



# Vad får oss att ändra beteende?

Annika Nordlund, FD

Transportforskningsenheten (TRUM), Umeå universitet

Institutionen för psykologi, Umeå universitet

*FAH:s Höstmöte 2008*

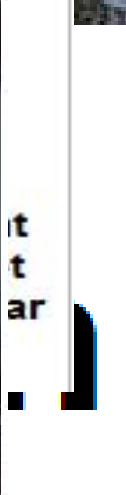
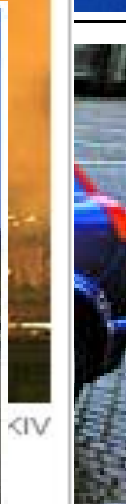
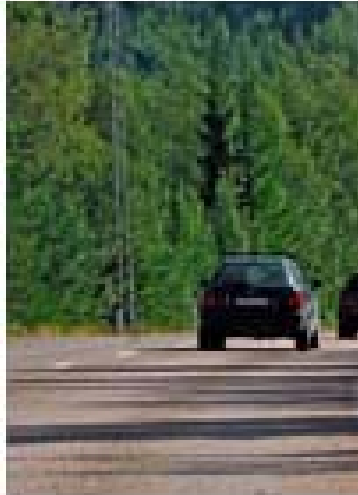
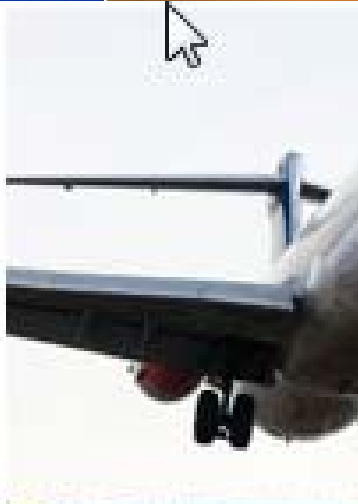
*30 september – 1 oktober 2008, Folkets Hus, Umeå*



# Forskningsintresse

- Föreståndare för Transportforskningsenheten (TRUM) Umeå Universitet.
  - Vid TRUM studeras transporter och resande huvudsakligen med fokus på mindre enheter som individer, hushåll och företag
- Psykologiska faktorer påverkan på viljan att utföra olika typer av miljörelevant beteende.
  - Effekten av värderingar, attityder, miljömedvetenhet och normer på viljan till generellt och specifikt miljövänligt beteende,
  - Viljan att stödja införandet av strukturella lösningar
  - Alternativa motiv till valet att agera miljövänligt.
  - Färdmedelsvalet som ett rutinmässig beslut

# Etanolbilsägare, tankar du etanol (E85)



Flyg, bil, tåg eller alltid ha råd. Foto: Scampix

**an inconvenient truth**

ser oss inte

**Skulle jordens befolkning lämna efter sig lika mkt koldioxid som svenskarna skulle det behövas drygt 2,6 jordglober (FN:s expertpanel)**



**Elva av de senaste tolv åren (1995–2006) återfinns bland de tolv varmaste år som registrerats i fråga om global yttemperatur (sedan 1850).**

# Resorna är det svåra!

HÅLL KOLL PÅ KOLET!

DAGENS NYHETER.

IVL Svenska Miljöinstitutet

## Ajajaj - inte alls bra!

Du orsakar mer utsläpp än snittsvensken. Här krävs drastiska åtgärder.

[Tips på hur du kan minska dina utsläpp](#)

Ditt resultat: **8.5 ton växthusgaser / år**



1.4 ton växthusgaser / år

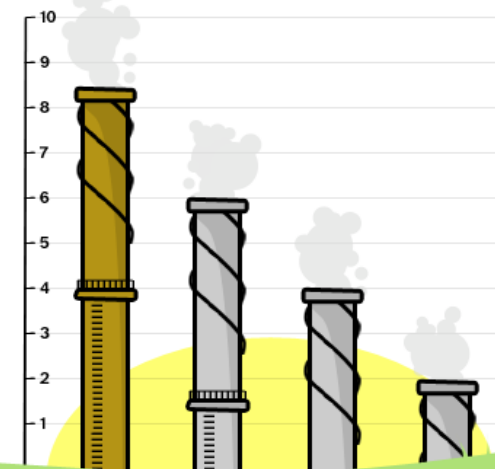


6.3 ton växthusgaser / år



0.8 ton växthusgaser / år

Ton växthusgaser/år



[Så här gjorde vi kalkylatorn](#)

[DN:s Klimatspecial](#)

[Gör om testet](#)

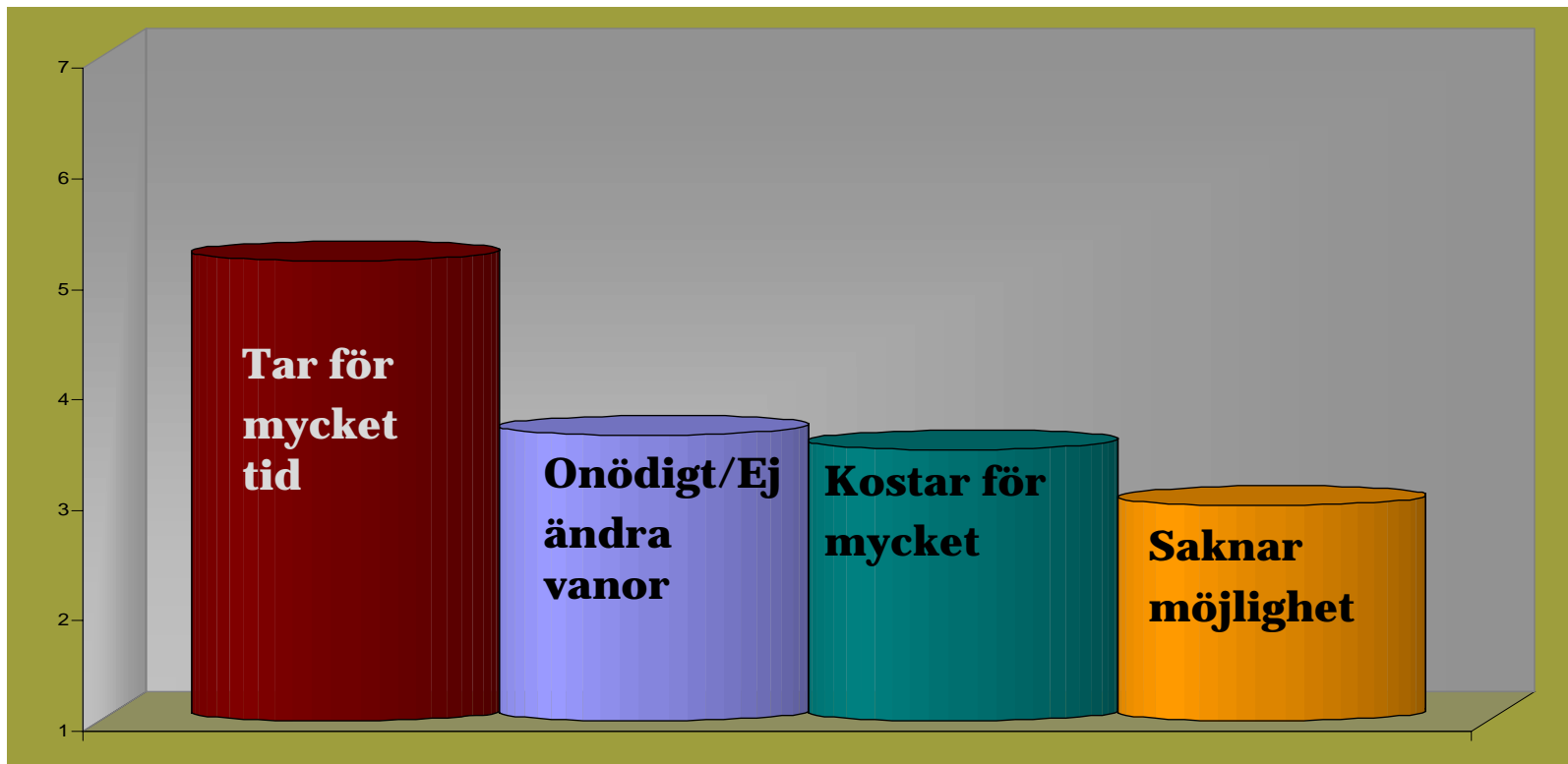
DU

Genomsnittssvensken

Världsmedborgaren

Hållbar nivå  
år 2050  
enligt FN

# Hinder för miljövänligt resande



# Miljörelevant beteende: faktorer som påverkar (Stern, 2000)

- **Attityder** (värderingar, personlig norm, attityder till miljö, ekonomi och hälsa)
- **Vanor** (Systematisk upprepade beteenden med positiva konsekvenser – ej medvetna beslut/val)
- **Kontext** (monetära vinster/förluster, lagar/regler, sociala normer och förväntningar)
- **Personlig förmåga** (kunskap, förmåga, tillgänglig tid, monetära resurser)

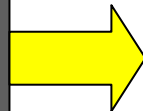
# Attitydförändring

## FAKTORER

**Meddelandet**  
•En- el tvåsidiga argument  
•Typ av utrop  
•Explicita el. implicita konklusioner

**Källa**  
•Expert  
•Tillförlitlighet  
•Gillande  
•Status

**Målgrupp**  
•Övertalningsbarhet  
•Initial åsikt  
•Intelligens  
•Självkänsla  
•Personlighet

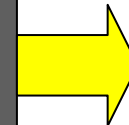


## PROCESSER

**Uppmärksamhet**

**Förståelse**

**Acceptans**



## KONSEKVENSER

**Attityd/åsiktsförändring**

**Upplevelseförändring**

**Affektförändring**

**Beteendeförändring**

**Generella värden  
Miljövärden**

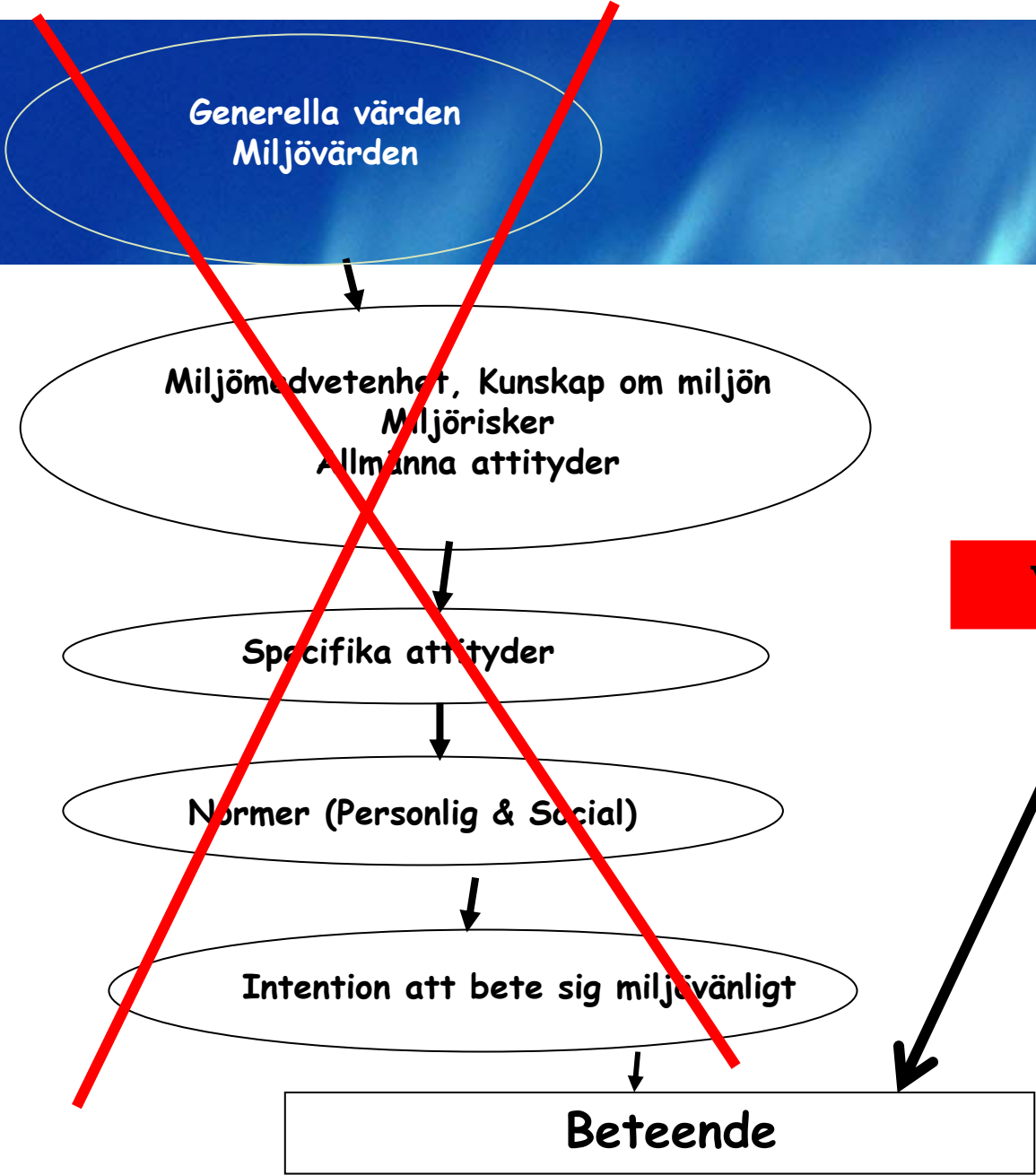
**Miljömedvetenhet, Kunskap om miljön  
Miljörisker  
Allmänna attityder**

**Specifika attityder**

**Normer (Personlig & Social)**

**Intention att bete sig miljövänligt**

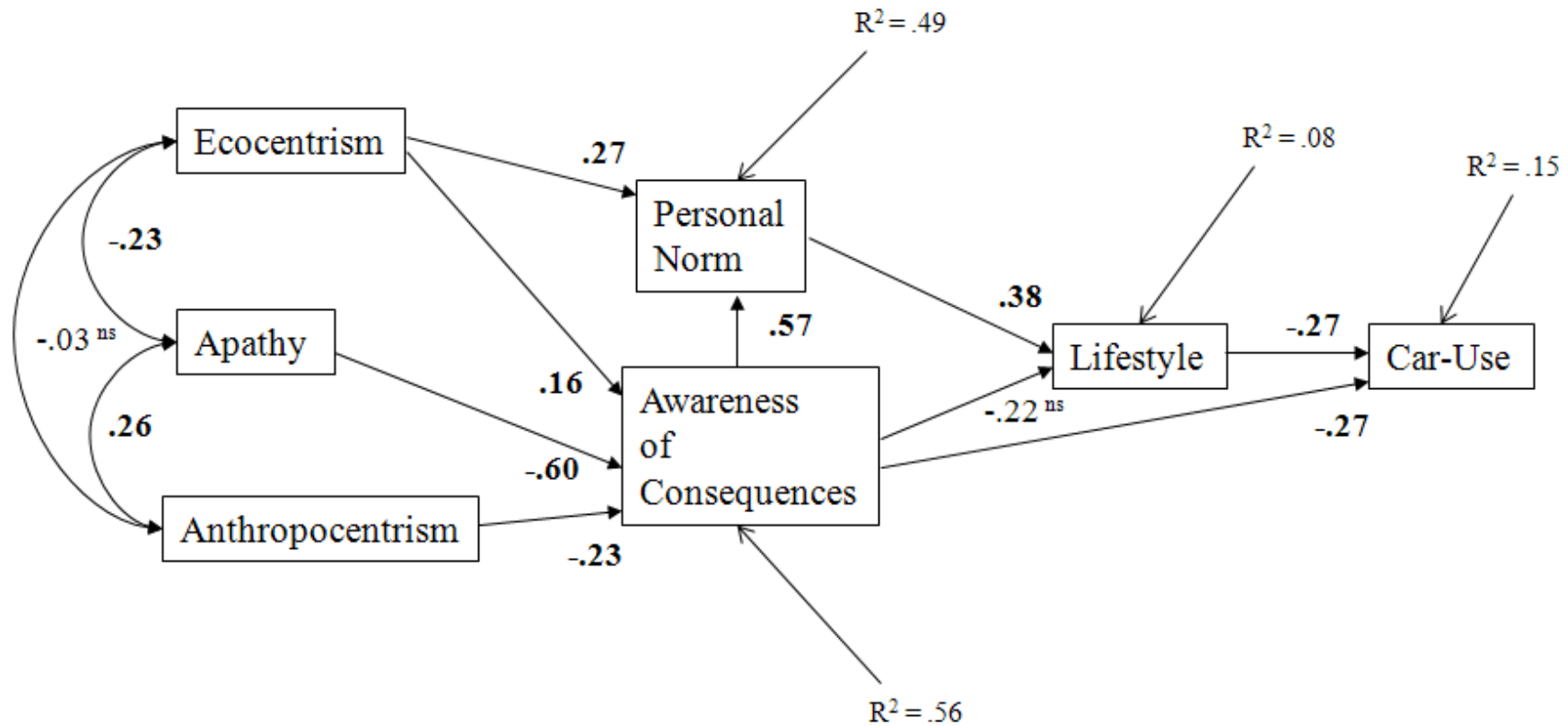
**Miljövänligt beteende**



**VANA**

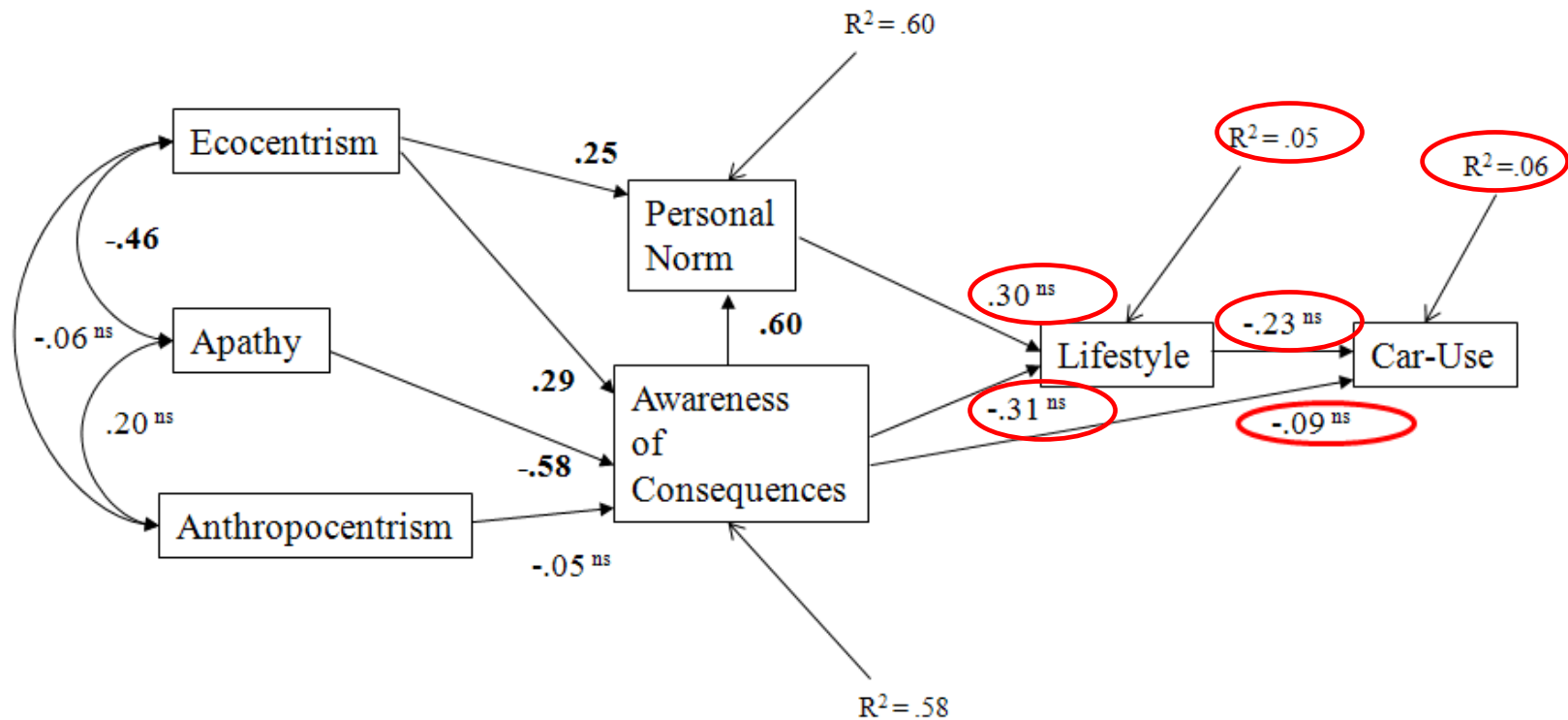


Nordlund, A., & Garvill, J. (2000). *A structural model of car-use as a function of habit*. Paper presented at 1st IGERT Graduate Student Research Conference "Travel behavior, Planning, Modeling and Policy", UC Davis, USA  
**Individer med svag bilvana**



Nordlund, A., & Garvill, J. (2000). *A structural model of car-use as a function of habit*. Paper presented at 1st IGERT Graduate Student Research Conference "Travel behavior, Planning, Modeling and Policy", UC Davis, USA

**Individer med stark bilvana**





# Vanor kan vara ett hinder och dessa utvecklas i ...

- **en stabil kontext** (i hemmet på morgonen)
- **för aktiviteter som utförs ofta och regelbundet** (att ta sig till jobbet dagligen)
- **kräver mindre och mindre medveten tankekraft** → Vanan att ta bilen varje morgon till jobbet utvecklas!



# Aktivering av mål

*Jag ska till jobbet*



Situationsattribut



Beslutsalternativ



Integrering av info



**Beslut / Val**





# Aktivering av mål

*Jag ska till jobbet*



Situationsattribut



Beslutsalternativ



Integrering  
av info

**Beslut /  
Val**



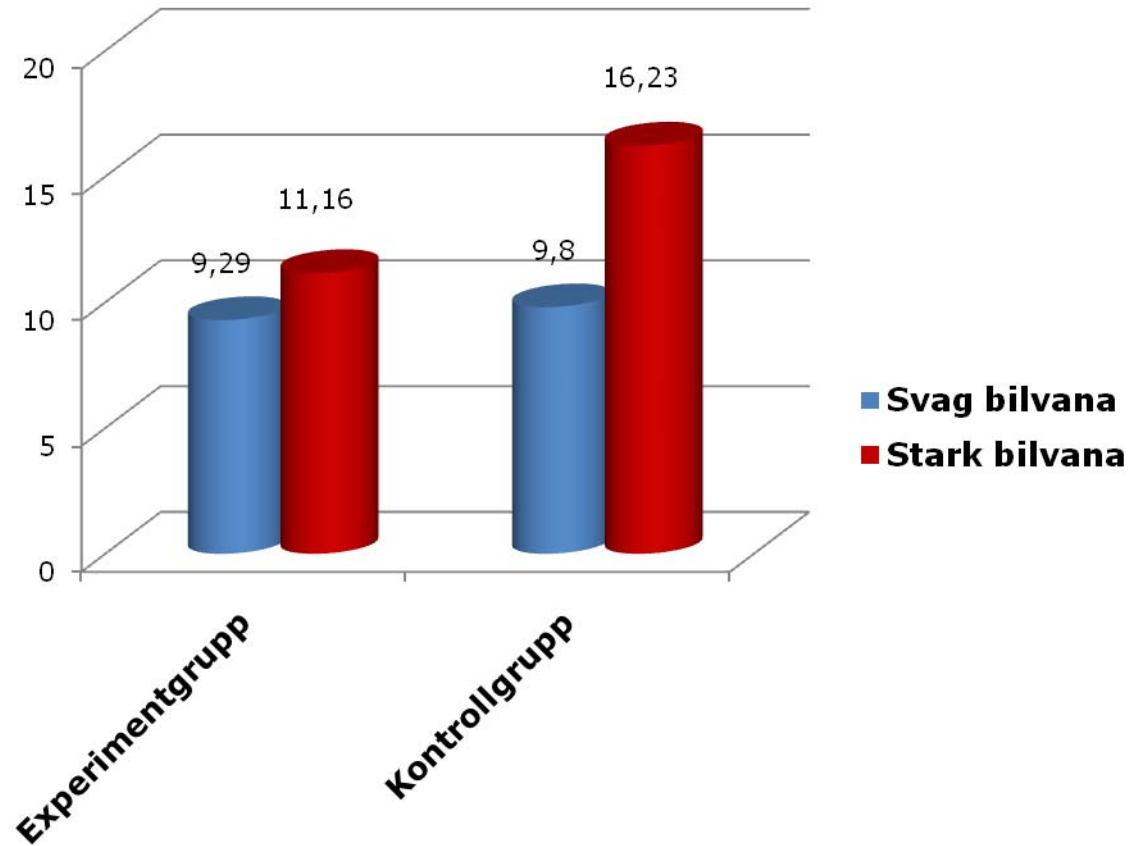
# Är läget hopplöst?



- NEJ, vanor kan brytas!
- Andra faktorer kan motivera till miljövänligt beteende

## Antalet bilresor/vecka efter manipulation i experimentgrupp

Det går att bryta bilvanan genom att medvetandegöra valet av färdmedel





Eriksson, L., Garvill, J., & Nordlund, A. (2008). Interrupting habitual car use: The importance of car habit strength and moral motivation for personal car use reduction. *Transportation Research Part F: Traffic Psychology and Behaviour*, 11, 10-23.

	Svag bilvana	Stark bilvana
Svag känsla av eget moraliskt ansvar		Svårt att ändra beteende
Stark känsla av moraliskt ansvar	Medvetet färdmedelval	Här finns den stora förändringspotentialen!

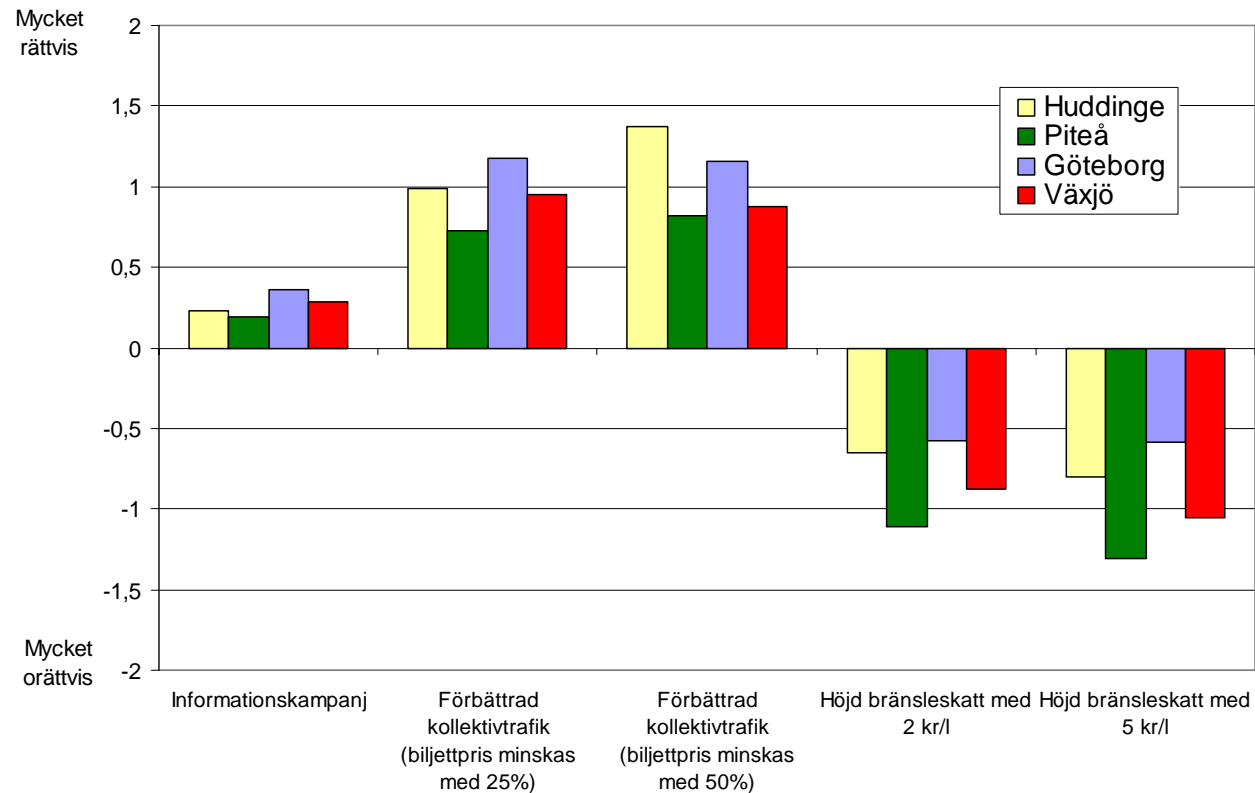
Det är de personer med **en stark bilvana och en stark känsla av att jag har ett personlig moraliskt ansvar** att agera för miljöns skull (personlig norm) som minskar sitt bilanvändande

# Strukturella åtgärder som alternativ till att förändra människors attityder

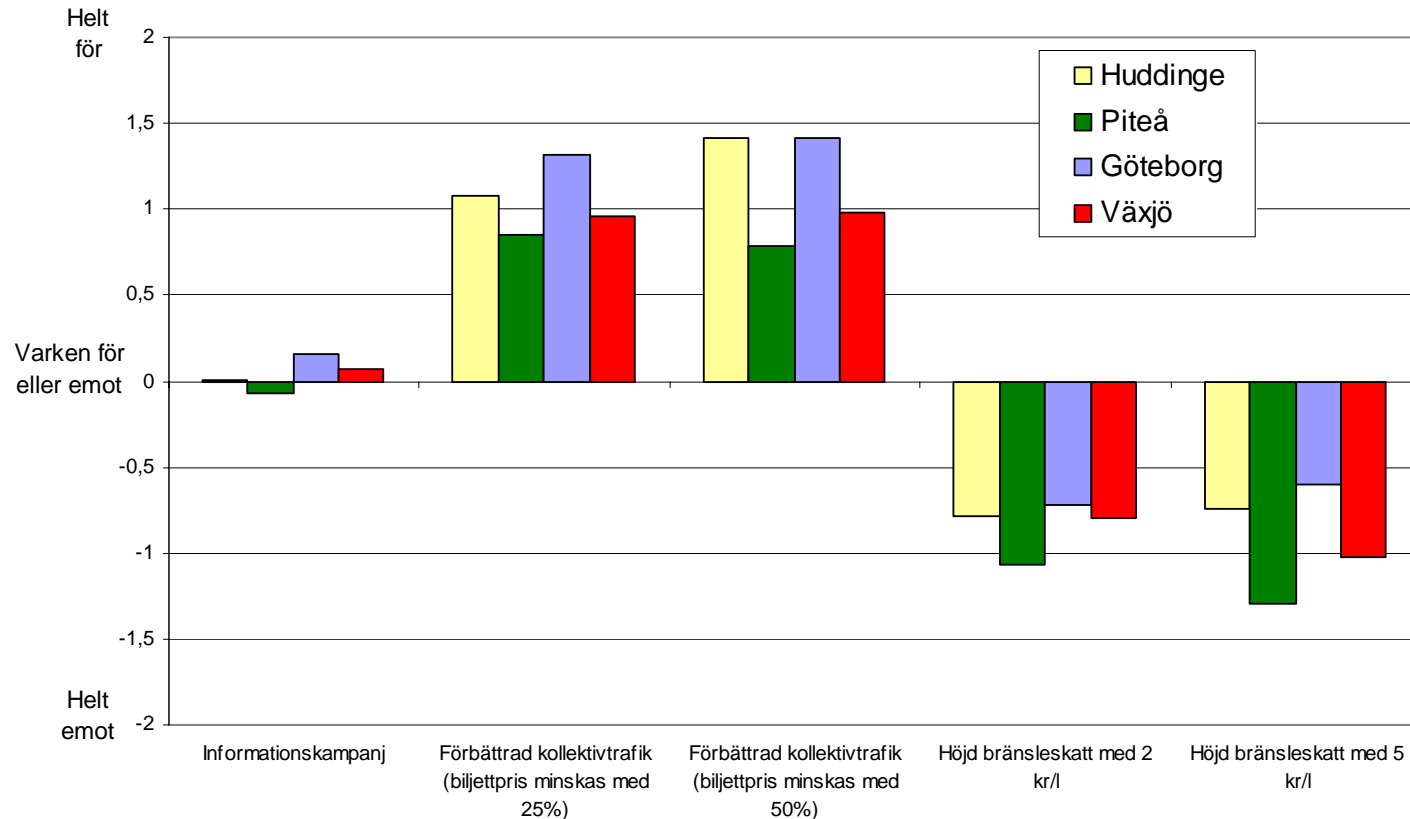
- Acceptans av miljöpolicy i hushåll
  - Informationskampanj
  - Höjd skatt på fossila bränslen
  - Minskad kostnad och förbättrad kollektivtrafik



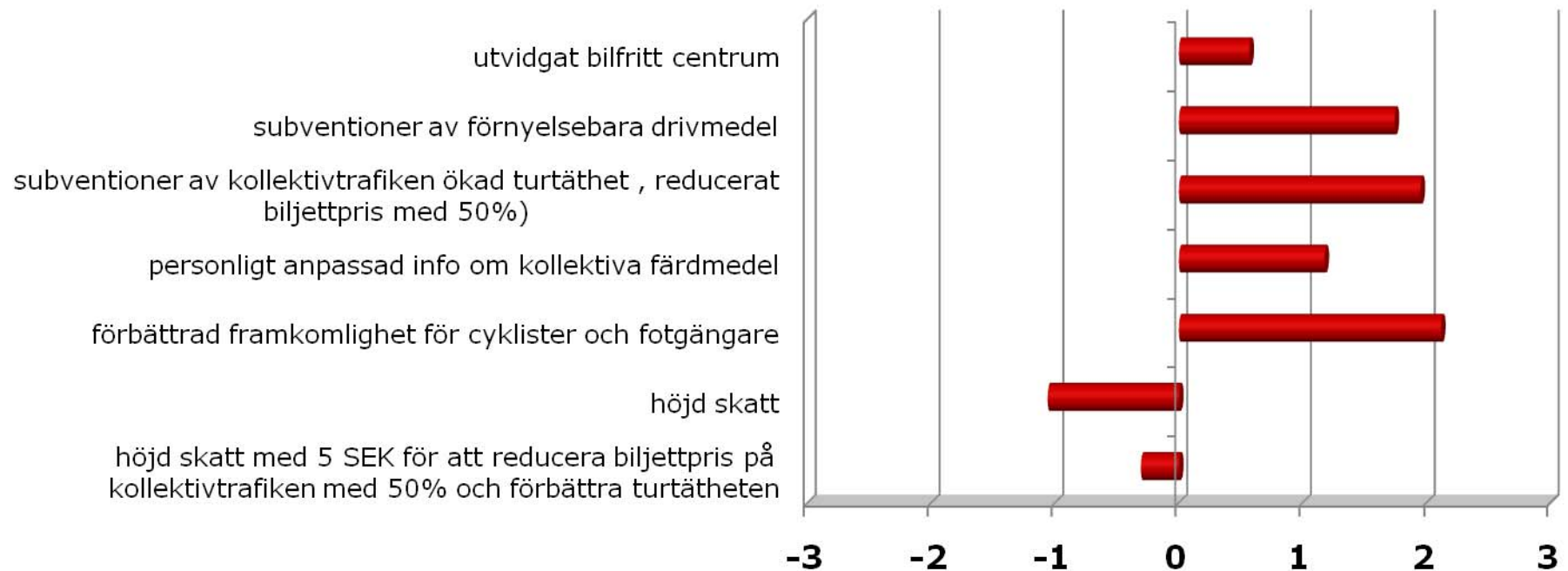
# Hur rättvisa uppfattas åtgärderna vara?



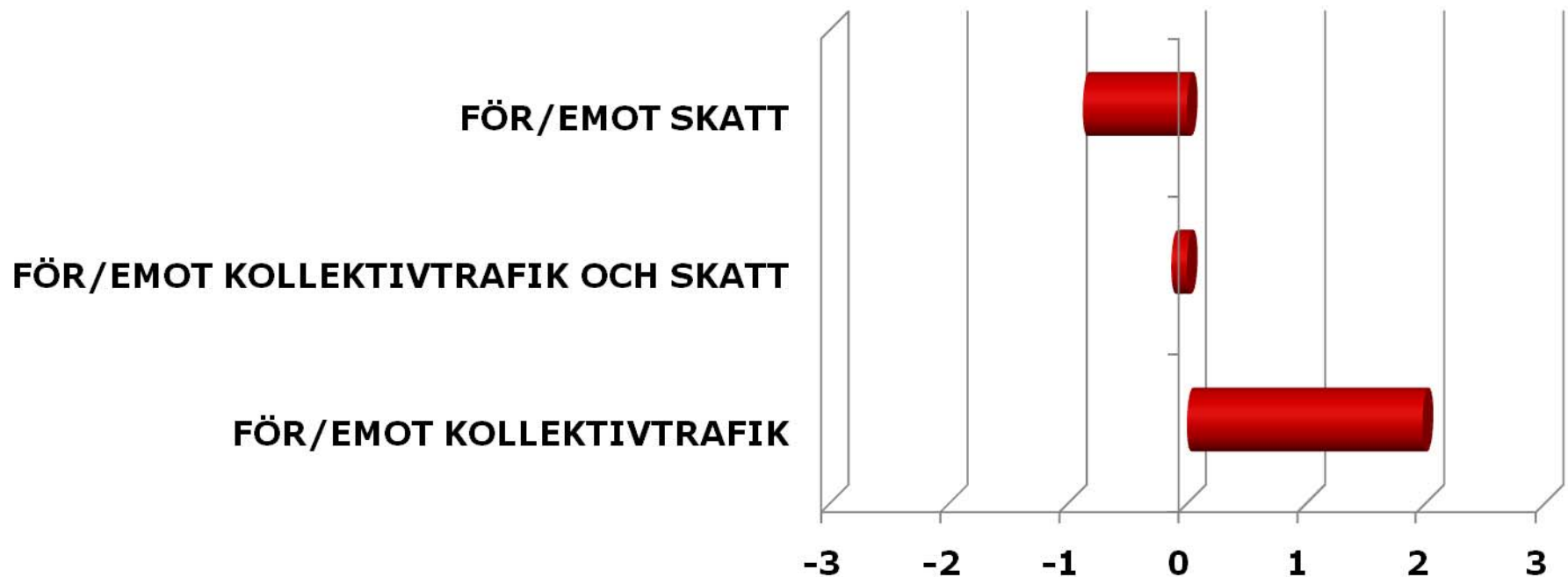
# Vilket stöd finns för åtgärderna?



# För eller emot olika åtgärder för minskad bilanvändning

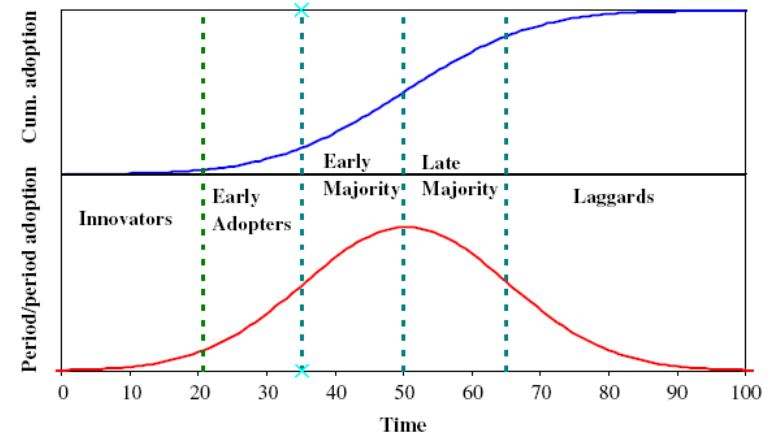


# För eller emot olika åtgärder för minskad bilanvändning



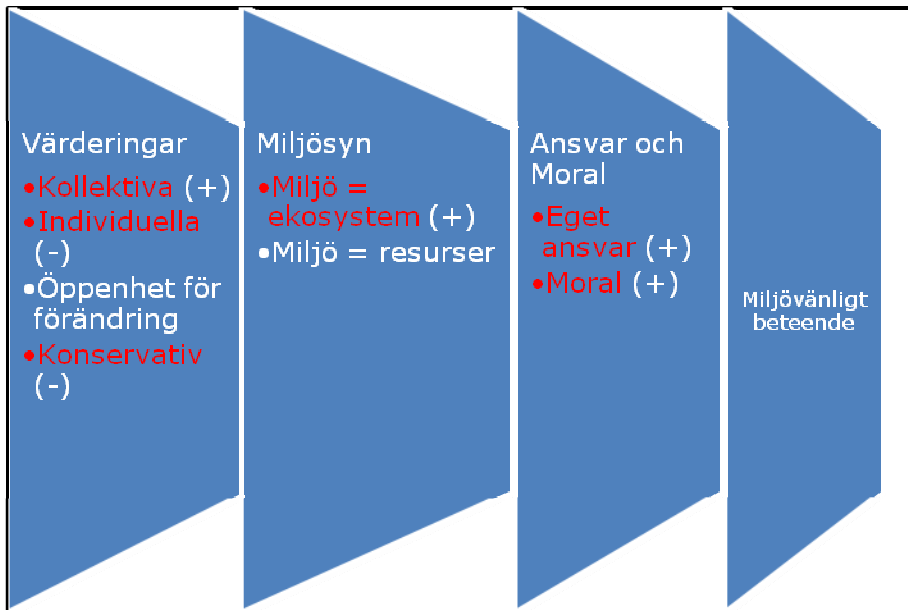
# De nya miljöbilsägarna – skiljer de sig från ägare av bensinbilar?

- Ägare av en miljöbil (drivs på alternativa drivmedel) uppvisar starkare:
  - kollektiva värderingar
  - personlig norm och är
  - mer medvetna om miljöproblemen
- Ägare av miljöbilar tenderar att vara mindre vanestyrd i sin bilanvändning
- Innovatörer – 'Early adopters'

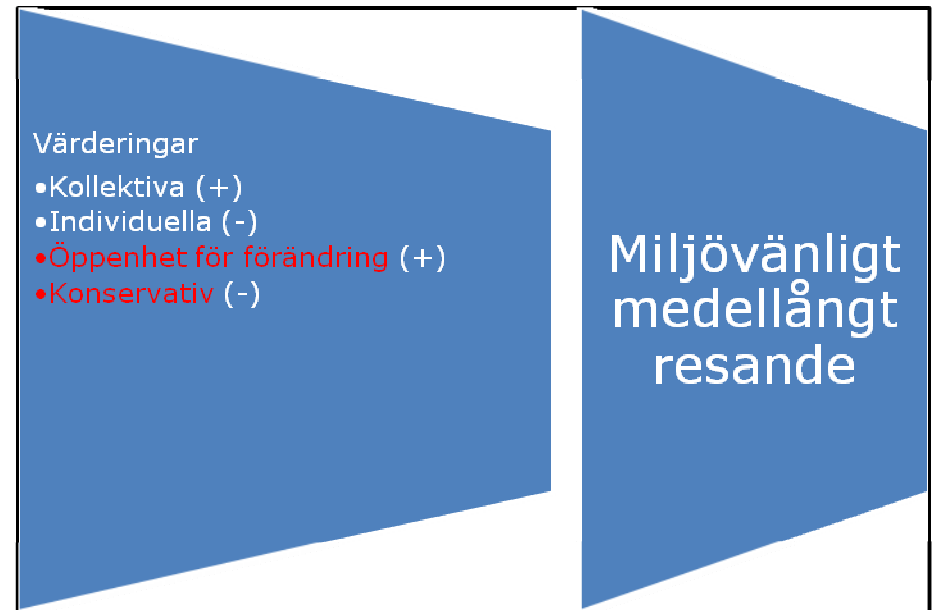


# Samma faktorer som påverkar längre resor med bil, flyg eller tåg som generellt miljövänligt beteende?

## Generellt miljövänligt beteende (26 beteenden som återvinning, konsumtion, energibesparing)



## Miljövänligt medellångt resande (Sverige [>70 mil], Norden, Europa)





# Avgör längden på resan eller färdmedlet?

- Tre faktorer:
  - Tågresor inom Europa, Norden och Sverige
  - Bilresor inom Europa, Norden och Sverige
  - Flygresor inom Europa, Norden och Sverige
- Oberoende av den medeldistans långa resans längd så var färdmedelsvalet konstant.
- *Möjligen vanans makt åter igen....*



# Hur når vi hit?



Välj eko-kött.



Ät mer bönor och linser.



# Vad vet vi!

- En generell disposition att agera miljövänligt finns som har sin bas i våra värderingar, attityder och normer
- Vanans makt! - Vanor kan dock brytas
- Personlig norm har betydelse, dvs. att aktivera en känsla av personligt moraliskt ansvar

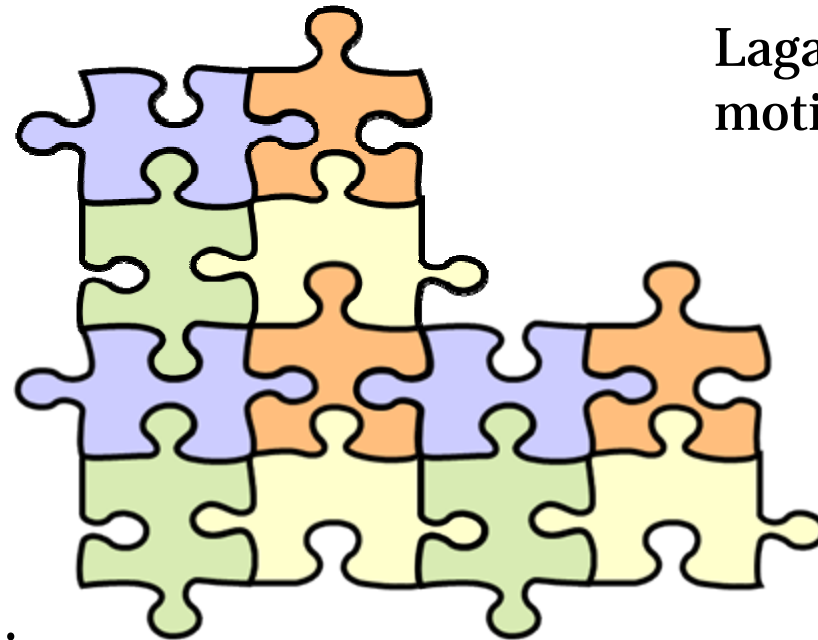


# Vad vet vi!

- Acceptans av åtgärder för minskad bilanvändning kan ses ha sin bas i våra normer, samt specifika aspekter som, frihet att välja, effektivitet och upplevd rättvisa
- Åtgärdspaket som både ger och tar accepteras i större utsträckning
- Vi behöver lära oss mer om de som redan gjort valet att köpa en miljöbil (s.k. "early adopters")
- Vi behöver studera de längre resor (medeldistans & långdistans) mer, för att bättre förstå hur vi kan få människor att välja miljövänliga alternativ när så är möjligt

# Vägar till förändring

Moral, etik, värden,  
världsåskådning  
(på lång sikt)



Lagar, förordningar och  
motiverande åtgärder

Utbildning/information  
för attitydförändring

Informellt socialt tryck i  
mindre grupper och samhällen

<http://www.umu.se/trum/>

