

# MAGASINET ADFÆRD

Vinter 2022/2023

## Bekæmp smitten på folkeskolerne i fremtiden

Tre studenterekspirimeter der  
viser, hvordan man får  
skoleelever til at holde afstand,  
og vaske hænder, under en pandemi  
s. 22

### TEMA

## At arbejde med adfærd under en pandemi

Hvordan kan nudging og adfærdsindsigter anvendes til  
at løse de adfærdsproblemer, der opstår, når man  
bekæmper en pandemi



# MAGASINET ADFÆRD

Vinter 2022/2023

## Udgiver

Dansk Nudging Netværk  
Kompagnistræde 7a, st. tv.  
1208 København K

ISBN 978-87-972776-0-7

## Redaktion

Pelle Guldborg Hansen  
Caroline Drøgemüller Gundersen  
Clara Lethin Vedel  
Jacob Skipper Schmidt

## Mail

[kontakt@danishnudgingnetwork.dk](mailto:kontakt@danishnudgingnetwork.dk)

## Bidragydere

Publiceret med støtte fra iNudgeyou

## MAGASINET ADFÆRD

Vinter 2022/2023

I Danmark er vi sluppet igennem COVID-19-pandemien, hvor vi har gjort os en masse erfaringer om, hvordan man håndterer en løssluppen virus. Disse erfaringer og dertilhørende indsigter er vigtige at huske i fremtiden, fordi verden igen en dag vil stå overfor en ny pandemi. Derfor har vi samlet nogle eksperimenter i denne udgave af ADFÆRD, som kan bruges som en håndbog. Den indeholder blandt andet løsninger og indsigter i adfærd forbundet med afsprøjtning og afstand m.m.

---

3

Forord

**Af adfærdsforsker Pelle Guldborg Hansen**

4-8

Artikel

**COVID-19: Afstandsbokse på Islands Brygge**

På trods af forsamlingsforbuddet i foråret 2020 begyndte folk at samle sig udendørs. Efter ide af Pelle Guldborg Hansen, udførte Københavns Kommune en intervention på Islands Brygge, som ser ud til at kunne give et fingerpeg om, hvordan offentlige rum kan indrettes, så de inviterer til at holde fysisk afstand.

10-14

Artikel

**Data fra selvrapporterede spørgeskemaer: Nemt og pålideligt, eller upræcist og risikabelt?**

Læs om et eksperiment, som iNudgeyou foretog med Gallup, som afslører, at man ikke kan stole på selvrapporterede data i forbindelse med menneskers COVID-19-adfærd.

16-21

Artikel

**COVID-19: Anvendelse af håndsprit på danske hospitaler**

Når man ikke kan stole på selvrapporterede data, må man ud i felten og opleve adfærd med egne øjne. Denne artikel er et eksempel på et eksperiment, der undersøger, hvilke nudges der virker bedst til at få folk til at spritte hænder af på et dansk hospital.

22-38

Studenterekspiriment

**Hjælp til genåbning af folkeskoler under COVID-19**

Hvordan får man skoleelever til at huske at holde afstand og vaske hænder? Vi har samlet tre studenterekspiriment, hvor projektgrupper fra Roskilde Universitet har været ude på tre forskellige folkeskoler og hjælpe dem med genåbningen i foråret 2020.

Dette nummer af ADFÆRD tager fat på det uundgåelige emne; fremtidens pandemier, og hvordan vi med viden fra adfærdsforskningen, kan håndtere dem bedst muligt.

Artiklerne i dette magasin bygger på eksperimenter og forskning, foretaget under corona-pandemien, for at undgå mest mulig smitte. Vi sidder nu med nogle oplagte værktøjer til at løse mange af de adfærdsproblemer, der opstår, når man skal bekæmpe en pandemi. En diagnostisk tilgang, der undersøger, hvorfor mennesker gør, som de gør, når de fx ikke får sprittet hænder af, holdt afstand eller bliver testet, ligger lige til højrebænet, når der er tale om en pandemi.

De fleste danskere nåede at få corona-rådene godt ind under huden, mens pandemien stod på: Hold afstand, brug håndsprit, luft ud, begræns socialt samvær osv. Men som vi så ofte ser, er information ikke nok til at sikre, at disse råd bliver overholdt. Det er nemlig "desværre" sådan med os mennesker, at vi ikke indretter vores liv efter fornuftige anbefalinger fra den dag, vi ser dem, og resten af vores dage.

Derfor er der brug for et andet fundament til kommunikationsindsatsen, der rykker os fra at vide, hvad vi bør gøre – til faktisk at gøre det. Det er naturligvis her, nudging og adfærdsindsigter kommer ind i billedet.

I dette nummer bringer vi en artikel, der handler om, hvordan man ved hjælp af intuitiv kodning kan få mennesker til at holde afstand. Artiklen beskriver, da Københavns Kommune greb idéen om at bruge optegnede bokse til at gøre det tydeligt, hvor mennesker måtte opholde sig i det offentlige rum – uden at være for mange og for tæt.

Vi er i skrivende stund heldigvis tilbage til normale tilstande i Danmark med åbne skoler, institutioner og arbejdspladser.



Pelle Guldborg Hansen

Nogle af dem, der har lidt et stort psykisk pres under pandemien, er de unge mennesker - især gymnasie- og folkeskoleelever. Derfor har vi i magasinet fokus på, hvordan man bedst muligt kan undgå smitte på skoler.

Tre grupper af mine studerende fra Roskilde Universitet har bidraget til at gøre os klogere på, hvordan skolerne kan bruge nudging og adfærdsindsigter til at mindske smitte og sikre god hygiejne i skoletiden. Du kan læse tre gode eksempler på interventioner, der tackler nogle af de adfærdsudfordringer, der skal håndteres for at mindske risikoen for smitte i de danske folkeskoler ved fremtidens pandemier. Interventionerne er udviklet af studerende, der med udgangspunkt i frameworket BASIC har koblet relevante adfærdsvidenskabelige strategier til de adfærdsproblemer, som skolerne stod overfor i første genåbningsfase.

God fornøjelse!



# COVID-19: Afstandsbokse på Islands Brygge

Skrevet af Pelle Guldborg Hansen og Louise Nordtorp Veng



## INTRODUKTION

Spredningen af vira kræver en vedvarende overholdelse af blandt andet krav til fysisk afstand. Under COVID-19 viste det sig dog at være svært at overholde den nødvendige afstand. Forårssolen begyndte at varme i 2020, og danskerne søgte ud i de offentlige områder. Trods dialog, påbud og bøder holdt danskerne stadig ikke den nødvendige afstand til hinanden. En intervention på Islands Brygge, udført af Københavns Kommune efter ide af Pelle Guldborg Hansen, og anvendelsen af det adfærdsvidenskabelige greb *intuitiv kodning* gav et godt eksempel på, hvordan man effektivt kan indrette offentlige rum, så de inviterer til, at man holder mere afstand.



### MINDST 1 METERS AFSTAND, TAK!

I forbindelse med COVID-19-pandemien offentliggjorde Sundhedsstyrelsen fem generelle råd til at forebygge smittespredning. Et af de råd var *fysisk afstand*, der blev defineret som et "supervåben" til at bremse pandemien, af Sundhedsstyrelsen [1]. Først blev det anbefalet at holde to meters afstand til andre, senere blev det indskærpet til én meter.

Rådet kunne synes enkelt at overholde, og alle danskere var bekendt med nødvendigheden i at holde afstand, for at kunne holde smitten nede. På trods af både råd og et forsamlingsforbud på maks. 10 personer begyndte folk alligevel at samle sig i forårssolen i foråret 2020, og billeder af folk, der brød forsamlingsforbuddet, blev delt af både presse og almindelige borgere på de sociale medier.

Ifølge Københavns Politi var det især på Islands Brygge, at for mange mennesker samlede sig på et lille område – og hverken dialog eller påbud fik folk til at holde afstand eller forlade området [2]. Efter pres fra politikere, medier og vrede borgere ændrede politiet strategi fra dialog til opholdsforbud med tilhørende bødesanktion. Strategien medførte dog u hensigtsmæssige bøder blandt andet til to mænd, der ventede på havnebussen, som var ved at lægge til [3].

### HVAD GÅR GALT?

Det var ifølge Pelle Guldborg Hansen forudsigeligt, at danskerne efter en lang vinter havde et ønske om at komme ud i solen

**Problemet opstår, idet det offentlige rum ikke er indrettet til social distance, men tværtimod er indrettet med henblik på socialt samvær og interaktion**

og det offentlige rum, som de plejer i foråret [4]. Et sådant problem opstår, idet det offentlige rum ikke er indrettet til social distance, men tværtimod er indrettet med henblik på socialt samvær og interaktion – eksempelvis i parker med dertilhørende bænke og legepladser.

I situationer som disse er vi mennesker gode til at lede efter løsninger og til at omfortolke regler og egen adfærd. Det er nemt at tælle til ti, men hvad er to meter, som var Sundhedsstyrelsens anbefalede afstand på det tidspunkt? Og hvornår er man en forsamling? Fortolkning fører til *motiveret tænkning*, hvis formål er at finde en anledning til at gøre noget, der ikke følger reglerne, og hvor regler og opfattelse af egen adfærd gradbøjes [5].

Den store eksponering af regelbrud på de sociale medier og i pressen medførte desuden en u hensigtsmæssig fremstilling og opfattelse af, at stadig flere danskere var ligeglade og ikke fulgte reglerne. Mennesket orienterer og sammenligner sig fra naturens side konstant med andre mennesker og lader sig påvirke af, hvad andre gør [6]. Omtalen medførte således en uønsket *deskriptiv norm*, hvor det bliver mere acceptabelt at samle sig i større grupper.

Derudover endte opholdsforbuddet og udstedelsen af bøder med at fremstå tilfældigt og uretfærdigt i en række situationer, og tilliden til ordensmagtens evne til at adfærdsregulere blev svækket [3].

### ANVENDELSE AF ADFÆRDSINDSIGTER I DET OFFENTLIGE RUM

Men hvad gør man så, når dialog, påbud og bøder ikke virker?

I DR Deadline foreslog Pelle Guldborg Hansen, at græsplænen på Islands Brygge i stedet blev kridtet op ligesom på en fodboldbane, i firkantede felter, hvor der maks. måtte sidde 10 personer i hvert felt. Ligeledes skulle der tilføjes skilte i området til at forklare reglerne.

Dette kaldes også for *intuitiv kodning*; en strategi, hvor information, kontekster og objekter konstrueres, så folk intuitivt danner de rette formodninger angående håndtering, sammenhænge eller funktionalitet [5].

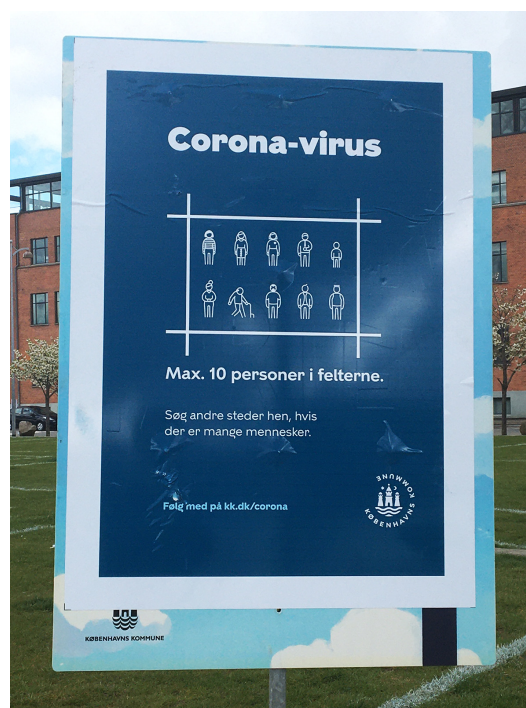
En intervention som denne:

- Tillod folk at fastholde deres ønske om samvær udendørs samtidig med at overholde retningslinjerne.
- Kræver ændringer af det offentlige rum, men ændringerne vil være minimale, og vil gøre det tydeligt, om man er en forsamling på mere end 10 personer.
- Gør det tydeligt for alle, at man forsøger at efterleve reglerne.
- Minimerer behovet for sanktionering.

Interventionen gav danskerne mulighed for at være sammen udendørs samtidig med at overholde Sundhedsstyrelsens retningslinjer. Det gav derfor også mindre anledning til at uddele bøder.

## VI KRIDTER BANERNE OP!

Få dage efter udsendelsen på DR implementerede Københavns Kommune interventionen på egen hånd, og de inviterede pressen til interview af Københavns politidirektør og daværende overborgmester, Frank Jensen – og genåbnede Islands Brygge, jf. *billede 1 og 2*.



Billede 1: Skiltning på Islands Brygge



Billede 2: Islands Brygge efter genåbning



Efterfølgende var der intet forsøg på effektmåling eller opfølgning med henblik på at dokumentere resultaterne af interventionen. Derfor har det været vanskeligt at fastslå præcist, hvor effektiv interventionen var. Trods det, blev løsningen implementeret flere steder i Danmark og udlandet. De steder, hvor interventionen er blevet implementeret, er det hovedsageligt foregået som en del af en medieindsats og uden detaljerede instrukser, hvorfor visse implementeringer har manglet essentielle komponenter samt efterladt rum til kritik over interventionens effekt.

I løbet af perioden, hvor interventionen var implementeret, var det tydeligt at se, når vi kom forbi, at de mennesker der sad på græsset holdte sig inde for forsamlingsbegrænsningen.

Lignende interventioner er i øvrigt blevet udrullet i Århus, Odense og Brooklyn. Her skal der streg under lignende, fordi de har givet deres egne bud på, hvordan de kunne se ud.



#### KONTAKT

Ved spørgsmål til undersøgelsen, er du meget velkommen til at kontakte Pelle Guldborg Hansen.

[learn@inudgeyou.com](mailto:learn@inudgeyou.com)

#### LITTERATUR

[1] Bækhus, L. (2020). *Social afstand overrasker Kåre Mølbak: Et supervåben mod corona*. Lokaliseret d. 22. oktober 2020 på:

<https://www.dr.dk/nyheder/indland/social-afstand-overrasker-kaare-moelbak-et-supervaaben-mod-corona>

[2] Christiansen, M.Ø. (2020). *Adfærdsforsker om bøde- og forbudstrusler fra politiet: Det er ikke løsningen*. Lokaliseret d. 22. oktober 2020 på:

<https://www.dr.dk/nyheder/indland/adfaerdsforsk-er-om-boede-og-forbudstrusler-fra-politiet-det-er-ikke-loesningen>

[3] Holm, L.T. (2020). *Fik coronabøde for at vente på havnebussen på Islands Brygge: »Politiet gør sig selv en bjørnetjeneste«* Lokaliseret d. 22. oktober 2020 på:

<https://www.berlingske.dk/samfund/fik-coronaboede-for-at-vente-paa-havnebussen-paa-islands-brygge-politiet>

[4] Birk, C. (2020). *Nu sættes der spørgsmålstegn ved helt afgørende del af dansk strategi: Hvor længe kan vi blive ved med at holde afstand?* Lokaliseret d. 22. oktober 2020 på:

<https://www.berlingske.dk/danmark/nu-saettes-der-spoergsmaalstegn-ved-helt-afgoerende-del-af-dansk-strategi>

[5] Hansen, P.G. & OECD (2019). *Tools and Ethics for Applied Behavioural Insights: The BASIC Toolkit*. , Paris: OECD Publishing.

[6] iNudgeyou (2012). *Nudging By Descriptive Norms*. Lokaliseret d. 16. marts 2020 på:

<https://inudgeyou.com/en/nudging-by-descriptive-norms/>

## Masterclass i nudging & adfærdsindsigter

### ➤ iNudgeyou – i København

Kurset varer i tre dage og er til dig der ønsker at opnå en bedre forståelse for menneskelig adfærd – og i forlængelse heraf, hvordan man udvikler effektive nudgeløsninger, der guider mennesker ud fra deres bedste interesse. Kurset tager udgangspunkt i procesværktøjet, BASIC<sup>®</sup>, udviklet af iNudgeyou.

“

Kurset åbnede en lovende indgang til, hvordan jeg kan analysere og konkretisere de adfærdsbaserede problemstillinger, som vi har brug for at finde en løsning på i det nordjyske sundhedsvæsen. Jeg fik gode, grundige og velunderbyggede værktøjer, der får de bedre løsninger til at krystallisere sig ud.”

**Tina Heebøll**  
Kommunikationskonsulent  
Region Nordjylland



## Adfærdskommunikation

### ➤ iNudgeyou – i København

På dette 1-dagskursus vil du opleve, at arbejdet med nudging inden for kommunikation er en faglig teknik, der gør dig i stand til at identificere, forstå og forebygge de psykologiske faktorer i den menneskelige natur, der dagligt påvirker os alle.

## Adfærdsbaseret arbejdsmiljø

### ➤ iNudgeyou – i København

Nudging kan inden for arbejdsmiljø anvendes til at forbedre adfærd i forbindelse med fx sikkerhed, ergonomi og sundhed.

På dette 1-dagskursus lærer du den grundlæggende teori, der ligger bag nudging, og du får konkrete nudgingværktøjer og eksempler, så du selv kan komme i gang med at nudge dit arbejdsmiljø.



Se datoerne for alle vores kommende kurser på [vores hjemmeside](#)

*Alle kursusaktiviteter tilbydes også som interne forløb for virksomheder*



# Data fra selvrapporterede spørgeskemaer: Nemt og pålideligt, eller upræcist og risikabelt?

Artikel af iNudgeyou



## INTRODUKTION

Følgende artikel omhandler et eksperiment, som iNudgeyou udførte via en spørgeskemaundersøgelse, bestilt hos Gallup under COVID-19-pandemien. Eksperimentet tacklede nogle af de udfordringer der opstår, når man betror sig til selvrapporteret adfærd. Meget af vores dagligdag er rutinedrevet, hvilket er en af grundene til, at det kan være svært at huske præcise detaljer om ens tidligere adfærd. Adfærdsforskningen har de seneste 50 år vist, at mennesker har svært ved at huske specifikke detaljer om deres rutineadfærd, når de bliver spurgt. Netop det viste sig også i undersøgelsen, beskrevet i denne artikel. Eksperimentet gjorde brug af *ankereffekten*, for at påvise, hvor svært folk har det med at vurdere deres tidligere rutineadfærd.



Det kan være kompliceret at bruge data fra selvrapporterede spørgeskemaer, fordi vi mennesker generelt mangler evnen til at huske ikke-fremtrædne dele af vores hverdag. Ikke-fremtrædne dele af vores hverdag er f.eks. antallet af glas vand vi drak i går, eller hvor mange gange vi vaskede vores hænder.

Spørgeskemaer har fordele og ulemper. Det er en nem, hurtig og billig metode til at nå store dele af befolkningen og indsamle data. Til gengæld er der stor risiko for fejl i den data man indsamler, som kan betyde, at det ikke er repræsentativt for virkeligheden.

Disse potentielle konsekvenser af selvrapporteret spørgeskemadata har iNudgeyou undersøgt og beskrevet i et studie, som er blevet publiceret i det ledende adfærdsvidenskabelige tidsskrift, Behavioural Public Policy [1].

Da COVID-19 for alvor begyndte at sprede sig i 2020 var politiske beslutningstagere i hele verden meget nysgerrige på, i hvor høj grad borgerne, i deres respektive lande, overholdte de restriktioner der blev anbefalet af de offentlige sundhedsmyndigheder.

I Danmark så vi store spørgeskemaundersøgelser blive rullet ud, som Aarhus Universitets HOPE-projekt, hvis data blev brugt af staten til at forme vigtige beslutninger. For eksempel blev en lockdown forlænget, fordi dataen i spørgeskemaundersøgelsen tydede på at danskerne ikke efterlevede anbefalingerne.

Idet spørgeskemadataen tilsyneladende spillede en stor rolle under COVID-19, begav iNudgeyou sig til at undersøge troværdigheden af disse resultater, ved at replikere HOPE-projektets undersøgelse med et lille twist. Vi bad ikke blot deltagerne om at resonere sig frem til antallet af afsprætninger/håndvask de foretog dagen før, vi inkluderede to ankerpunkter til spørgsmålet.

## UNDERSØGELSEN

I undersøgelsen som vi, ligesom HOPE-projektet, bestilte hos Gallup, udspurgte vi fra d. 9 juni til d. 12 juni 2020, 1001 danskere over 18 år om deres adfærd i forhold til håndhygiejne og afstand til andre mennesker. Spørgeskemadeltagerne blev stillet følgende spørgsmål, som var designet til at ligne spørgsmålene fra HOPE-projekt:

1. Hvor mange gange vaskede/sprittede du dine hænder i går?
2. Hvor mange gange har du været inden for to meters afstand af en anden person i mere end to minutter i går?

Forinden disse to spørgsmål blev deltagerne bedt om at identificere om hyppigheden af deres adfærd var over, under eller lig med en benchmarkværdi eller et såkaldt "ankerpunkt". Ved håndhygiejnespørgsmålet benyttede vi to forskellige ankerpunkter; et plausibelt højt ankerpunkt og et plausibelt lavt ankerpunkt.

Den ene halvdel af deltagerne blev spurgt, om de sprittede/vaskede hænder mere, mindre eller lig med 30 gange dagen før.

Den anden halvdel af deltagerne fik det lave ankerpunkt, og blev spurgt, om de sprittede/vaskede hænder mere, mindre eller lig med 3 gange dagen før.

Tilsvarende blev et højt og lavt ankerpunkt udvalgt til spørgsmålet om afstand, hvor tre var vores lave anker, og 15 var det høje.

## RESULTATERNE

Adfærdsvidenskaben har længe peget på, at spørgeskemaresultater er tilbøjelige til at have fejl. Derfor kommer det ikke som en overraskelse, at vores undersøgelse viser, at måden man spørger på (i dette tilfælde, hvilket anker man benytter i spørgsmålet) har en effekt på, hvordan deltagere genskaber og rapporterer deres egen adfærd.

I spørgsmålet om afstand rapporterede gruppen der blev givet ankerværdien på 3, et gennemsnit på 6,7 tætte interaktioner den forrige dag, mens gruppen med ankerværdien på 15 i gennemsnit rapporterede 8,7 tætte interaktioner – en stigning på 2.

Det samme gjorde sig gældende ved håndhygiejne gruppen, som fik et lave anker på 3 – her svarede deltagerne i gennemsnit 10,9 håndvask/afsprøjtninger, mens gruppen med det høje anker på 30 rapporterede 18,1 håndvask/afsprøjtninger i gennemsnit dagen forinden. Det er altså en stigning på 7,2 blot på baggrund af måden spørgsmålet blev stillet på. (Se graferne over gennemsnit i figur 1).

Ændringen i gennemsnittet mellem det høje og det lave anker var signifikant – både i spørgsmålet om håndsprit og afstand. Det er særligt interessant at se, hvor stor en effekt ankeret havde på håndhygiejnen. Da vi benyttede det lave anker i spørgsmålet skete der et fald på næsten 50% i antallet af afsprøjtninger/håndvask.

Det er svært at sige, hvorfor effekten af ankeret ved håndhygiejne var så meget større end ved afstand, men det siger noget om, at erindringer om håndhygiejne er meget modtagelig for påvirkning udefra.

### KONKLUSION

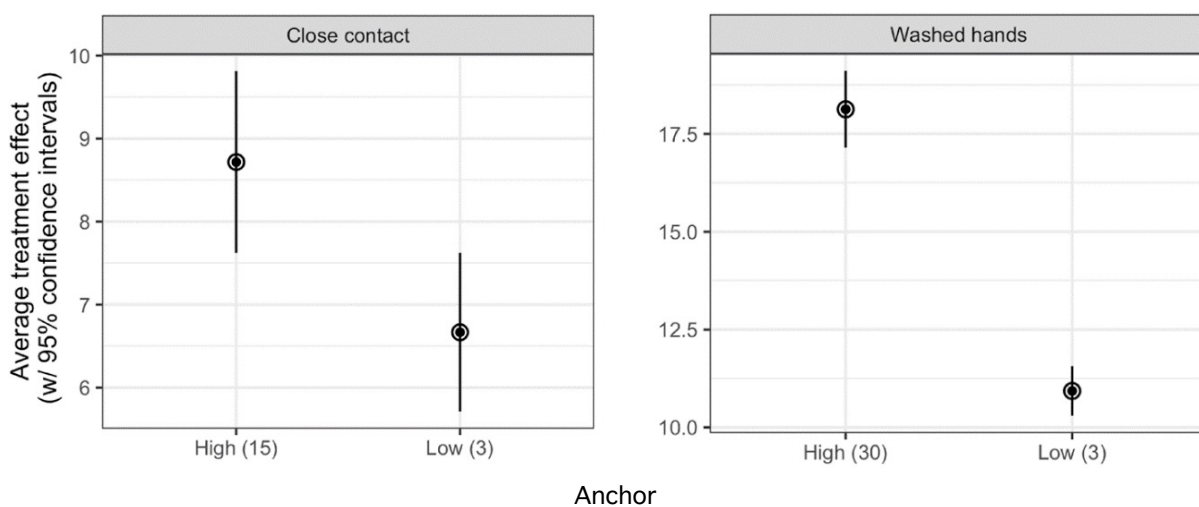
Det viser sig i vores undersøgelse, at måden man spørger på, i et spørgeskema, påvirker svaret man får, og udfaldet af den data man indsamler i sidste ende.

Uanset om det handler om deltagernes begrænsede hukommelse, socialt pres til at overdrive/underdrive særlige mål eller høj modtagelighed overfor udefrakommende indtryk, så viser undersøgelsen, at spørgeskemaer, når det handler om befolkningens rutineadfærd, er en upålidelig og upræcis måde at indsamle data på.

En alternativ og, i modsætning til de selvrapporterede spørgeskemaer, meget præcis metode til at indsamle data om rutineadfærd på, er ved at observere adfærd i dets naturlige kontekst.

Det er afgørende, at politiske beslutningstagere forstår begrænsningerne ved denne data, især når det i så høj grad benyttes som grundlag for at træffe valg der påvirker alle borgere, som vi så det under COVID-19 pandemien.

iNudgeyou er dedikeret til, at forbinde vores akkumulerede viden om menneskelig adfærd med viden vi oplever igennem observationer af den virkelige verden for at kunne hjælpe i vigtige situationer som denne.



Figur 1. gennemsnitlig effekt af interventioner

## LITTERATUR

[1] Hansen, P., Larsen, E., & Gundersen, C. (2022). Reporting on one's behavior: A survey experiment on the nonvalidity of self-reported COVID-19 hygiene-relevant routine behaviors. *Behavioural Public Policy*, 6(1), 34-51. <https://doi.org/10.1017/bpp.2021.13>



## KONTAKT

Har du spørgsmål til undersøgelsen, er du meget velkommen til at kontakte Caroline Gundersen.

[Caroline@inudgeyou.com](mailto:Caroline@inudgeyou.com)





# COVID-19: Anvendelse af håndsprit på danske hospitaller

Artikel af iNudgeyou



## INTRODUKTION

Da COVID-19 ramte verden i 2019 blev der som bekendt indført adskillige retningslinjer for korrekt corona-adfærd. Alle skulle være mere opmærksomme på god håndhygiejne og afstand til andre. Mange af de nye retningslinjer var nye for de fleste, heriblandt brugen af mundbind og den fysiske afstand. Dog er de fleste opdraget med, at god håndhygiejne er vigtig. På trods af det kan det være vanskeligt at få folk til at vaske hænder ofte og bruge håndsprit. I nyt felteksperiment fra 2019 undersøgte holdet fra iNudgeyou som led i et samarbejde med Danske Regioner, hvordan det var muligt at anvende nudging til at få hospitalsbesøgende til at anvende håndsprit. Med en baseline på 0,4 % var det tydeligt, at noget måtte gøres for at sikre højere compliance, og med simple greb steg compliance til hele 19,66 %.



## RENE HÆNDER REDDER LIV

God håndhygiejne og vigtigheden heraf er vi vidst alle helt med på som følge af COVID-19. Særligt på hospitaler, plejehjem samt mange andre steder i sundhedssektoren har man i adskillige år indført tiltag for at sikre høj compliance, når det kommer til håndhygiejne. Nogle med større succes end andre. Det er nemlig vigtigt for alle på et hospital at have rene hænder for at forebygge det, der kaldes hospitalserhvervede infektioner også kaldet HCI'er [1][2]. Dog har fokus i høj grad været på at lave tiltag, der skal fremme compliance blandt sundhedspersonalet, mens der indtil nu har været langt mindre fokus på at højne håndhygiejne-standarden blandt besøgende og patienter. Ifølge Statens Serum Institut og WHO får mellem 7-10 % af indlagte patienter i Danmark en hospitalserhvervet infektion i forbindelse med en indlæggelse, og hvert år forårsager disse HCI'er mange dødsfald [3]. Dødsfald, som kunne have været undgået med bedre håndhygiejne.

At få mennesker til at gøre noget hensigtsmæssigt igen og igen i en bestemt kontekst handler i den grad om adfærd. Derfor blev ovenstående udfordring startskuddet på et længere samarbejde med Danske Regioner og flere danske hospitaler, hvor fokus var at undersøge potentialet for at anvende nudging og adfærdsindsigter for at øge og sikre compliance flere steder. Samarbejdet medførte blandt andet det største håndhygiejneeksperiment nogensinde udført [4].

## PÅ HOSPITALET SOM BESØGENDE

Når man som besøgende befinder sig på et hospital, er det som regel for at besøge ens pårørende. Når du træder ind i forhallen på et hospital for at besøge din syge moster, er der måske en masse bekymrende tanker om hendes ve og vel, og der er helt sikkert ikke et ønske om at bidrage til yderligere lidelse for hverken den syge moster eller andre patienter. Derfor må der være et naturligt ønske om at agere hensigtsmæssigt under hele ens færden

og her er god håndhygiejne ingen undtagelse. Alligevel er der et mismatch mellem ønske og handling, da meget få besøgende anvender håndsprit. Når der er et mismatch mellem ønske og handling, er der et potentiale for at arbejde med en adfærdsvidenskabelig tilgang for at højne compliance og derved forsøge at nedbryde de barrierer, der kan afholde de besøgende i at anvende håndsprit på hospitaler.

Med afsæt i BASIC igangsatte vi en grundig foranalyse for at identificere alle de hensigtsmæssige og uhensigtsmæssige adfærdsmønstre i forbindelse med håndhygiejne på et hospital [5].

Et generisk adfærdsmønster viste sig hurtigt i form af besøgendes ankomst til et hospital, hvor der typisk er placeret en spritdispenser ved receptionen i håbet om, at man ved ankomst afspritter og derved afbryder smitteveje så tidligt som muligt. Dog viste en kontrolmåling på Hvidovre Hospital, at 0,4 % anvendte håndsprit ved ankomst i forhallen.

Efter en grundig adfærdsanalyse blev der udviklet adskillige løsningskoncepter målrettet hospitalsbesøgende og håndhygiejne på gangarealer. Vi ønskede at undersøge effekten af forskellige koncepter og variationer for at opnå højere compliance hos de besøgende. Målet var at få indsamlet nok data til at kunne bestemme, hvilke nudges der er mest effektive til at øge brugen af håndsprit på hospitaler.

## VISKAL UD I FELTEN

Når vi udfører felteksperimenter, er det helt essentielt at måle på direkte adfærdsdata samt kontekstsdata, når dette er muligt. Derfor indledte vi et større felteksperiment på Hvidovre Hospital i 2019, hvor observatører fra iNudgeyou registrerede alle mennesker, der trådte ind ad hoveddørene på hospitalet. Hvorvidt den besøgende desinficerede eller ej blev registreret sammen med køn og tidspunkt. Efter vi havde færdiggjort kontrolmålingen begyndte vi løbende at tilføje forskellige nudge-kombinationer i forhallen.

Vi observerede i alt i 46 dage i eksperimentperioden fra første fase (i perioden april-august 2019). Efter observationerne fra første fase var afsluttet, havde vi registreret i alt 41.702 hospitalsbesøgende og deres adfærd ved ankomst til Hvidovre Hospital. Felteksperimentet blev udført som et lag-på-lag eksperiment, hvor vi både testede effekten af de enkelte adfærdsvidenskabelige greb og den samlede effekt af flere greb sammen.

## DE FIRE NUDGES

Nudging handler ikke om at tvinge folk til noget, de ikke har lyst til. Derimod har nudges til opgave at promovere adfærd, der i bund og grund er i folks egen bedste interesse. Det er også tilfældet med brugen af håndsprit i de flestes tilfælde. Størstedelen af folk ville være enige i, at dét at desinficere sine hænder er det værd, for at undgå spredningen af sygdomme. Hvis nogen ikke ønskede at bruge håndsprit under vores eksperiment, stod det dem helt frit for at lade være.

Eksperimentet bestod af i alt 10 interventioner, der testede forskellige kombinationer af disse relevante adfærdsvidenskabelige greb; strategisk placering, synlighed, normative budskaber og naturligt afgrænsede områder.

Her er oversigten over de 4 nudges, vi udviklede og testede:

- Placering af spritdispenser: Lige efter indgangen til hospitalets foyer vs. lige udenfor indgangen til hospitalets foyer.
- Pink skilt med teksten "Håndsprit": Tilstede vs. ikke tilstede
- Pink banner/ klistermærke af håndhygiejnekampagne: Tilstede vs. ikke tilstede.
- Pink gaffatapelinje på jorden ved dispenseren: Tilstede vs. ikke tilstede.

**De fire nudges blev spredt ud på følgende 10 kombinationer for at kunne observere de forskellige variabelers effekt isoleret fra hinanden.**

1. Håndsprit ved receptionen, ingen nudges (kontrol).
2. Håndsprit lige ved indgangen til hospitalets foyer (placering 1).
3. Pink skilt (fremtrædenhed).
4. Håndsprit lige efter indgangen til hospitalets foyer + Pink skilt (placering 1, fremtrædenhed).
5. Pink banner/klistermærke af håndhygiejne-kampagne (kampagne).
6. Håndsprit lige efter indgangen til hospitalets foyer + Pink skilt + Pink banner/klistermærke af håndhygiejnekampagne (placering 1, fremtrædenhed, kampagne).
7. Håndsprit lige udenfor indgangen til hospitalets foyer (placering 2).
8. Håndsprit lige udenfor indgangen til hospitalets foyer + Pink skilt (placering 2, fremtrædenhed).
9. Håndsprit lige udenfor indgangen til hospitalets foyer + Pink skilt + Pink gaffatapelinje på jorden ved dispenseren (placering 2, fremtrædenhed, pink gaffatape).
10. Håndsprit lige udenfor indgangen til hospitalets foyer + Pink skilt + Pink gaffatapelinje på jorden ved dispenseren + Pink banner/klistermærke af håndhygiejnekampagne (placering 2, fremtrædenhed, pink gaffatape, kampagne).

## LIVSVIGTIGE ÆNDRINGER

Dette eksperiment er ganske unikt. Flere har før undersøgt forholdet mellem adfærd og håndhygiejne, men det er aldrig sket i så stor skala og så detaljeret før nu. Andre undersøgelser har heller ikke taget højde for interaktionen mellem flere variable på en gang. Den efterfølgende dataanalyse gav også nogle meget interessante indsigter.

Eksperimentet var i sin helhed en stor succes målt på effekt. Alle de testede nudges havde en effekt, der var større end kontrolmålingen på 0,43 %. Nudge-kombination, der viste sig at have den største effekt, var 9. scenarie: *Placering 2, fremtrædenhed, pink gaffatape*. Her var håndspritten placeret lige udenfor indgangen til hospitalsfoyeren med et synligt fremtrædende skilt og det lyserøde gaffatape på jorden for yderligere at opfordre folk til at stoppe op. Brugen af håndsprit steg i dette tilfælde til 19,66 %.

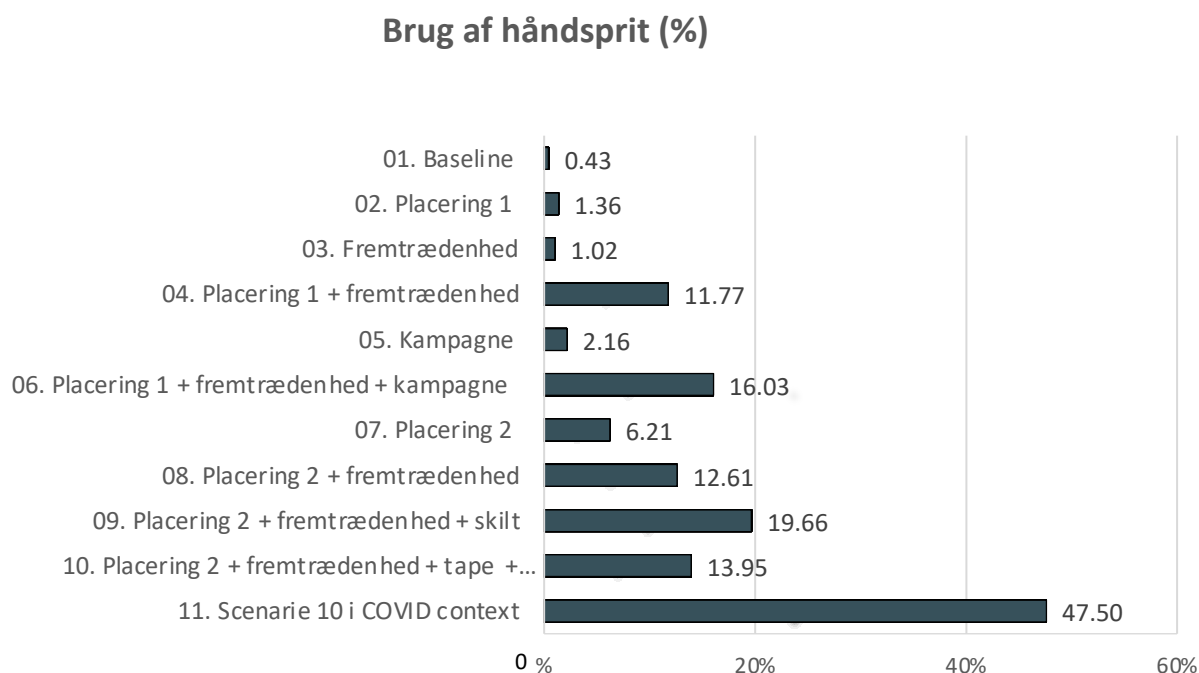
Ud over den overordnede opdeling på grafikken herunder gav vores datasæt os mere specifikke analysemuligheder. Da vi havde observeret både køn og ankomsttidspunkt, kunne vi bestemme nærmere, om nogen grupper af mennesker sprittede mere eller mindre af i specifikke tidsrum.

Det viste sig, at kvinder var mere modtagelige overfor vores nudges end mænd – og sprittede oftere hænder af. Vi ved ikke nøjagtigt, hvorfor kvinder var mere tilbøjelige til at benytte håndsprit. Det kan muligvis have noget at gøre med associationer til farven pink, hvor der kan ligge kulturelle betydninger knyttet til kvinder. Måske kan det også have noget at gøre med, at det var samme farve som de danske kampagner mod brystkræft, men vi kan kun gisne. Tidspunktet betød til gengæld ingenting og viste dermed ingen statistisk signifikante udsving. Herunder ses en graf over alle 10 scenarier og hver deres effekt.

## ANDEN FASE: HÅNDSPRIT I EN CORONATID

Da COVID-19 havde fået fat i danskernes hverdag, og vi havde levet med den famøse virus i omkring et år, besluttede vi os for at udvide vores undersøgelse og genbesøge de mest effektfulde nudges i foråret 2021. Vi indledte dermed anden fase af eksperimentet og observerede over fire dage på Hvidovre Hospital. Et år med COVID-19 havde sat sine tydelige spor i folks adfærd. Da vi foretog vores måling, viste det sig, at scenarie nr. 10, der havde en effekt på 13,95 % i første fase, havde nu en effekt på hele 47,5 % – altså næsten halvdelen af alle besøgende ved hovedindgangen! Spørgsmålet bliver, om denne effekt er vedvarende, og netop dét spørgsmål er vi i gang med at undersøge nu.

De nudges, vi har præsenteret i artiklen, er nemme at implementere i praksis, hvor dataindsamling samtidig er mulig. Der er et stort potentiale for at arbejde med en adfærdsvidenskabelig tilgang inden for sundhedssektoren, så dette er kun begyndelsen.



Figur 1: Fordeling af effekt på interventioner





### KONTAKT

Har du spørgsmål til undersøgelsen, er du meget velkommen til at kontakte Caroline Gundersen.

[Caroline@inudgeyou.com](mailto:Caroline@inudgeyou.com)

### LITTERATUR

[1] World Health Organization (2011) Report on the Burden of

Endemic Health Care-Associated Infection Worldwide – A systematic review of the literature ISBN 978 92 4 1501507 [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/80135/9789241501507\\_eng.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/80135/9789241501507_eng.pdf)

[2] M. Boyce, D. Pittet (2002) Guideline for hand hygiene in health-care settings: recommendations of the Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee and the HICPAC/SHEA/APIC/IDSA Hand Hygiene Task Force. American Journal of Infection Control, pp.1-46

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1241862/>

[3] Pittet, D., Allegranzi, B., & Boyce, J. (2009). The World Health Organization Guidelines on Hand Hygiene in Health Care and Their Consensus Recommendations. Infection Control & Hospital Epidemiology 10.1086/600379

[4] Hansen, P.G., Larsen, E., Modin, A., Gundersen, C., Schilling, M. (2021) Nudging hand hygiene compliance: a large-scale field experiment on hospital visitors, Journal of Hospital Infection, 2021, ISSN 0195-6701, <https://doi.org/10.1016/j.jhin.2021.09.009>

[5] Hansen, P.G. & OECD (2019). Tools and Ethics for Applied Behavioural Insights: The BASIC Toolkit. , Paris: OECD Publishing.

## De tre studenterartikler

Skrevet af tre grupper af studerende fra Roskilde Universitet, vejledt af Pelle Guldborg Hansen.

I forbindelse med de lempede restriktioner, som gav anledning til en åbning af Danmarks folkeskoler i foråret 2020, fik tre grupper af studerende mulighed for at udføre eksperimenter på tre folkeskoler. De undersøgte alle, hvordan man kunne få flest mulige børn til at agere hensigtsmæssigt, når de skulle holde afstand og afspritte deres hænder.

---

16

Artikel af Freja Thronsen, Laura M. Larsen, Olivia M. Olling, Melina G. Jørgensen, Line B. Jacobsen og Julie Bisgaard

### **Nudging skal få skolelever til at holde afstand**

Seks studerende fra Roskilde Universitet indledte et samarbejde med Brønshøj Skole, med det formål at mindske smittespredningen af COVID-19 blandt eleverne. Både elever og lærere havde svært ved at finde håndgribelige redskaber til, hvordan man som genåbnet folkeskole skulle håndtere en pandemi som COVID-19, hvor afstand og håndvask var essentielt for alle.

24

Artikel af Kasper R. Iversen, Jeffrey A.K. Baggers, Malthe K. Sandbye, Nikolaj E. Riemann & Anne K. Møller

### **Hjælp til genåbning af folkeskoler under COVID-19**

Denne artikel omhandler interventioner udført på Ålholm Skole i København, der skulle hjælpe skolen med at efterkomme Sundhedsstyrelsens retningslinjer ved at benytte værktøjer fra adfærdsvidenskaben. Formålet var at få så mange elever og ansatte som muligt til at bruge håndsprit, når de mødte ind om morgenen, samt holde afstand til hinanden på trappen ved hovedindgangen.

28

Artikel af Elvira B. Helle, Christian Wintcentsen, Tobias H. Borh

### **Sådan får du dine elever til at holde afstand – ved hjælp af nudging**

Denne artikel beskriver et felteksperiment på en anonym skole, udført af tre studerende fra Roskilde Universitet. Eksperimentet blev opsat med udgangspunkt i BASIC-rammearbejdet og havde til hensigt at mindske smittespredning blandt eleverne ved at påvirke elevernes adfærd i køen til håndvasken.

# Nudging skal få skolelever til at holde afstand

Artikel af Freja Thronsen, Laura M. Larsen, Olivia M. Olling, Melina G. Jørgensen, Line B. Jacobsen og Julie Bisgaard.





## INDLEDNING

Da COVID-19 pandemien toppede i slutningen af marts 2020, var Danmark et af de få lande, der var hurtige til at gennemføre en tilnærmelsesvis nedlukning. I takt med at antallet af smittede, som følge af nedlukningen, faldt, begyndte også en langsom genåbning. Blandt dem der var med i første fase af genåbningen, var landets folkeskoler fra 0. til 5. klasse. Skolerne skulle i den forbindelse følge de retningslinjer Sundhedsstyrelsen udstedte, som blandt andet indebar, at eleverne skulle holde to meters afstand og udføre regelmæssig håndvask. Leder for indskolingen på Brønshøj Skole, Kenneth Brøndum, forklarede, at problemet var, at eleverne, på trods af skolens egne forsøg på at få dem til at holde afstand og vaske hænder ved hjælp af sort gaffatape og striber på gulvet, havde svært ved at efterleve retningslinjerne. Han udtaler således:

- De største udfordringer var at få eleverne lige ind til en håndvask og få vasket hænder med det samme og sprittet af. Og så havde vi jo alle de udfordringer [...] med at få dem til at holde afstand ved spritten og ved håndvasken.

Børnene endte i stedet med at 'klumpe sig sammen' i grupper, når de blandt andet skulle vaske hænder. I den sammenhæng var nudging relevant at anvende, da man ved hjælp af forskellige adfærdsindsigter og strategier kan påvirke individer, i dette tilfælde eleverne på Brønshøj Skole, til at agere mere hensigtsmæssigt i bestemte situationer [1].

Gennem observationer blev det tydeligt, at det klassetrin der især havde problemer med at holde god afstand, var fjerdeklasserne. De gik ind ad hovedindgangen, hvorefter de gik ned ad en trappe for at gå ned af en kort gang til fire håndvaske, hvoraf de, af hensyn til smitterisiko, kun måtte benytte to af dem. Observationer af interventionerne er derfor opdelt i to – henholdsvis ved indgangen og trappen ned til håndvasken (Eksperiment 1) og ved selve håndvasken (Eksperiment 2).

## BEHAVIOUR

Når man arbejder med adfærd er der forskellige tilgange der kan bruges. Til dette projekt er frameworket BASIC valgt. BASIC er en diagnostisk tilgang, som indeholder teorier og metoder, der benyttes til at undersøge netop dette felt. I arbejdet med BASIC begynder man med B-fasen: Behaviour. I denne fase defineres den problematiske adfærd. Det gøres ved at udarbejde en adfærdsbeskrivelse bestående af fire spørgsmål: Hvem der udfører handlingen, hvad den (u)hensigtsmæssige adfærd er samt hvor og hvornår handlingen udføres [2].

Fjerdeklasserne på Brønshøj Skole er den generiske agent, og de stod overfor valget om at agere hensigtsmæssigt ved at holde afstand når de stod i kø for at vaske hænder, eller agere uhensigtsmæssigt, og dermed ikke holde afstand. Handlingen blev udført, hver gang eleverne skulle vaske hænder når de mødte ind om morgenen og efter hvert endt frikvarter.

## ANALYSE OG STRATEGI

I tråd med BASIC er det ligeledes nødvendigt at analysere den adfærd, der bliver observeret i Behaviour-fasen. Hvor B-fasen handler om at besvare spørgsmålet "hvad?", handler A-fasen om at besvare spørgsmålet "hvorfor?". På baggrund af den diagnose, der stilles i denne fase, udarbejdes en strategi i S-fasen.

I løbet af observationerne blev det tydeligt, at det var et opmærksomhedsproblem, der var årsag til, at eleverne ikke udførte den hensigtsmæssige adfærd. Eleverne glemte at holde afstand og havde tendens til at klumpe sig sammen.

I forsøget på at få eleverne til at udføre hensigtsmæssig adfærd og holde afstand blev strategien *seize attention* anvendt i form af neongrøn tape. Både i Eksperiment 1 og i Eksperiment 2 blev der placeret krydser af tape på gulvet med to meters afstand.

Da det viste sig, at nogle af eleverne i begge eksperimenter stadig overså krydserne på gulvet, blev adfærdsindsigten *saliency* også relevant [3]. Her blev pile af neongrøn tape placeret i øjenhøjde ved trappen for derved at rette elevernes opmærksomhed mod krydserne på gulvet i Eksperiment 1 og til at markere, hvilke håndvaske der skulle benyttes i Eksperiment 2.

### INTERVENTION

I fjerde fase af BASIC-tilgangen: Intervention, udvikles et eksperimentdesign, der gør det muligt at teste strategierne.

Observationsperioden forløb over syv dage med de samme fjerdeklasse elever, som hver morgen mellem kl. 7.45 og 9.00 blev eksponeret for de forskellige interventioner.

Eksperimenterne indeholder ikke nogen baseline, da det blev vurderet, at det ville være uetisk. Grundet situationen i foråret med COVID-19 ville det være mest forsvarligt at gå i gang med at udføre interventioner med det samme og dermed få en hurtigere mindskning af smitterisikoen fremfor at vente for at observere en baseline uden interventioner først.

Dog har denne beslutning også svækket resultaterne for eksperimenterne, idet vi ikke har kunnet sammenligne interventionerne med nuldata. For at se udviklingen kan de første observationer dog fungere som en form for baseline, hvorefter udviklingen og fremgangen ses i de ændringer og optimeringer, der efterfølgende blev udformet.

#### Eksperiment 1:

På dag 1 blev effekten af krydser placeret på gulvet fra indgangen og ned ad trapperne til håndvasken testet (Intervention A), *jf. billede 1*.



Billede 1: Eksperiment 1, Intervention A

Det samme var tilfældet på dag 2. Dernæst blev der på dag 3 tilføjet pile ved trapperne for at gøre eleverne opmærksomme på krydserne (Intervention B), *jf. billede 2*. En samlet effekt blev målt de sidste fire dage.



Billede 2: Eksperiment 1, Intervention B



Billede 3: Eksperiment 2, Intervention D



Billede 4: Opsætning af tape





Billede 5: Eksperiment 2, Intervention D

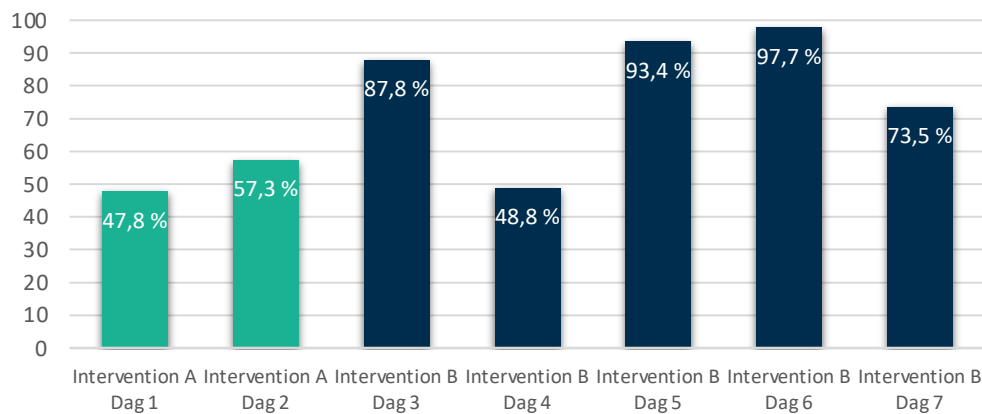
### Eksperiment 2:

På dag 1 og 2 blev der ligeledes her testet krydser på gulvet foran de håndvaske, der måtte benyttes (Intervention C). På dag 3 blev

der derudover opsat pile over håndvasken samt en streg på selve vasken (Intervention D), , *jf. billede 3 og 5*. En samlet effekt blev også her målt de efterfølgende fire dage.

## RESULTAT

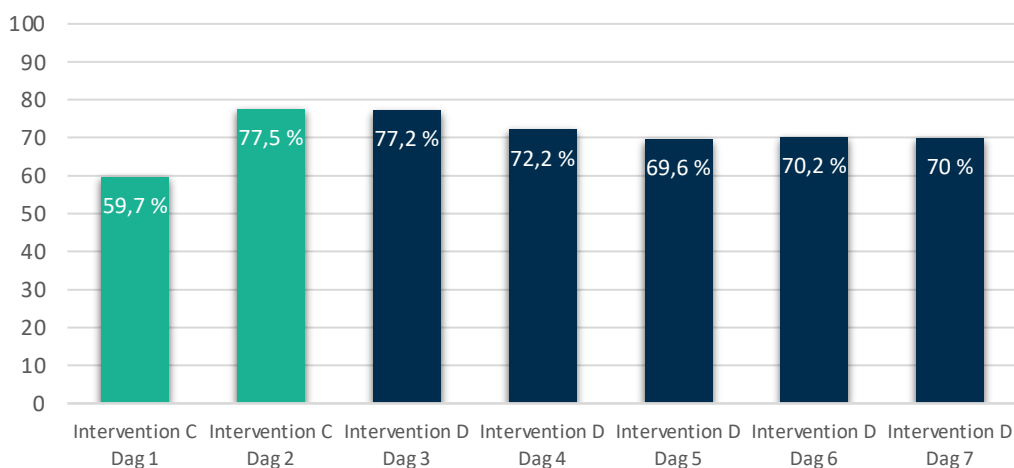
Figur 1: Andel af elever der holder afstand i køen i %



Resultaterne for Eksperiment 1 viser en lille stigning fra dag 1 til dag 2 med Intervention A, og at Intervention B i form af pilene er en effektiv strategi (hvis man ser bort fra dag 4) til at minde eleverne om krydserne og at holde afstand, *jf. figur 1*.



Figur 2: Andel af elever der holder afstand ved håndvask i %



Ekspertiment 2 var mere stabilt. Fra dag 1 til dag 2 med Intervention C sker der en fin fremgang fra 59,7 pct. til 77,5 pct., mens der ved Intervention D, i form af pilene over håndvasken og streger på håndvasken, sker en lille nedgang over de næste dage i elever, der holder afstand. Intervention D havde altså ikke den ønskede effekt. *jf. figur 2.*

Resultaterne viser indikationer på, at det er muligt at få elever til at holde to meters afstand til hinanden ved at benytte sig af indsigter fra adfærdsvidenskaben. Især har strategien *seize attention* i form af de neongrønne krydser på gulvet spillet en vigtig rolle for ændring af adfærd. Her er det især adfærdsindsigten *salience*, som var afgørende for Ekspertiment 1, da det var tydeligt at se under observationerne, at børnene reagerede på iøjnefaldende tape og placeringer, som var i øjenhøjde og intuitive for børnene.

Det peger altså på, at især Ekspertiment 1 har virket, og nudget eleverne mod en mere hensigtsmæssig adfærd. Dette imponerede også lederen for indskolingene Kenneth Brøndum:

- Vi har set en forbedring, og vi har i hvert fald set, at der er kommet en struktur særligt hos fjerdeklasserne, hvor I har sat op med det grønne tape og [...] vi har også opretholdt det, og det har fungeret rigtig godt med sprit og det grønne gaffatape fra vores røde sorte, så ja, det opretholder vi.

Det viste sig dermed, at simpel neonfarvet gaffatape er en nem og lettilgængelig måde, hvorpå elever kan påvirkes i retning af en mere hensigtsmæssig adfærd, der i den nuværende COVID-19 situation, ikke kun er til gavn for Brønshøj Skole og dens elever og lærere, men også for resten af befolkningen i samfundet.

## LITTERATUR

- [1] Hansen, P.G. (2019). 'Introducing Behavioural Insights' fra BASIC: a handbook for behavioural insights practitioners, s. 3-33.
- [2] Hansen, P.G., Schmidt, K. (2017). BASIC: En diagnostisk tilgang til udviklingen af adfærdsbaseret offentlig politik.
- [3] OECD (2019). Tools and Ethics for Applied Behavioural Insights: The BASIC Toolkit. OECD Publishing, Paris.  
<https://doi.org/10.1787/9ea76a8f-en>



# DANSK NUDGING NETVÆRK

## Grunduddannelsen i nudging og adfærdsindsigter

Et 8-dagskursus, der henvender sig til dig med interesse for at skabe adfærdsforandringer, hvad end du arbejder i det offentlige, en privat organisation eller virksomhed.

Uddannelsen er akademisk funderet, men med praksis i centrum, og giver dig et solidt fundament til selv at kunne begynde at arbejde projektbaseret med nudging og adfærdsindsigter.

På uddannelsen lærer du fra de førende danske kapaciteter på området om de psykologiske teorier, samt metoder og værktøjer, der benyttes i arbejdet med at anvende indsigter fra adfærds-videnskaberne til at skabe positive adfærdsændringer i praksis.

Forårsholdet er planlagt til at starte i april 2023. Det er en god ide at tilmelde sig i god tid for at sikre en plads på holdet.

### Kursussted

København

### Primære undervisere

Pelle Guldborg Hansen  
Caroline Gundersen

### Kontakt

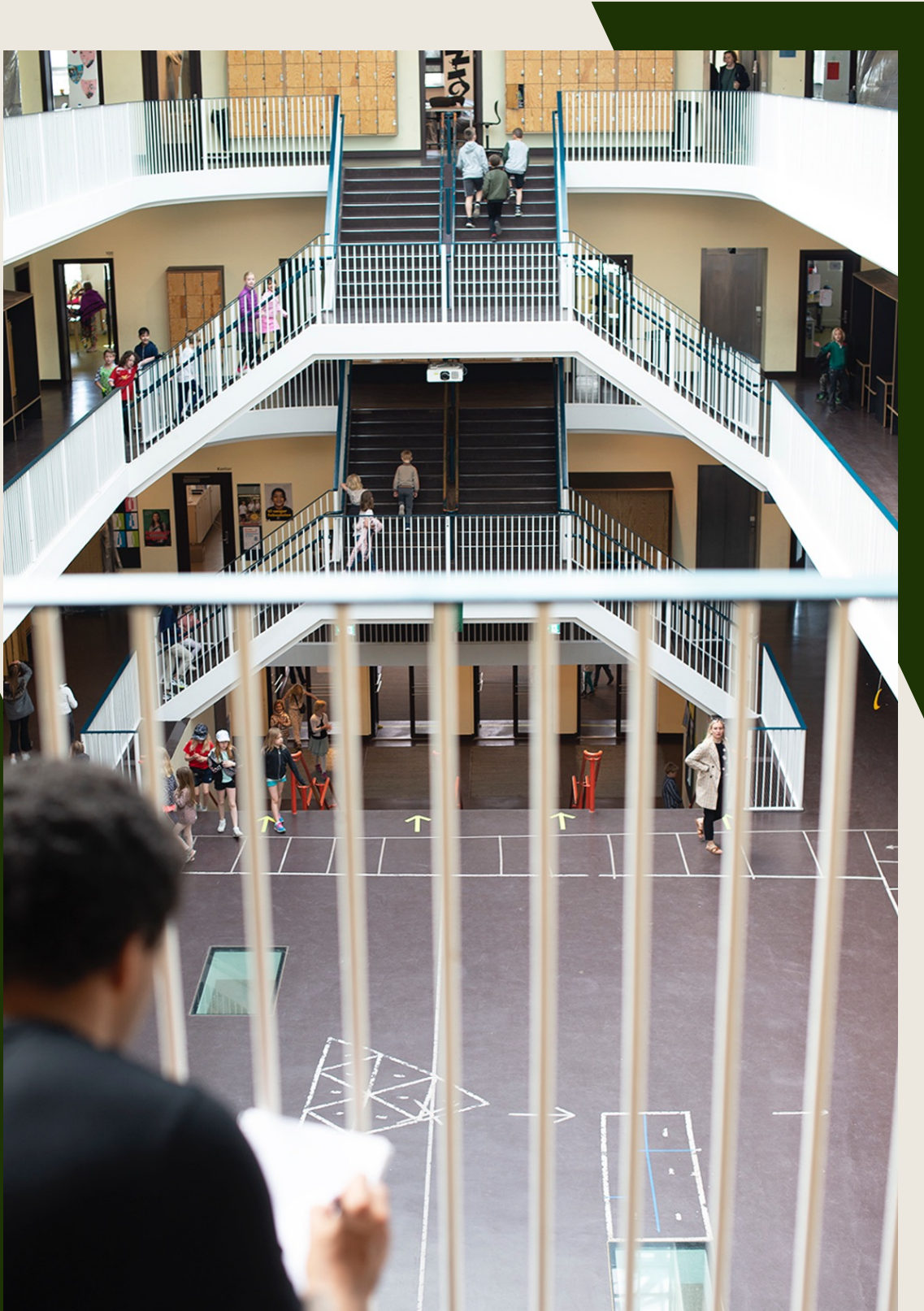
Du kan [tilmelde dig](#) det kommende kursus eller få mere information ved at kontakte os på:

[kontakt@danishnudgingnetwork.dk](mailto:kontakt@danishnudgingnetwork.dk)



# Hjælp til genåbning af folkeskoler under COVID-19

Artikel af Kasper R. Iversen, Jeffrey A.K. Baggers, Malthe K. Sandbye, Nikolaj E. Riemann & Anne K. Møller



## TILGANG

Vi havde en hypotese om, at eleverne ville klumpe sammen på skolens trappe, så derfor ville vi forsøge at nudge skolens elever og lærerne til at holde til højre på trappen.

Når man foretager adfærdseksperimenter, laver man i de fleste tilfælde undersøgelser af adfældsproblemerne, før man begynder at identificere, hvordan man kan forsøge at komme problemerne til livs. Dog fordrede de særlige omstændigheder med COVID-19, at der ikke var tid til at udføre eksperimentet på denne måde, men at vi måtte gøre, hvad vi kunne for at formindske smitterisikoen på skolen, lige fra skolen åbnede igen. Fordi vi ikke kunne foretage en indledende observation, måtte vores interventioner tage udgangspunkt i antagelser om særligt børnenes adfærd.

## STRATEGI

Gennem vores undervisning i nudging og adfældsvidenskab lærte vi, at umiddelbart ligegyldige faktorer kan påvirke menneskers adfærd [2]. Hvis man vil have mennesker til at foretage en handling, f.eks. at spritte hænder af eller holde til højre på trappen, er det ikke altid tilstrækkeligt at overbevise dem om vigtigheden af det og huske dem på det.

Så i stedet for blot at sætte skilte op og minde børnene og skolernes ansatte om, at de skulle bruge håndspritten, implementerede vi tiltag, der før har vist sig nyttige i tidligere nudging-eksperimenter, og som spiller på psykologiske mekanismer.

Et eksempel på et element, der før har vist sig at have en psykologisk effekt på mennesker, er brugen af farver. Fremtrædende og kontrasterende farver fanger oftere vores opmærksomhed, og det ville vi gøre brug af med vores implementeringer [3]. Når børn møder ind i skolen om morgenen, hænder det, at de ikke er særligt opmærksomme på deres omgivelser, men mere optagede af at lege eller snakke med dem, de følges med, se på telefoner eller alt muligt andet. Derfor forsøgte vi at fange deres opmærksomhed med fremtrædende farver, jf. billede 1.

## EKSPERIMENTDESIGN

I eksperimenter, hvor man ønsker at undersøge effekterne af ens interventioner, er det randomiserede kontrolofforsøg "the golden standard", da det giver det mest korrekte udtryk for, om interventionen har haft en effekt. Men som før nævnt gjorde den særlige situation med COVID-19, at vi fandt det uetisk at dele børnene ud i to grupper, hvoraf den ene gruppe ikke ville blive udsat for interventionen.

### Facebook-gruppen

Vi oprettede en Facebook-gruppe, hvor vi og andre indenfor skolevæsenet kunne dele erfaringer og udfordringer ift. smittefare på skolerne. Ideen var, at vi på den måde nemt kunne dele gode råd, og også selv få nogle.

Gruppen hedder "Sådan overholder din skole Sundhedsstyrelsens retningslinjer", gå ind og find den på Facebook, hvis du er nysgerrig.





Billede 1: Anvendelse af kontrastfuld gaffatape



Billede 2: Neongule pile på trapperne

I stedet for det randomiserede eksperiment udførte vi et eksplorativt casestudie med fokus på hvad brugen af adfærdsindsigter kunne gøre i en skolekontekst.

Vi udformede følgende interventioner:

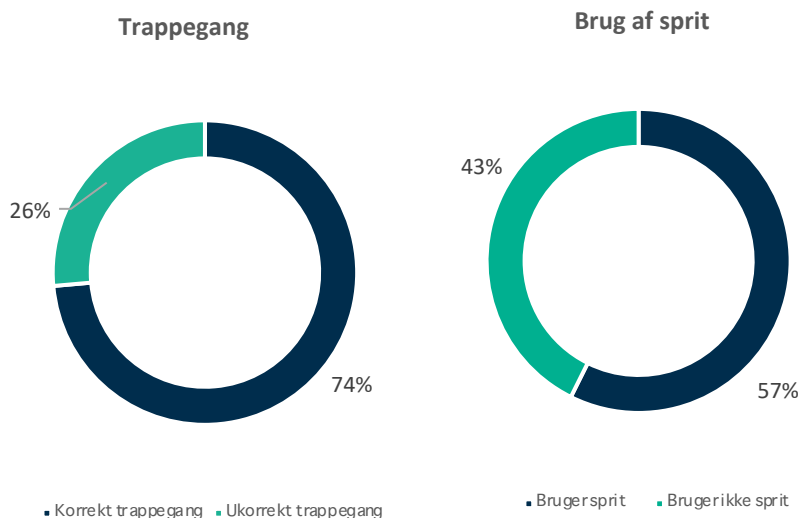
- Først placerede vi tre håndspritdispensere i indgangen på skolen på tre skamler.
- Rundt om alle håndspritdispensere på skolen placerede vi neongul tape, der havde det formål at fange børnenes opmærksomhed.
- På gulvet foran alle dørene i indgangen placerede vi den samme farve tape som på dispenserne, der skulle tegne en tydelig linje. Tanken var, at børnene ville være mere opmærksomme på håndspritten, fordi linjen på gulvet havde samme farve som håndspritten.

- På trapperne placerede vi neongule pile, der indikerede, at børnene skulle holde til højre, både når de gik op og ned ad trappen, jf. billede 2.

For at kunne observere om vores interventioner virkede, satte vi os, således vi ikke blev bemærket. Vi observerede 4 dage i tidsrummet kl. 07:45-09:00.

## RESULTAT

I den observerede periode var der 57,30 pct. af eleverne og personalet, der benyttede håndsprit, og 73,61 pct., der holdt afstand til hinanden på trappen, når de gik ind på skolen, jf. figur 1.



Figur 1: Observationer

Det var projektets formål at få så mange børn og ansatte som muligt til at bruge håndsprit, og holde afstand til hinanden, når de gik ind på skolen. Fordi vi af etiske årsager ikke kunne foretage observationer før og efter vores implementeringer, er det svært at estimere, hvilken effekt de havde for vores målinger.

Ikke desto mindre er det positivt, at over halvdelen brugte håndsprit, og næsten 3/4 holdte til højre, når de gik på trappen.

## LITTERATUR

- [1] Københavns Kommune (2018). Orientering - årsrapport om sygefravær 2018  
<https://www.kk.dk/sites/default/files/edoc/Attachments/23100060-32146891-1.pdf>
- [2] Hansen, P.G. (2019). 'Introducing Behavioural Insights' fra BASIC: a handbook for behavioural insights practitioners, s. 3-33.
- [3] OECD (2019). Tools and Ethics for Applied Behavioural Insights: The BASIC Toolkit. OECD Publishing, Paris,  
<https://doi.org/10.1787/9ea76a8f-en>



# Sådan får du dine elever til at holde afstand – ved hjælp af nudging?

Artikel af Christian Wintcentsen, Tobias H. Borh og Elvira B. Helle.



## INDLEDNING

Ledelsen og lærerne på den pågældende skole fandt i forbindelse med genåbningen ud af, hvor svært det kan være at overholde Sundhedsstyrelsens retningslinjer, og der opstod et behov for at undersøge, hvordan elevernes adfærd blev påvirket af omgivelserne.

Det var blandt andet de to meters afstand og håndvask der var vanskelig at overholde for børnene, og især når de stod i kø til håndvasken. Situationen var vanskelig for eleverne og lærerne, da eleverne skulle vaske hænder på gangen, hvor der ikke var tilstrækkeligt med plads, og lærerne skulle holde øje med eleverne på gangen og i klassen samtidig. Det tog både tid og kræfter.

Når menneskers adfærd skal påvirkes mod det positive, er nudging et suverænt værktøj. I denne sammenhæng vil det blandt andet betyde, at lærerne ikke behøver at være på nakken af eleverne, og eleverne ikke er på tværs. Det er ønsket, at eleverne bliver guidet uden at stille spørgsmålstejn ved interventionen.

Ligeledes kan en god nudge-intervention optimere tiden, således at det ikke behøver at tage 30 minutter for en hel klasse at vaske hænder. Nudging er også nemt og forståeligt for eleverne, både grundet simpliciteten af interventionerne og at det muligvis er genkendeligt fra blandt andet supermarkeder.

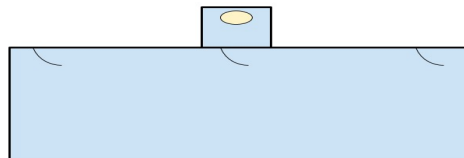
## BEHAVIOUR

Den første fase af BASIC frameworket er *Behaviour* [2]. Denne fase fokuserer på at definere problemet, og her samles og struktureres de data, der er nødvendig for en senere diagnosticering af problemet. En god måde, hvorpå man kan indsamle disse data, er gennem observationer af adfærd.

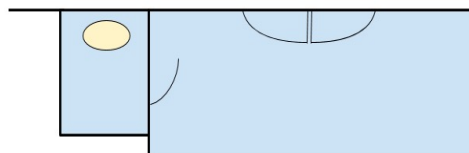
I denne fase udførte projektgruppen altså observationer to forskellige steder på skolen for derved at finde ud af, hvor mange procent af eleverne, der overholdte en afstand på to meter i køen til håndvask og således havde hensigtsmæssigt adfærd, og hvor mange der havde en uhensigtsmæssig adfærd og hvorfor.

Kontrolperioden viste, at 22 pct. af eleverne i Eksperiment A havde en hensigtsmæssigt adfærd, mens 78 pct. ikke havde, *jf. figur 1*. I Kontrol B, *jf. figur 2*, var det 35 pct. der havde hensigtsmæssig adfærd, mens 65 pct. ikke havde. Den gule cirkel i figurerne udgør håndvasken på gangen, mens buerne er døre til enten klasselokaler eller toiletter.

Figur 1. Kontrol A



Figur 2. Kontrol B





## ANALYSE

Næste fase i BASIC er analysefasen. Hvor B-fasen har et fokus på at finde ud af, hvad problemet er, handler A-fasen om at finde ud af, hvorfor problemet opstår. Til dette benyttes ABCD-hjulet, en fremgangsmåde til systematisk diagnosticering af et observeret adfærdsproblem [2].

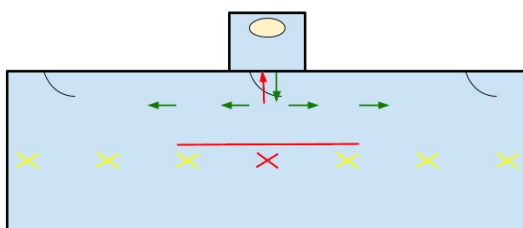
Der var mange årsager til elevernes opførsel, men den mest markante var ifølge projektgruppen manglende *opmærksomhed* (Attention), samt det faktum at eleverne blevet bedt om at holde to meters afstand – uden dog at have en konkret ide om, hvor meget to meter er.

Dertil fandt projektgruppen ud af, at eleverne som udgangspunkt gerne ville overholde afstanden, men glemte det, jo længere i køen de kom. Uopmærksomhed blandt eleverne bundede blandt andet i distraktioner fra klassekammeraters snak og fjolleri. Eleverne forsøgte både at holde køen og holde øje med hvad der skete omkring dem, og dermed svækkedes deres koncentration, og fokus på hvad der var det vigtigste, nemlig at holde korrekt afstand. Ligeledes opdagede vi, at nogle af eleverne ikke mente, at det var 'sejt' at følge reglerne og det, læreren sagde.

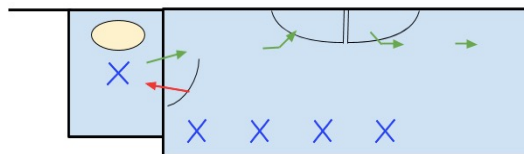
## STRATEGI

På baggrund af de to forrige faser kan der nu i tredje fase udtænkes en strategi. Strategien har til hensigt at modarbejde den adfærd, som blev observeret på gangen. For at modarbejde adfærdsmønstret blev der udarbejdet et køsystem sammensat af former og farvet isolerbånd på gulvet, *jf. figur 3, 4 og 5.*

Figur 3. Eksperiment A



Figur 4. Eksperiment B.1

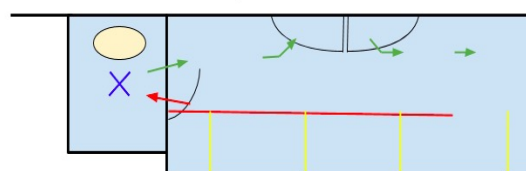


Der blev arbejdet ud fra former som krydser, streger og pile, som eleverne kender og nemt kunne tyde. På den måde ville eleverne kunne læse intentionen bag markeringerne. Krydsene, hvor eleverne skulle stille sig, blev placeret med to meters afstand.

Projektgruppen var også interesserede i at teste farvernes påvirkning. Af den grund var krydsene i interventionen B.1 først blå, *jf. figur 4*, men blev senere i Intervention B.2 erstattet af gule linjer og tilføjet en rød linje, *jf. figur 5.* Således fik tegnene farver ligesom i et lyskryds, hvilket eleverne er bekendt med og allerede fra barnsben kender som "Rødmand stå, Grønmand gå".

Ved at opsætte en rød linje ved siden af krydser og streger, blev det antaget, at eleverne ville blive stående på krydsene. Dermed ville de ikke stille sig i vejen for passerende elever eller dem, som kom fra håndvasken. Linjen var rød for at være fremtrædende for eleverne og fange deres opmærksomhed og dermed virke som en intuitiv barriere.

Figur 5. Eksperiment B.2



## INTERVENTION

I BASICs fjerde fase, Intervention udarbejdedes et eksperimentdesign hvor det blev testet om strategien havde den ønskede effekt.

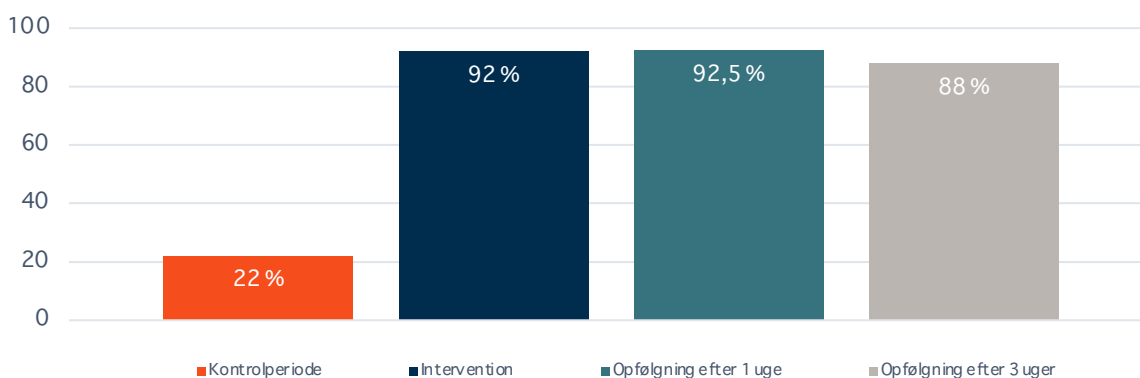
Normalt vil man gradvist udvikle nye tiltag i interventionen og dermed gøre det muligt at teste de forskellige former og farvers virkninger, men grundet etiske overvejelser om børnenes helbred blev der i stedet gået all-in med farver og tegn fra start i interventionerne.

Til at teste interventionerne benyttede projektgruppen sig af et quasi-eksperimentelt præ-postdesign [3]. I Eksperiment A blev eleverne således observeret fire dage over april og maj måned. Én gang før interventionen (kontrolperiode), hvor der blev observeret 77 elever, og én gang med interventionen, hvor der blev observeret 74 elever, og hvor eleverne første gang mødte interventionen.

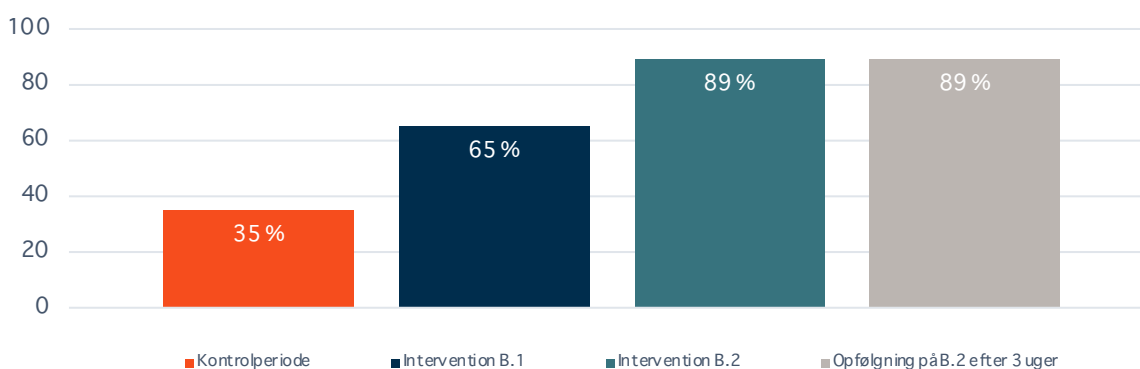
De efterfølgende to gange blev der observeret henholdsvis 79 og 84 elever, som opfølgning på om interventionen stadig virkede.

Eleverne blev altså observeret fire dage i løbet af flere uger. Der blev observeret en klasse ad gangen, så tidsperioden for observationerne varierede, alt efter hvor mange elever, som var i skole den pågældende dag. Ligeledes blev eleverne hver gang observeret kl 11 lige før frokost.

I Eksperiment B blev der observeret én gang før interventionen (kontrolperiode), hvor der blev observeret 20 elever, én gang med Intervention B.1, hvoraf der blev observeret 20 elever, og én gang med intervention B.2 hvoraf der blev observeret 18 elever. Til sidst en opfølgende gang tre uger efter interventionen B.2 blev opsat.



Figur 6. Elever med hensigtsmæssigt adfærd (holder tilstrækkelig afstand) i Eksperiment A



Figur 7. Elever med hensigtsmæssigt adfærd (holder tilstrækkelig afstand) i Eksperiment B.1 og B.2

## RESULTAT

Ved Eksperiment A kunne 22 pct. af eleverne holde afstand i kontrolperioden. Første gang eleverne prøvede interventionen udførte 92 pct. den hensigtsmæssige adfærd, hvilket er en stigning på 318 pct. Tre uger senere var der stadig 88 pct. af eleverne, som agerede hensigtsmæssigt, *jf. figur 6*.

I Eksperiment B udøvede 35 pct. af eleverne hensigtsmæssigt adfærd i kontrolperioden. Ved intervention B.1 med de blå krydser, var der 65 pct., der holdt afstand, mens der ved intervention B.2 med de røde krydser og linje var 88,9 pct. af eleverne, der overholdte afstanden, *jf. figur 7*. Altså en stigning på 154,3 pct. fra kontrolperioden. Tre uger senere blev der observeret samme antal elever og samme procentgrad.

Begge eksperimenter var simple og lette at opsætte, og projektgruppen kunne konstatere, at farvesystemet og de intuitive barrierer virkede efter hensigten.

## BASIC

BASIC er en systematisk procesmodel udviklet til arbejde med adfærdsindsigter [2].

Modellen benytter adfærdsvidenskabernes metodiske og teoretiske indsigter til at undersøge og behandle adfærdsproblemer i form af nudges [2]. BASIC består af fem faser, som består i at identificere *Behaviour*, foretage en *Analysis*, udvikle *Strategies*, teste *Interventions* og undersøge implementeringen via *Change*.

BASIC består af henholdsvis to komponenter. Den første er procesmodellen, altså selve BASIC. Den anden komponent er ABCD-hjulet, som er et framework, der bruges til udarbejdelsen af adfærdsanalyse, som i sidste ende bruges til at finde frem til en løsning [2].

## LITTERATUR

[1] Hansen, PG. & OECD (2019). *Tools and Ethics for Applied Behavioural Insights: The BASIC Toolkit*. Paris: OECD Publishing.

[2] Robson, C. & McCartan, K (2002). *Real World Research*. Fourth Edition. Hoboken: Wiley.

## > Om Dansk Nudging Netværk

Dansk Nudging Netværk blev stiftet af adfærdsforsker Pelle Guldborg Hansen i december 2010 med det formål, at etablere et netværk for alle med interesse i brugen og udviklingen af nudging og adfærdsindsigter. Netværket omfatter således alt fra virksomheder, organisationer, forskere, politikere og studerende. iNudgeyou er bidragsyder og faciliterer DNNS netværksmøder. Du kan læse mere om iNudgeyou – The Applied Behavioural Science Group på [www.inudgeyou.com](http://www.inudgeyou.com).

## > Vores mission

I Dansk Nudging Netværk tror vi på, at ændring af adfærd kan ske ved at anerkende irrationelle dele af menneskelig adfærd og beslutningstagning. Vi stræber efter at skabe interesse for potentialet ved nudgetilgangen i den politiske beslutningsproces og som en del af CSR, men opmuntrer også til åben debat og refleksion om mulige faldgruber ved tilgangen i forsøget på at ændre adfærd.

## > Medlem af Dansk Nudging Netværk

Som medlem hos Dansk Nudging Netværk modtager du to gange om året magasinet ADFÆRD. Derudover har du mulighed for at deltage i en række arrangementer, hvor du kan lære mere om, hvordan du kan bruge nudging i din virksomhed eller organisation såvel som i din egen professionelle udvikling. Du får adgang til et professionelt netværk med mulighed for at dele dine erfaringer og få effektiv sparring på tværs af brancher og med Netværkets nudge-eksperter.

## > Har du arbejdet med et spændende nudge-projekt du gerne vil fortælle om?

Har du for eksempel været på netværkets grundkursus og efterfølgende anvendt nudging i arbejdsrelaterede projekter? Vi vil meget gerne dele vores medlemmers erfaringer med at anvende nudging og adfærdsindsigter, og du er derfor velkommen til at kontakte os, såfremt du har et godt projekt, du gerne vil dele med netværket.

MAIL: [kontakt@danishnudgingnetwork.dk](mailto:kontakt@danishnudgingnetwork.dk)