بسم الله الرحمن الرحیم

خلاصه پروژه: کاربست بینش‌های رفتاری با هدف ترویج رعایت شیوه‌نامه‌های بهداشتی کووید-۱۹

بزرگ‌ترین چالش پدیدآمده از ویروس کرونا، غیرقابل‌کنترل‌بودن آن است. ظهور سویه‌های جدید و خطرناک و عدم رعایت صحیح شیوه‌نامه‌های بهداشتی عواملی هستند که مدیریت این بیماری را سخت کردند. بینش‌های رفتاری به دلیل شناخت بهتر از انسان و ویژگی‌های روان‌شناختی او می‌توانند به پذیرش توصیه‌های متخصصان توسط افراد جامعه کمک کنند.

جمهوری اسلامی ایران
دبیرخانه شورای فرهنگ عمومی کشور
مرکز بینش‌های رفتاری ایران

مقدمه و مسئله

رفتار انسان کلیدی‌ترین نقش را در مقابله، کنترل و جلوگیری از انتشار ویروس کرونا ایفا می‌کند. از همین‌رو مداخلات رفتاری مانند ایجاد فاصلهٔ فیزیکی، ضدعفونی‌کردن دست‌ها و استفاده از ماسک برای کاهش و جلوگیری از انتشار این بیماری، حیاتی هستند. به همین منظور طراحی مداخلات و استراتژی‌هایی که موجب ایجاد حداکثر فرصت و امکانات برای انجام رفتارها شود، ضروری به نظر می‌رسند.

برای مدیریت این بیماری، لازم است رفتارهای پیشگیرانه در سطح وسیع انجام شود و لازمهٔ انجام بیشتر آن‌ها در سطح جامعه و کارکرد **موثر** سیاست‌های مربوط به پیشگیری، **استفاده از راهبردها و تکنیک‌های بینش‌های رفتاری است.** هدف از این پژوهش ارائهٔ توصیه‌ها و سیاست‌های کارآمد به ستاد ملی مقابله با کرونا جهت افزایش انجام رفتارهای پیشگیری و رعایت شیوه‌نامه‌های بهداشتی مبتنی بر قوی‌ترین یافته‌های رویکرد بینش‌های رفتاری در جهان است.

در سال‌های اخیر مجموعه‌های تخصصی با حضور دانشمندان علوم رفتاری در جهان تشکیل شدند تا بهترین راهکارهای رفتاری را برای مقابله با کرونا پیدا کنند. طبق مطالعات، طراحی راهکارهای افزایش رعایت رفتارهای پیشگیرانه می‌تواند بر اساس چهار بخش آموزش، اقناع، انگیزه و تشویق و آماده‌سازی محیطی صورت گیرد تا بیشترین اثر را داشته باشد.

این پروژه، در زمستان سال ۱۴۰۰ و به سفارش **دبیرخانه شورای فرهنگ عمومی کشور** انجام شده است.

خلاصه یافته‌ها

در حوزهٔ رفتار پیشگیری در دوران کرونا، پژوهش‌های زیادی صورت گرفته‌است و نتایج نشان داده عوامل مختلفی بر رعایت رفتارهای پیشگیری اثر دارند. طبق مطالعات، طراحی راهکارهای افزایش رعایت رفتارهای پیشگیرانه می‌تواند بر اساس چهار **بخش آموزش، اقناع، انگیزه و تشویق** و آماده‌سازی محیطی صورت گیرد تا بیشترین اثر را داشته باشد. برخی از مهمترین یافته‌ها و توصیه‌های این پروژه شامل موارد زیر بود:

۱. **آموزش:** ۱) دانش و مهارت لازم برای انجام رفتار پیشگیری با زمان‌بندی درست در مردم ایجاد شود و ۲) به صورت مشخص، جزئی و شفاف از رفتارهای مدنظر سخن گفته شود: اگر شیوه‌نامه مبهم باشد به دلیل ایجاد سردرگمی کمتر رعایت می‌شوند. لذا مردم نیاز دارند تا **دقیقا بدانند چه رفتاری را در چه زمانی، به چه علت و چگونه باید انجام بدهند (۱).**

۲. **اقناع:** ۱) به جای تاکید بر «من» و «شما» از «ما» استفاده شود: به جای تخاطب مستقیم مردم با به‌کارگیری عباراتی چون: «مردم باید شیوه‌نامه‌ها را رعایت کنند»، از عبارت «ما باید همگی شیوه‌نامه‌ها را رعایت کنیم» استفاده شود (۲) و ۲) **احساس مسئولیت**

افراد نسبت به دیگر افراد جامعه پررنگ شود: بیان داستان فداکاری افراد و استفاده از پیام‌هایی چون «این وظیفه ماست که در صورت داشتن علائم، در منزل بمانیم» استفاده شود (۳).

۳. انگیزه و تشویق: (۱) خطر مواجهه با ویروس با هدف ایجاد نگرانی (نه ترس) برجسته شود: یکی از موثرترین عوامل موثر بر رعایت رفتارهای پیشگیری، **ادراک از خطر مواجهه با کروناست** (۴). یکی از راه‌های مناسب برای افزایش ادراک از خطر نیز، استفاده از اصل روایت شخصی است (۵) و (۲) از تمایل ذاتی مردم برای جبران لطف و کمک یکدیگر استفاده شود. با پررنگ کردن این **انگیزهٔ اجتماعی**، نسبت به کادر درمان و افرادی که رفتارهای پیشگیری را انجام می‌دهند، می‌توان میزان رعایت پروتکل‌ها را افزایش داد (۶).

۴. آماده‌سازی محیطی:

علائم محیطی یادآور برای رفتارهای پیشگیری در نقطه درستِ منجر به عمل قرار گیرند: یادآورها و نشانه‌های محیطی باید دقیقا در زمانی که فرد می خواهد تصمیم بگیرد، قرار بگیرند. اگر این امر رعایت نشود بسیاری از علائم محیطی بی‌فایده خواهندشد.

توصیه‌های سیاستی

راهکارها و توصیه‌های ارائه‌شده می‌توانند مورد استفادهٔ سیاستگذاران و سایر مسئولان مربوطه برای اتخاذ سیاست‌های مبتنی بر شواهد علمی برای افزایش رعایت شیوه‌نامه‌های بهداشتی در کشور قرار بگیرند. لازم است مسئولین هر بخش باتوجه ظرفیت خود ایده‌های مطرح‌شده را اجرایی کنند. همچنین لازم است به اجرای راهبردها به صورت کوتاه‌مدت اکتفا نگردد و تا حد ممکن به شکل **همه‌جانبه و بلندمدت** اجرا شوند تا اثرات گسترده و ملموسی حاصل شود. در انتهای گزارش **۱۰ اقدام پیشنهادی برای رعایت پروتکل‌های بهداشتی** ارائه شده و علاوه بر آن **نُه ایدهٔ اجرایی** که برگرفته از راهبردهای گزارش هستند مطرح شده تا به‌اجرایی‌سازی گزارش کمک بیشتری کند.

پژوهشگران طرح: علیرضا گیوزاد، محمدحسن ابراهیم کنی و فاطمه مروتی

مرکز بینش‌های رفتاری ایران، متشکل از جمعی از دانش‌آموختگان روان‌شناسی دانشگاه تهران بوده که با هدف کاربردی‌سازی رویکرد بینش‌های رفتاری (BI) در مسائل و مشکلات مختلف جامعه ایران فعالیت می‌کند. این مرکز تاکنون پروژه‌های متعدد رفتاری با سازمان‌های مختلف اعم از وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، وزارت راه و شهرسازی، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و شهرداری تهران انجام داده‌است.

ضلع شمال غربی چهارراه ولیعصر عجل‌الله‌تعالی‌فرجه‌الشریف، خانه اندیشه‌ورزان
iranbehavioralinsights.ir
@iranbehavioralinsights
۰۹۳۰۳۱۸۷۲۲۰

منابع

(۱) Ideas42(2020). *Behavioral Science Tips for Covid-19 Communications*. Retrived from Ideas42 Website: (۲) Hertfordshire County Council Behaviour Change Unit.(2020). *Public Health Compliance to social distancing on Public Transport.* (۳) Hertfordshire County Council Behaviour Change Unit. (2020). *COVID-19 Vaccination: Reducing vaccine hesitancy Review & Recommendations.* (۴) Lewandowsky, S., Ecker, U. K., Seifert, C. M., Schwarz, N., & Cook, J. (2012). Misinformation and its correction: Continued influence and successful debiasing. *Psychological science in the public interest, 13*(3), 106-131. (۵) Cialdini, R. B., & Cialdini, R. B. (2007). *Influence: The psychology of persuasion*. New York: Collins. (۶) The Behavioral Insights Team (2014). East. *Four Simple Ways to Apply Behavioural Insights.*