



Beteendeförändring  
- förstå problematiken och se möjligheter

**DET ÄR MÖJLIGT!**



# Vad påverkar våra beslut?



- möjligheter och problem
- vad andra tänker om oss
- vad andra gör!
- drivkrafter (intention, what's in it for me?)
- *lämpliga tillfällen (windows of opportunities)*
- *vilken information når fram?*
- *att prova och skapa nya vanor*
- exemplet: Vintercyklisten



# Teorier i all ära...

**Theory of planned behavior** TPM, Ajzen, I (1991)

Upplevd kontroll, subjektiv norm, deskriptiv norm och intention

**Attitudes, personality, and behavior**, Ajzen, I (1988)

**The transtheoretical model** TTM, Prochaska & DiClemente, (1983,1984)

(fem steg: förmedvetande (omedveten), begrundande, förberedelse (beslut inkl. test), handling, vidmakthåller)

Det finns mer, jag lovar 😊

Vi är olika: Tänka att vi är olika stereotyper

Olika drivkrafter: Rädslor, att vara älskad, grupptillhörighet, olika

"vinstintressen", drifter, etc.

"Plocka de lätta frukterna först" (förskjuta normalfördelningskurvan till höger)  
etc.



# Vad styr våra beslut?

Verkliga och upplevda möjligheter och problem

- förstå problematiken och se möjligheterna
- glöm ej de "oupptäckta"!



# Vad styr våra beslut?



- Hur upplevde jag som barn att gå in i ett mörkt "läskigt" soprum som luktade illa?
- Nådde jag upp?
- Kan inte läsa, var lägger jag soporna?
- Åh vad skönt när en "snäll" person visade
- Wow, när jag fick prova själv!



# Hur tänker andra?



Verkliga och upplevda problem kan anas genom empati och nyfikenhet, våga fråga!😊



# Att få tillhöra och göra bra saker!



Möjligheter kan skapas genom delaktighet!



# Varför uppstår felsorterat avfall?



Tar vi för givet att alla vet det vi vet?

- Vad är avfall?
- Var ska avfallet läggas?





# Varför uppstår felsorterat avfall?



## Vad är avfall?

I naturen finns inte något avfall!  
Allt bryts ner eller används på kort tid utan att skada

”Avfall” försvinner inte så det behöver cirkuleras!  
Avfall kan skada människor, djur och natur



# Vad styr våra beslut?



- Det vi tror att andra tänker om oss

**Skapa positiva förväntningar:** "här gör vi så här", "alla sorterar och hjälps åt", etc.

**Nudging:** En tyst överenskommelse att göra rätt, "default"-värden, steg till soprum, "lätt att göra rätt", etc.



# Vad styr våra beslut?



- Vad andra gör!

**Vi vill tillhöra gruppen:** Normalfördelningskurva

**Förebilder:** Större ungdomar sommarjobbar och visar yngre, chefer visar anställda, grannar visar nya grannar, etc.



# Vad styr våra handlingar?



Intention – what´s in it for me?

- **Vi drivs av olika saker!**

Tyvär ej så ofta miljö! (Nästa bild "Vi är olika")

- **Möjligheternas fönster:**

Vid förändring skapas nya vanor!

Nya vanor för nyinflyttade, men även när soprum eller lägenheter renoverats, ny årstid, när vi firar, när vi byter personal, etc.



# Vi är olika!



## Vad driver oss att sortera rätt?

Ibrahim, Ester, Sabina och Jimmy lär sig och motiveras på olika sätt

**Inspiration:** film, drama, förebilder, etc.

**Motivation:** delaktighet (vi vårstädar tillsammans), motivera varför, "belöning", böter: högre hyra eller städa upp efter dig, ta ansvar, lära sig (vika en mjölkförpackning), stolthet, etc.



# Vi är olika, men vi vill ofta väl!



## Vad driver oss att sortera rätt?

Ibrahim, Ester, Sabina och Jimmy lär sig och motiveras på olika sätt

**Inlärnin**g och delaktighet: Titta, härma, prova på, uppmuntran och råd

**Stöd**: Vi tar in information på olika sätt, text, bilder, ljud, göra, etc.

De "svaga" får tyvärr sällan förståelsen  
av ett sammanhang! (*Läs mer av Ference Marton*)

Livsglädje, humor och medmännisklighet är underskattat!