

# Hvordan vi tar beslutninger og hvorfor er omstilling så vanskelig?

Hva psykologi har å si for endring av atferd

Christian A. Klöckner

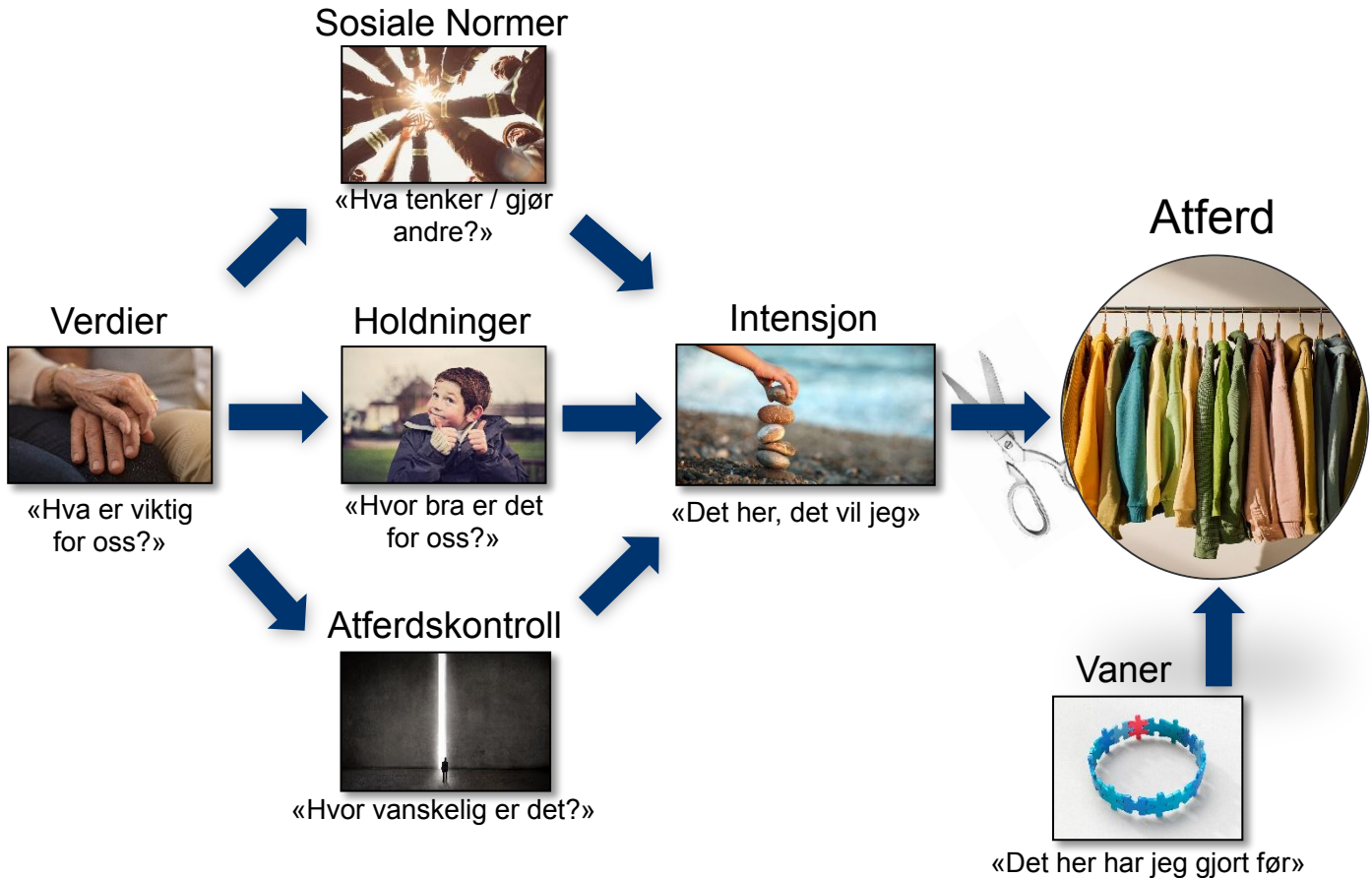


# Hvem er jeg?

- Miljøpsykolog på NTNU
- Forsker på beslutninger, atferdsendring, kommunikasjon av miljøkriser
- Er veldig interessert i nye ideer innenfor demokrati: hvordan kan vi få til de store endringene som må til?
- Leder en stor forskningsgruppe med mange nasjonale og internasjonale prosjekter
- Og, ja, jeg er opprinnelig tysk 😊



# Hvordan tar vi beslutninger?

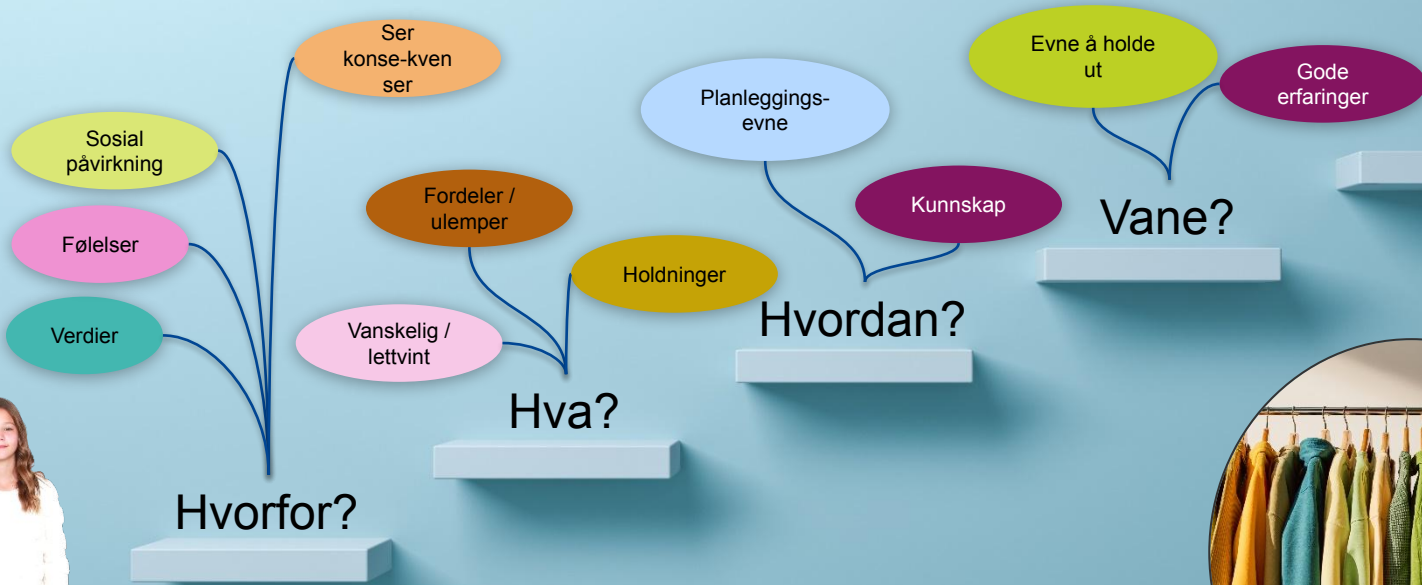


# Hva betyr det?

- Holdningsarbeid lønner seg, men er ikke nok
- Gjør ønskelig atferd så lettvint som mulig, uønskelig atferd så vanskelig som mulig
- Hvis det er vaner i spill, søk for momenter i livet hvor det skjer an endring uansett
- Bygg kultur og sosial støtte



# Hvordan får vi til omstilling?



# Hva betyr det?

- Mennesker er ved forskjellige steg i omstilling og trenger forskjellige typer hjelp for å komme seg videre
- Tilpass virkemidler til omstillingsfasen
- Kanskje mennesker er allerede kommet ganske langt allerede før man ser effekten?



# Hvilke rolle spiller identitet?

Hvem er jeg?



Personlig identitet



Sosial identitet

# Hva betyr det?

- Å bevare identiteten uskadd er viktig for mennesker
- Noen atferdsendringer truer identiteten
- Da blir endring veldig vanskelig, hvis ikke man får endringen til å bli i tråd med identiteten





# Psykologisk distanse

Ting skjer ...

...langt bort

... i fremtida

...til andre mennesker

Det jeg gjør er ikke relevant i det store bildet ...



# Kognitiv dissonans



# Hva betyr det?

- Knytt handling til det lokale
- Mennesker trenger tilbakemelding at det de gjør har en positiv effekt
- Gjør effektene synlig: «mange bekker små gjør en stor å»
- Hjelp med å finne måter å redusere dissonansen som ikke er fornektning



## Individ

- Intensjoner
- Holdninger
- Vaner
- Atferdskontroll
- Personlig identitet
- ...

## Det sosiale

- Hva andre forventer
- Hva andre gjør
- Gruppetilhørighet
- Sosial identitet
- ...

## Det kulturelle

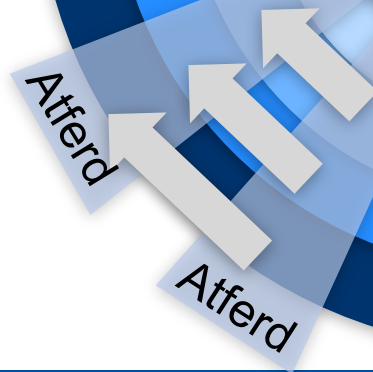
- Språk
- Kultur
- Uskrevne regler
- ...

## Lover og regler

- Skrevne regler
- Lovverket
- Subsider
- ...

## Det materielle

- Teknologi
- Det som er tilgjengelig
- ...



# Hva betyr det?

- Ikke glem at mennesker tar beslutninger i en komplisert kontekst
- Det sosiale, kulturelle, materielle, og «lovlige» ofte gier oss lite rom for endring
- Alle nivåer må dra lasset sammen!



Jeg gleder meg til spørsmål og diskusjoner!

