey. *Tobacco Control* 2010.
9. Zhou L, Jiang NL, Jiang H, et al. Facilitators and barriers of smoker's compliance with smoking bans in public places; a systematic review of quantitative and qualitative literature. *Int J environ Res Public Health* 2016.
10. Zhang X, Cowling DW, and Tang H. The impact of social norm changes strategies on smokers' quitting behaviours. *Tobacco Control* 2010; 19(Supplement 1), i51-i55.
11. Dolan P, Hallsworth M, Halpern D. MINDSPACE: Influencing behaviour through public policy. 2011. Download april 2019 van <https://www.bi.team/publications/mindspace/>
12. Webb TL, Sheeran P, and Luszczynska A (2009). Planning to break unwanted habits: Habit strength moderates implementation intention effects on behaviour change. *British Journal of Social Psychology* 2019; 48(3), 507-523.
13. Crozier WR. The psychology of colour preferences. *Rev Prog Coloration* 1996: 26

