

CASE 3:

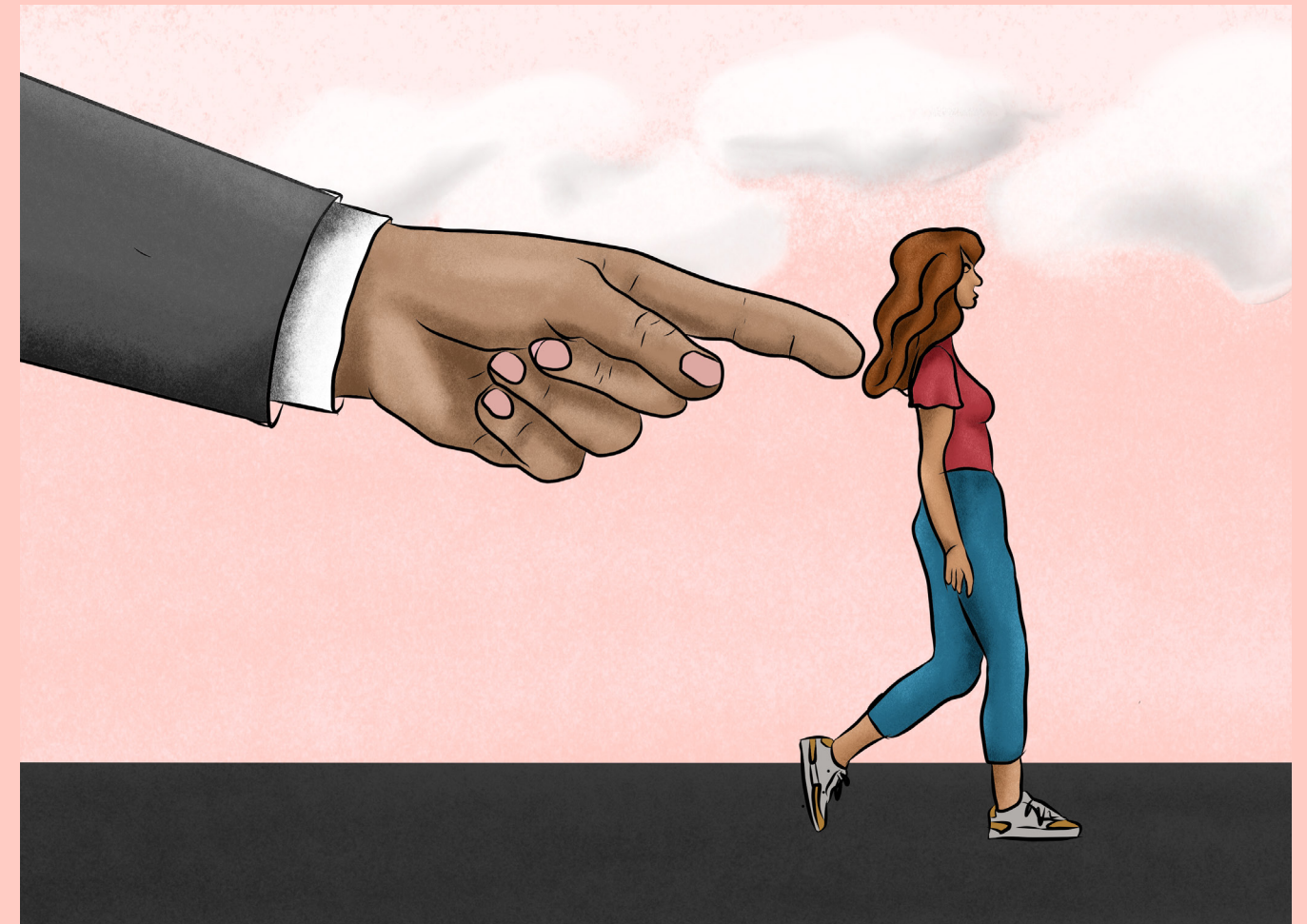
Beteenderesan



I kursens tredje case är det dags att använda de verktyg som du lärt dig i kursen. I det här caset ska du analysera användaren och beteendet i en specifik kontext.

Lämna in dina svar på frågorna genom att skriva ett inlägg i uppgiftens diskussionsforum. Kommentera även en kurskamrats inlägg. **Tänk på** att referera till kursboken.

Lycka till!



STEG 1:

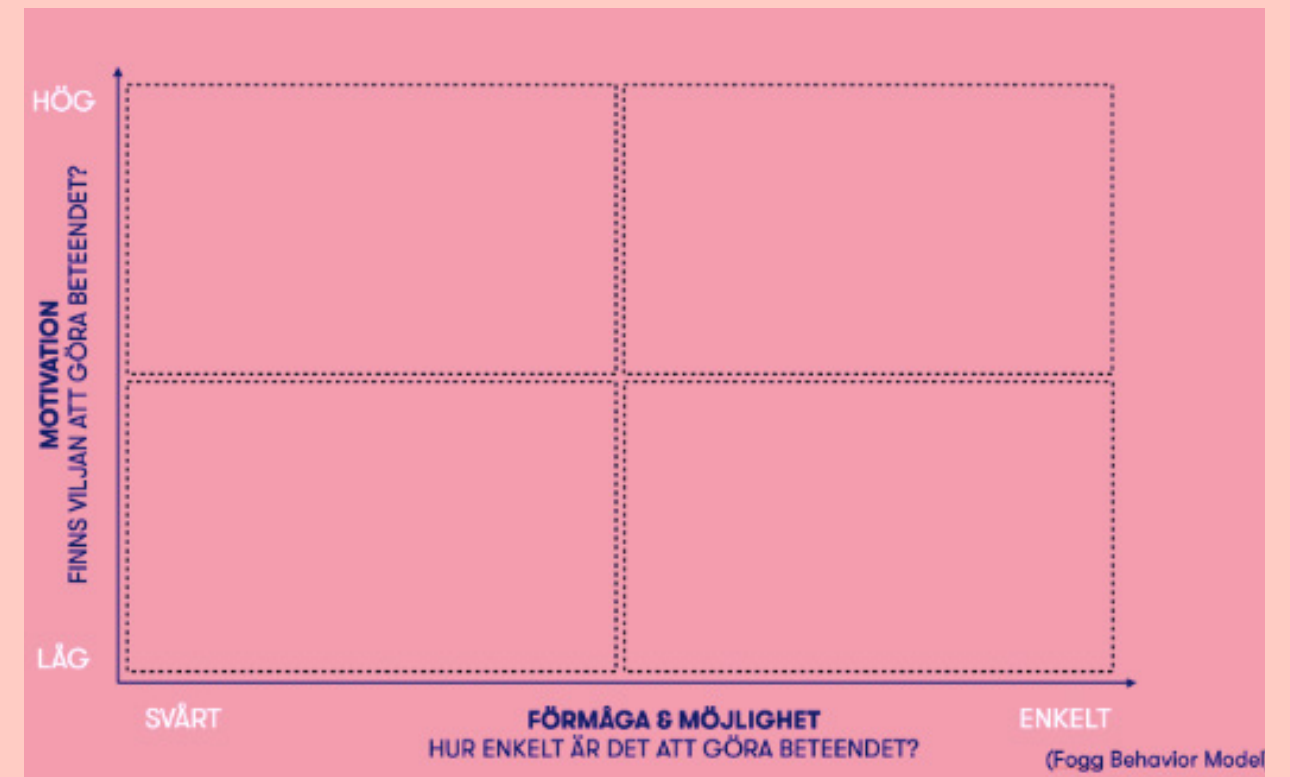
Skapa en beteendemaning

Du ska nu ta rollen som beteendestrateg och ska ta dig an ett pilotprojekt genom att följa "Beteenderesans 4 steg". Ditt mål är att minska matsvin genom att använda de beteendeverktyg du lärt dig i kursen.

1. Försök komma på 3 olika beteendemaningar som finns gällande matsvin. Du ska alltså inte redan nu komma på lösningar, utan endast identifiera dem beteenden som finns/saknas och som behöver förändras. Utgå från mallen: Hur ska vi få 1) användaren att göra 2) det önskvärda beteendet i 3) kontexten.
2. Markera ut beteendemaningarna utifrån dess förändringspotential, placera ut alla tre beteenden i matrisen till höger (Tips! Ta en screenshot och sätt ut dina 3 beteendemaningar som du lämnar in tillsammans med dina svar diskussionsforumet). Markera varje beteende med a, b och c. Hög potential hamnar högt upp i högra hörnet i matrisen. Lågpotential i motsatt hörn.
3. Utifrån matrisen välj en av dina beteendemaningar att jobba vidare med och skriv ner ett konkret projektmål, se exempel till höger. Skriv vilken du väljer och projektmålet.



OBS! Du ska alltså inte redan nu komma på lösningar, utan endast identifiera dem beteenden som finns/saknas och som behöver förändras. Utgå från mallen: Hur ska vi få 1) **användaren** att göra 2) **det önskvärda beteendet** i 3) **kontexten**.



Exempel:

Beteendemaning: "Hur ska vi få barnen i Ekeby Skolan att ta så mycket mat som dom kommer äta upp?"

Projektmål: "Minska matsvinnet i Ekeby Skolan med 20% under hösten 2025"



STEG 2:

Förstå användarens verklighet

Utifrån steg 1, har du nu en beteendeutmaning att arbeta vidare med

4. Välj två insamlingsmetoder och motivera varför just dessa insamlingsmetoder är bra att använda sig av i ditt projekt. Referera till boken/föreläsningar.
5. Pondera att du genomför dessa insamlingsmetoder med användaren. Vilka beteendeinsikter hittar du? Beskriv hinder, motiverare och beslutssituationer till beteendeförändringen som du potentiellt skulle kunna identifiera. Referera tydligt till kurslitteraturen eller annan källa för båda insamlingsmetoder

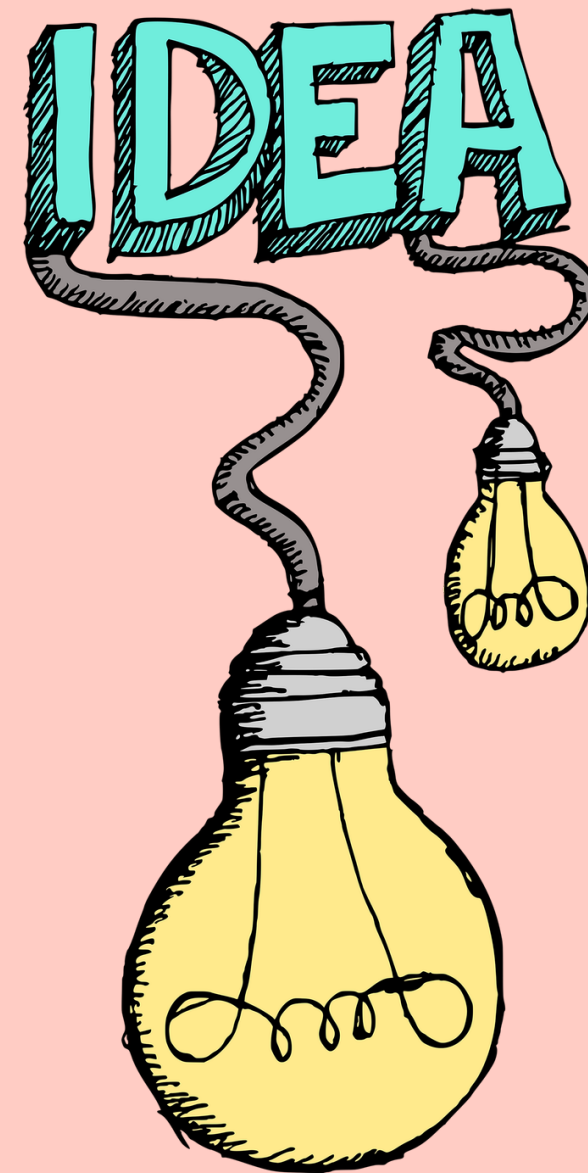


STEG 3:

Skapa Beteendeinsatser som kan möjliggöra för beteendet

Titta på dina beteendeinsikter från steg 2, hinder, motiverare och beslutssituationer. Generera idéer som ökar din användares förmåga, förutsättning och motivation att göra beteendet. Börja brett, få ned många idéer, klustra om det är idéer som är liknande och ta hjälp av bokens olika nudgeverktyg.

6. Generera fram minst 3 relevanta nudginginsatser som använder olika beteendetekniker (Nudgeverktyg) för att skapa en beteendeförändring hos användaren (du får kombinera flera olika beteendetekniker). Referera till boken med sidnummer och valda strategier.
7. Dags att smalna av och prioritera. Applicera GAME (som beskrivs i kursboken) på minst tre nudginginsatser.
8. Utifrån GAME välj ut en av dina beteendeinsatser att implementera. Beskriv så konkret och specifikt som möjligt hur din nudgeinsats är designad.



STEG 4:

Gör en studie som mäter effekter av beteendeinsatsen

Nu är det dags att planera för hur du ska mäta effekten av din nudgeinsats.

9. Beskriv hur du ska mäta nudgeinsatsen.
 - a. Vilken indikator ska mäta beteendet? Och hur mäter du?
 - b. Var ska du implementera din insats?
 - c. Vilket område eller period ska du jämföra mot?
 - d. Hur länge ska du mät?
10. Skriv en kort hypotes där du beskriver vilka resultat du förväntas se utav din nudgeinsats. Skriv ner två möjliga faktorer/confunders som kan påverka resultatet.



Exempel:

"Studenterna i skolmatsalen var medvetna om att vi gjorde mätningen och det kan ha påverkat deras beteende."



Bildlänkar och referenser:

(<https://ndla.no/image/50689>)

CC BY-NC 4.0. Matsvinn, av Ekströmer/tt, J., TT Nyhetsbyrå, NTB

<https://www.pexels.com/photo/crop-ethnic-client-discussing-problems-with-anonymous-psychologist-5699431/>

(CC), 'Crop ethnic client discussing problems with anonymous psychologist', Alex Green

<https://www.rawpixel.com/image/6431691/png-sticker-public-domain>

<https://stocksnap.io/photo/tape-measure-BXMMX51GNG>