


Arbetsblad

2021-3-02

Övning 1

Skriv in minst **3 beteenden** som individen/målgruppen kan göra för att få bukt med utmaningen



Kom ihåg!
Beteende är
något
individen **gör**

Övning 1

Förenklad beteendeanalys

Kom ihåg!
Utgå från hur
kunden
upplever det!

	Omedelbar feedback	Fördröjd feedback
Lätt att utföra		
Svårt att utföra		

Övning 2

Välj ut relevanta nudges

Nudge	Sammanfattning	Används när	Relevant?
Förenkla information	Se över ordval och flöden i kundresan	Målbeteende är för svårt	
Reducera val	Minska antalet beslut användaren behöver fatta	Målbeteende är för svårt	
Synliggör konsekvenser	Förtydliga vinsterna av att utföra målbeteendet, eller riskerna med status quo	Målbeteendet saknar direkt feedback	
Feedback på beteende	Addera uppmuntran och feedback efter målbeteendet	Målbeteendet saknar direkt feedback	
Sociala normer	Lyft fram hur många som utför målbeteendet, eller hur många som är positiva till det	Målbeteendet saknar direkt feedback	
Trovärdig källa	Öka motivation genom att använd en trovärdig röst som är positiv till målbeteendet	Målbeteendet saknar direkt feedback	
Högtid	Kommunicera om målbeteende i samband med relevant högtid	Målbeteende är för svårt	
Kontextspecifik trigger	Lägg in trigger i exakt rätt situation	Målbeteende är för svårt	

Övning 3

Skapa en insats

Specificera din insats

Vad är målbeteendet och vem är målgruppen?

Varför uteblir målbeteendet?

Vilka nudges ska ingå i insatsen?

Hur ska teknikerna implementeras?

Var ska teknikerna implementeras?

När ska teknikerna implementeras?

Vad är ett tecken på framgång?