

THEMATEAM DUURZAAM GEDRAG

TOEGEPASTE PSYCHOLOGIE

INFORMATIE
VOOR STUDENTEN TOEGEPASTE PSYCHOLOGIE



THEMATEAM DUURZAAM GEDRAG

TOEGEPASTE PSYCHOLOGIE

WIE ZIJN WIJ

Als een van de themateams binnen de opleiding Toegepaste Psychologie zoeken wij de verbinding op tussen onderzoek, onderwijs en praktijk rondom het thema duurzaamheid. Hieruit ontstaan mooie initiatieven, zoals de mogelijkheid tot onderwijs en onderzoek op locatie, bij een praktijkpartner.

Wij richten ons op vragen als:

- ▶ Hoe kunnen we duurzaamheid een meer levend onderwerp maken onder studenten Toegepaste Psychologie?
- ▶ Hoe komen we tot een vruchtbare samenwerking met praktijkpartners?
- ▶ Hoe kunnen we het raakvlak tussen onderwijs en onderzoek binnen het thema beter opzoeken?

TOEGEPASTE PSYCHOLOGIE EN DUURZAAMHEID

Duurzaamheid is een hot topic dat steeds meer in de maatschappelijke spotlights staat. Nu, en vooral in de toekomst, is het van belang om het milieu zo min mogelijk te belasten. Voor veel mensen is het al wel duidelijk dat we onze ecologische voetafdruk kleiner moeten maken en zuiniger om moeten gaan met grondstoffen en energie. Ook al zijn de mogelijkheden er wel om dit te doen, het blijft voor mensen lastig om hun gedrag daadwerkelijk aan te passen.

Vanuit de gedragspsychologie is helder dat mensen geen rationale wezens zijn, die simpelweg met financiële prikkels te motiveren zijn om zich anders te gedragen. Gedrag wordt ook gestuurd door bijvoorbeeld gewoonten, emoties en de sociale omgeving en is daardoor lastig te veranderen. Wanneer zijn mensen wel in staat om hun gedrag te veranderen en hoe speel je hier op in?

Dit zijn vragen waar toegepast psychologen zich uitstekend over kunnen buigen. Om dit soort vragen te onderzoeken is het Lectoraat Psychologie voor een Duurzame stad opgericht, een onderzoeksgroep die op wetenschappelijke basis praktijkgericht onderzoek doet naar gedragsverandering voor meer duurzame en leefbare steden. Het lectoraat richt zich voornamelijk op drie thema's: duurzame mobiliteit, de energietransitie en de circulaire economie. Zo onderzoekt het lectoraat onder andere hoe je werknemers uit de auto krijgt en gebruik van de fiets of het OV kan stimuleren, of hoe je bewoners en ondernemers kan motiveren tot afvalscheiden. We werken uiteraard nauw samen met dit lectoraat.



BOODSCHAP VOOR STUDENTEN

We bieden je graag handvaten om duurzaam gedrag vaker en beter te verkennen binnen je studie. Wil je bijvoorbeeld graag 'iets' met het thema en weet je niet waar je moet beginnen? Ben je op zoek naar duurzame studieloopbaankeuzes of wil je gewoon graag even sparren met een van de leden van het themateam? We horen graag van je!

We willen je daarnaast ook graag een platform bieden aan studenten en docenten met inspirerende of creatieve ideeën, om duurzaam gedrag meer onder de aandacht te brengen voor studenten en docenten - bij de opleiding Toegepaste Psychologie en meer algemeen aan de HvA. Dus wil je het Wibauthuis vergroenen of een bijenhuis plaatsen op het dak van de Leeuwenburg: trek even aan onze mouw en we helpen je op weg!

Laat het ons vooral weten als:

- ▶ je een organisatie kent met een (afstudeer)opdracht of stage
- ▶ je wilt weten of wij misschien zulke organisaties kennen (ja!)
- ▶ je een actueel nieuwsbericht of initiatief wilt delen
- ▶ Je wil sparren over studieloopbaankeuzes in duurzaam gedrag
- ▶ je ideeën hebt om de Hogeschool te verduurzamen

ZES PSYCHOLOGISCHE HANDVATEN OM GEDRAG TE VERDUURZAMEN

We bieden je hier alvast wat psychologische tips die je kan gebruiken om duurzaam gedrag te bevorderen

- ▶ Begin met iets dat gemakkelijk te realiseren valt
- ▶ Stel niet te veel voornemens tegelijk op, anders is de kans groot dat je het uiteindelijk niet volhoudt en er dan niets van die nieuwe gewoontes komt
- ▶ Kijk naar welke duurzame gedragingen ook andere voordelen met zich mee kunnen brengen. Duurzaam gedrag kan vaak ook geld besparen en gezonder zijn
- ▶ Probeer duurzame gewoontes in je dagelijkse routine te verwerken met een als... dan plan. Zo gebruik je je omgeving als 'cue'
- ▶ Beloon jezelf voor je duurzame gewoontes!
- ▶ Verander je gedrag samen. Het gevoel dat je het samen doet en dat je de ander niet wil teleurstellen kan erg motiveren, en het is ook gewoon leuker





DEZE FOLDER

In deze brochure vind je de belangrijke informatie over het themateam Duurzaam Gedrag binnen de opleiding Toegepaste Psychologie. Je kunt er meer lezen over wat het themateam en studenten Toegepaste Psychologie elkaar te bieden hebben.

Voor alles wat je verder nog wil weten of vragen: neem contact op met Esther Parigger (zie onder). Esther is de 'trekker' van dit themateam en zorgt dat je bericht op de juiste plek terecht komt.

CONTACT

Hogeschool van Amsterdam / Toegepaste Psychologie
Themateam Duurzaam Gedrag
Esther Parigger / e.m.parigger@hva.nl / 06 21156731
Wibautstraat 3b / 1091 GH Amsterdam



Recycled