

ADFÆRDSDESIGN OG NUDGING SOM METODE TIL AT FREMME SOCIAL TRIVSEL PÅ UNGDOMSUDDANNELSER



Projekt Forskerspirer 2025	
Titel	Adfærdsdesign og nudging som metode til at fremme social trivsel på ungdomsuddannelser.
Identifikationskode	AO015
Navn	Ellen Baggesen Hilger
Gymnasium	Fredericia Gymnasium
Fagområde	SAMF

Indholdsfortegnelse

Indledning	3
Projektets formål og problemformulering	3
Teori	4
Metodevalg	5
Projektets udførelse.....	6
Konklusion.....	7
Tak.....	8
Litteraturliste	9
Bilag	10
<i>Bilag B1</i>	<i>10</i>
<i>Bilag B2</i>	<i>10</i>
<i>Bilag B3</i>	<i>10</i>
<i>Bilag B4</i>	<i>11</i>
<i>Bilag B5</i>	<i>12</i>
<i>Bilag B6</i>	<i>14</i>
<i>Bilag B7</i>	<i>16</i>

Indledning

Flere og flere unge mistrives og føler sig ensomme. Det er et voksende problem, der vækker bekymring.¹ Social trivsel spiller en afgørende rolle for unges mentale sundhed, motivation og læring, og ifølge Verdenssundhedsorganisationen (WHO)² bør social trivsel prioriteres på lige fod med fysisk og mental trivsel.

At indgå i positive relationer og fællesskaber er en grundlæggende del af menneskelig trivsel. Jeg har selv observeret en faldende motivation blandt elever på mit gymnasium. Selv om mange trives, er der færre, der engagerer sig i sociale aktiviteter, og flere isolerer sig med deres telefoner. Det har gjort mig nysgerrig på, hvordan nudging og adfærdsdesign kan bruges til at fremme naturlige møder mellem elever og styrke fællesskabet.

Det er interessant, hvordan selv små ændringer i omgivelserne kan påvirke og ændre menneskers handlinger. Nudging og adfærdsdesign bruges ofte i relation til sundhed og marketing, men der findes begrænset forskning om effekten på social trivsel. Det er derfor relevant at undersøge nærmere, hvordan disse metoder kan bruges til at styrke sociale relationer og trivsel.

Projektets formål og problemformulering

Dette projekt undersøger, hvordan nudging og adfærdsdesign kan anvendes til at styrke social trivsel specifikt på ungdomsuddannelser. Nudging er en tilgang inden for adfærdsvidenskab, hvor små, ofte ubevidste påvirkninger, guider menneskers adfærd i en ønsket retning – uden at fratage dem friheden til at vælge selv.³ Formålet er at undersøge, om denne tilgang kan bruges til at udvikle kreative interventioner, der fremmer sociale interaktioner, fællesskab og inklusion blandt elever.

Projektets problemformulering lyder således:

Hvordan kan adfærdsdesign og nudging anvendes til at fremme social trivsel på ungdomsuddannelser?

Projektet afgrænses til at fokusere på social trivsel og afprøver en konkret fysisk intervention med henblik på at analysere, diskutere og evaluere effekten af den. Da tidsrammen er kort, gennemføres undersøgelsen over tre uger, hvilket betyder, at langsigtede effekter ikke belyses. Eksterne faktorer kan i samme periode påvirke elevernes trivsel og dermed måleresultaterne. Andre former for trivsel, som fx faglig trivsel, undersøges ikke. Dette skyldes praktiske hensyn, da små, observerbare ændringer i social trivsel er mere håndgribeligt at måle over en kort periode.

Projektet bidrager med ny viden om, hvordan små ændringer i skolens omgivelser og design kan styrke sociale relationer og fællesskabsfølelse på ungdomsuddannelser og inspirere til fremtidige interventioner (se bilag B7).

¹ Berger, N. P. B., Jensen, A. N. J., Morville, T. M., Østergaard, J. Ø. & Andrade, S. B. A. *Social trivsel blandt unge*. 2023. Besøgt 18/10-2025

² Pleaz. *Hvad er social trivsel*. 2024. Besøgt 12/10-2025

³ Brave. *Definition af nudging*. 2023. Besøgt 12/10-2025

Teori

I projektet inddrages teori om nudging, adfærdspsykologi og social trivsel, da disse tilsammen danner grundlaget for at forstå, hvordan omgivelser og design kan påvirke menneskelig adfærd og velvære.

Nudging er en metode, der bruges til at påvirke menneskers adfærd på en forudsigelig måde – uden at begrænse deres valgfrihed. Ifølge Richard Thaler og Cass Sunstein er et nudge: *“any aspect of the choice architecture that alters people’s behavior in a predictable way without forbidding any options or significantly changing their economic incentives.”*⁴

Teorien bygger på, at mennesker ofte træffer beslutninger ud fra *System 1* – vores hurtige, intuitive og følelsesstyrede tænkning – frem for *System 2*, som er mere analytisk og rationelt. Da hjernen er energibesparende og derfor “doven”, styres meget af vores adfærd af vaner, følelser og sociale normer. Nudging udnytter denne mekanisme ved at ændre på de valgarkitekturer, som påvirker *System 1*’s automatiske beslutninger.⁵

Adfærdsdesign og nudging er relaterede begreber, der handler om at skabe ændringer i omgivelserne, som fremmer bestemte handlinger. Behavioural Insights Team har blandt andet udviklet EAST-modellen⁶, der fremhæver fire centrale principper, når man vil skabe en adfærdsændring:

- Easy: Den ønskede handling skal være nem at udføre.
- Attractive: Designet skal vække opmærksomhed og gøre den ønskede handling attraktiv.
- Social: Designet skal aktivere og synliggøre de sociale normer.
- Timely: Tidspunktet for påvirkning skal være i beslutningsøjeblikket/adfærds konteksten.

Social trivsel handler om individets oplevelse af at høre til, føle sig inkluderet og have meningsfulde relationer. Ifølge Pleaz (2023) har sociale relationer betydning for både mental sundhed, motivation og livskvalitet. Studier viser, at positive sociale interaktioner kan øge arbejdsglæde, samarbejde og følelsen af samhørighed.⁷

Det menneskelige behov for fællesskab kan forklares gennem det limbiske system – den del af hjernen, der styrer følelser og behovet for tilknytning.⁸ Når mennesker føler sig forbundet med andre, frigives signalstoffer som oxytocin og dopamin, hvilket skaber glæde.⁹ Derfor kan sociale interaktioner, selv ganske små, have en positiv og målbar effekt på trivsel.

For at forstå, hvad der for eksempel motiverer mennesker til at engagere sig i sociale fællesskaber, kan man inddrage Self-Determination Theory (Deci & Ryan, 1985).¹⁰ Teorien fremhæver tre grundlæggende psykologiske behov:

1. Autonomi – følelsen af at have indflydelse og kunne vælge selv.
2. Kompetence – oplevelsen af mestring og effektivitet.
3. Tilhørsforhold – følelsen af at høre til og være forbundet med andre.

⁴ Steele, A. S. *Nudge theory*. 2025. Besøgt 12/10-2025

⁵ Dalsgaard, T., Jensen, N. H. & Lieberoth, A. *Hvad er adfærdsdesign*. 2019. Besøgt 13/10-2025

⁶ Staal, A. M. *Adfærdsdesign*. Besøgt 13/10-2025

⁷ Pleaz. *Hvad er social trivsel*. 2024. Besøgt 12/10-2025

⁸ Hart, S. *Tilknytningens betydning*. Neuroaffect. Besøgt 14/10-2025

⁹ Lindholm, J. R. L. *Førstehjælp til psyken*. Besøgt 14/10-2025

¹⁰ Mayo, N. L., Russell, H. A., Holt, K. & Williams, G. C. *Self-Determination Theory*. 2022. Besøgt 12/10-2025

Når disse behov opfyldes, øges både motivation og trivsel. Elever motiveres derfor bedst, når de har mulighed for at deltage frivilligt, oplever kompetence og føler sig som en del af et fællesskab.

Samlet set forklarer teorierne, hvordan der kan skabes en rød tråd mellem adfærdsdesign og social trivsel. Teorierne og modellerne inden for nudging og adfærdsdesign beskriver, hvilke rammer og komponenter, der kan aktivere menneskers sociale beslutningsprocesser. Hvis en intervention inviterer til positive sociale interaktioner og styrkelse af en fællesskabsfølelse, kan man på den måde fremme den sociale trivsel hos elever.

Metodevalg

I projektet anvendes en deduktiv tilgang, hvor teori danner grundlag for hypotesen om, at social trivsel kan styrkes gennem nudging og adfærdsdesign. Nudging, adfærdsdesign, EAST-modellen, social trivsel og Self-Determination Theory udgør det teoretiske grundlag, der vil gøre det muligt at udvikle en konkret intervention, som undersøger, hvordan små ændringer i omgivelserne kan fremme frivillig social interaktion og engagement blandt elever.

Interventionen, som uddybes i udførelsesafsnittet, består af en tavle uden afsender placeret i et af skolens fællesarealer. Tavlen indeholder dagligt skiftende prompts, der inviterer til refleksion eller kort interaktion, samt emoji-magneter, som eleverne kan bruge til at udtrykke sig. Formålet er at skabe små, frivillige sociale møder, der kan styrke engagement og deltagelse – uden at eleverne føler sig pressede eller begrænsede i deres valg.

Interventionens effekt måles gennem en kombination af kvantitative og kvalitative metoder. Kvantitativt anvendes et anonymt før- og efter-spørgeskema med fokus på sociale relationer, inklusion og tilhørsforhold for at identificere ændringer i social trivsel. Tavlens anvendelse og elevernes opholdstid registreres som indikatorer for engagement. Kvalitativt indsamles observationer, samtaler og kommentarer, som bidrager til en dybere forståelse af elevernes oplevelse og understøtter fortolkningen af de kvantitative resultater.

Ved at placere tavlen i skolens fællesareal ændres de fysiske omgivelser, men elevernes valgfrihed bevares, hvilket er et centralt princip i nudging. Det er således helt frivilligt, om og hvordan eleverne interagerer med tavlen. Tavlen er nem og hurtig for eleverne at bruge flere gange. Samtidig synliggør den, hvordan andre deltager, hvilket kan aktivere sociale normer: "De andre har valgt – jeg vælger også." De positive eller sjove emoji-magneter bidrager til en norm om at sprede glæde, humor og leg. Interventionen bygger samtidigt på EAST-modellen: Let at bruge (Easy), interventionen er attraktiv (Attractive), synliggørelse af andres deltagelse (Social) og placeret et sted, hvor elever ofte passerer (Timely).

Interventionen understøtter alle tre behov i Self-Determination Theory (Deci & Ryan, 1985) og kan muligvis fremme trivsel og indre motivation. Tavlen giver autonomi, mulighed for at bidrage, skaber en oplevelse af kompetence og understøtter tilhørsforholdet. Interventionen skaber et fælles socialt rum, hvor elever kan tale sammen og føle sig som en del af et fællesskab, hvilket er et af hovedelementerne i social trivsel. Humoren og legen gør interaktionen uformel og øger elevernes tryk.

Det er vigtigt at se interventionen som et supplement til eksisterende sociale tiltag. Nudging beskæftiger sig primært med synlige adfærdsændringer og har et målbart eller bestemt output. Dybere psykologiske eller sociale variabler, som spiller ind på trivslen, gør effekten af nudging vanskelig at måle, ligesom eksterne faktorer som årstid, humør eller eksamenspres kan påvirke elevernes trivsel i den periode, interventionen anvendes. Fordelen ved metoden er, at den kan være enkel og nem at implementere. Samtidigt er effekten etisk forsvarlig at monitorere, fordi spørgeundersøgelserne kan gennemføres anonymt. Det giver dog den udfordring, at man ikke ved, om de samme elever deltog før og efter interventionen. Derfor bør der fokuseres på tendenser frem for individuelle ændringer.

Projektets udførelse

Projektet forløb i fire faser:

Planlægningsfasen: Her indsamlede jeg og gennemgik relevant teori. For at undersøge elevernes sociale trivsel før interventionen, udarbejdede jeg et anonymt spørgeskema. Det blev sendt ud til alle skolens elever og tog blandt andet udgangspunkt i Børne- og Undervisningsministeriets eksisterende trivselsmålinger.¹¹ Denne tilgang blev valgt, da spørgsmålene allerede er validerede og målrettet sociale relationer, inklusion og tilhørsforhold. Spørgeskemaet blev holdt kort og fokuseret for at minimere risikoen for frafald og sikre højere svarprocent.

Design- og produktionsfasen (se bilag B1 og B2): Jeg udviklede interventionen i en proces, som inddrog research, brainstorm og protoyping. Tavlen, som er den endelige prototype, og de 200 valgte emojis (smileys, frugter, dyr, objekter m.v.) understreger humor, leg og et visuelt element, der opfordrer til små sociale interaktioner i fællesarealet. Tavlen får dagligt en ny prompt, fx 'Beskriv dit humør' eller 'Fredagsstemningen', som bliver skiftet for at fastholde interesse og interaktion. Det betyder ikke noget, om eleverne tager interventionen alvorligt – det vigtigste er deres deltagelse.

Afprøvningsfasen: Interventionen stod i tre uger, et sted hvor elever hyppigt passerede. I perioden blev elevernes interaktion skjult observeret, herunder hvordan magneterne blev anvendt, elevernes reaktioner og om de engagerede sig socialt med andre, mens de brugte tavlen. Ved dagens afslutning blev alle emoji-magneter taget ned, og en ny prompt-sætning skrevet på tavlen (se bilag B3).

Evalueringsfasen: Efter udførelsen blev spørgeskemaundersøgelsen gentaget med tillægsspørgsmål om tavlens effekt. Efterfølgende blev data fra spørgeskemaerne sammenlignet for at undersøge eventuelle ændringer i elevernes oplevelse af social trivsel. De vigtigste resultater er:

- Ca. 25% af alle elever oplever, at tavlen har en positiv effekt på deres dag.
- Brug af tavlen gør, at eleverne føler sig underholdt (42%), glade (31%) og eftertænksomme (23%). 61% ønsker, at tavlen eller noget lignende bliver stående fremover.
- Der er ingen signifikant ændring i den sociale trivsel, da svarene ligger inden for 95%-konfidensinterval.¹²

I alt deltog lidt over 60 elever i både før- og eftermålingen, hvoraf lidt over 70% var piger, og fordelingen på årgange var jævn med overvægt af STX-elever (se bilag B5).

Før interventionen oplever 74% af eleverne, at de er en del af skolens fællesskab, mens 77% svarer det samme efter interventionen. Denne stigning på tre procentpoint ligger dog inden for det statistiske konfidensinterval og kan derfor ikke betragtes som signifikant. Der registreres ligeledes en mindre stigning (4%) i antallet af elever, der ofte taler med personer fra andre klasser, mens følelsen af tryk blandt andre elever falder marginalt (1%).

5% flere elever end før oplever, at andre elever er opmærksomme på hinanden. Til gengæld er der en mindre stigning i andelen af elever, der føler sig ensomme (fra 10% til 14%). Dette kan indikere, at mens interventionen i nogen grad styrker social opmærksomhed og samtaler på tværs, har den ikke en tydelig effekt på følelsen af samhørighed. I min undersøgelse antages, at før- og eftermålingerne er

¹¹ Børne- og Undervisningsministeriets Datavarehus. *Metodebeskrivelse – faktoranalyse og indikatorfastlæggelse for den gymnasiale trivselsmåling*. Besøgt 20/10-2025.

¹² Ved beregning af et binomialt konfidensinterval for fx ensomme eller ikke-ensomme udregnes først stikprøveandelen ($\hat{p}$) som fx antal ensomme / stikprøvestørrelsen (n). Med et 95%-konfidensinterval kan man udregne den statistiske usikkerhed ved: $k = 1.96 * \sqrt{\hat{p} (1 - \hat{p}) / n}$. Intervallet bestemmes ved: $\hat{p} \pm k$.

uafhængige observationer. Med 60 besvarelser har testen kun statistisk styrke til at påvise effekter ved ca. 16 procentpoint, og mindre ændringer som 3% ville kræve over 1500 svar.

Selv om de overordnede trivselsmålinger ikke viser signifikante ændringer, tyder resultaterne på, at selve interventionen har en positiv virkning (se bilag B6). Hele 97% af eleverne bemærker tavlen i løbet af de tre uger, og 73% bruger den mindst én gang. Over 40% bruger den flere gange om ugen, og 58% interagerer med andre, hver gang de anvender den. Omkring 25% af eleverne oplever, at tavlen har en positiv effekt på deres dag. 61% af alle deltagere ønsker, at tavlen eller noget lignende bliver stående fremover, mens kun 8 % er uenige. Når eleverne bliver spurgt, hvordan tavlen påvirker dem, svarer de hyppigst, at den får dem til at føle sig underholdt (42%), glade (31%) og eftertænksomme (23%).

I afprøvningsfasen bliver alle magneter brugt dagligt af elever på tværs af årgange, køn og etnicitet. Brugsmønstrene viser en tydelig tendens til humor og leg, hvilket blandt andet kan ses i, hvordan eleverne kombinerer emojis, skriver bogstaver eller laver små tegninger på tavlen (se bilag B4). Eleverne bruger tavlen både til korte, spontane handlinger og længerevarende sociale interaktioner.

Observationer af samtaler omkring tavlen viser, at den fungerer som udgangspunkt for uformelle samtaler. Flere elever giver direkte kommentarer på tavlen eller deler deres oplevelse, fx "Elsker tavlen, den er mega-hygge!" og "Det er sjovt. Det får folk til at tale sammen og grine i pauserne." Disse og flere udsagn indikerer, at interventionen bliver opfattet positivt og bidrager til at skabe fælles oplevelser, som eleverne sætter pris på.

Konklusion

Projekt undersøger, hvordan adfærdsdesign og nudging kan anvendes som metode til at fremme social trivsel på ungdomsuddannelser. Undersøgelsen viser, at små ændringer i skolens fysiske omgivelser kan skabe sociale interaktioner og bidrage til en fællesskabsfølelse blandt eleverne. Ved at appellere til nysgerrighed, humor og spontanitet opstod sociale møder, som mange elever selv lagde mærke til.

Selv om spørgeskemaresultaterne ikke dokumenterer en statistisk signifikant ændring i den samlede sociale trivsel, viser elevernes oplevelser og brug af interventionen en positiv tendens. Cirka 25% oplevede, at tavlen gjorde en positiv forskel for deres dag, og 61% ønsker, at tavlen eller noget tilsvarende forbliver på skolen. Dette indikerer, at adfærdsdesign og nudging kan være mulige redskaber til at styrke sociale relationer. Interventioner, som emoji-tavlen, vil man kunne anvende i en kort periode, fx en gang hvert år eller hvert andet, hvor man derefter skal bruge en ny intervention – men det kan afhænge af ungdomsuddannelsens skoleår.

Resultaterne skal fortolkes med forsigtighed på grund af forsøgets korte varighed og mulige eksterne påvirkninger. Det vil være relevant at afprøve interventionen i større skala, fx på flere gymnasier, for at kunne påvise en eventuel positiv effekt med statistisk styrke. På trods af disse begrænsninger peger projektet på, at adfærdsdesign og nudging kan påvirke social trivsel i en positiv retning, skabe engagement og sociale interaktioner. Projektet lægger op til yderligere forskning i, hvordan adfærdsdesign og nudging kan anvendes strategisk til at modvirke mistrivsel og skabe glæde i hverdagen – som en af eleverne sagde ved tavlen: "Jeg føler mig som en stjerne i dag".

Tak

Tusinde tak til min forskerkontakt Helena Skyt Nielsen, professor ved Institut for Økonomi, Aarhus Universitet, for hjælpsom vejledning, faglige input og gode samtaler under projektet. Mange tak til skolekoordinator Sofija Balen Frandsen, vicerector Peter Knudsen og Fredericia Gymnasium for opbakning og praktisk hjælp. Til sidst mange tak til Projekt Forskerspirer for muligheden for at fordybe mig i forskningens verden!

Litteraturliste

Berger, N. P. B., Jensen, A. N. J., Morville, T. M., Østergaard, J. Ø., & Andrade, S. B. A. (2023, besøgt 18/10-2025). *Social trivsel blandt unge*. <https://www.vive.dk/media/pure/4vl8o0ox/24416713>

Brave. (2023, besøgt 12/10-2025). *Definition af nudging*. <https://nudging.nu/definition-af-nudging/>

Børne- og Undervisningsministeriets Datavarehus. (besøgt 27/06-2025.). *Metodebeskrivelse – faktoranalyse og indikatorfastlæggelse for den gymnasiale trivselsmåling*. https://uddannelsesstatistik.dk/Documents/Gymnasiale%20uddannelser/Datadokumentation/DVH_Gymnasiale%20uddannelser_Elevtrivsel_Metodebeskrivelse.pdf

Dalsgaard, T., Jensen, N. H., & Lieberoth, A. (2019, besøgt 13/10-2025). *Hvad er adfærdsdesign*. <https://www.cfl.dk/artikler/hvad-er-adfaerdsdesign>

Hart, S. (besøgt 14/10-2025). *Tilknytningens betydning*. Neuroaffect. https://www.neuroaffect.dk/Artikler_pdf/TilknytningensBetydning_AfSusanHart.pdf

Lindholm, J. R. L. (besøgt 14/10-2025). *Førstehjælp til psyken*. <https://familie-psykolog.dk/wp-content/uploads/2017/09/Intro-F%C3%B8rstehj%C3%A6lp-til-psyken.pdf>

Mayo, N. L., Russell, H. A., Holt, K., & Williams, G. C. (2022, besøgt 12/10-2025). *Self-Determination Theory*. <https://www.urmc.rochester.edu/community-health/patient-care/self-determination-theory>

Pleaz. (2024, besøgt 12/10-2025). *Hvad er social trivsel*. <https://get.pleaz.io/da/resources/articles/hvad-er-social-trivsel>

Staal, A. M. (besøgt 13/10-2025). *Adfærdsdesign*. <https://annemettestaal.dk/adfaerdsdesign/>

Steele, A. S. (2025, besøgt 12/10-2025). *Nudge theory*. <https://thedecisionlab.com/reference-guide/psychology/nudge-theory>

Bilag

Bilag B1

Design- og produktionsfasen.



Bilag B2

Projektets omkostninger.

Materialer: • Magneter: 350 kr. • Papir: 28 kr. • Tavle: 0 kr. (lånt af skolen) • Bord: 0 kr. (lånt af skolen)	Samlede omkostninger: • 378 kr.
---	--

Bilag B3

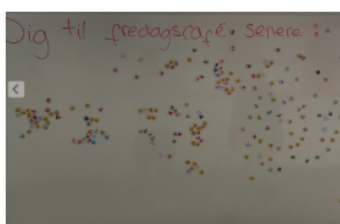
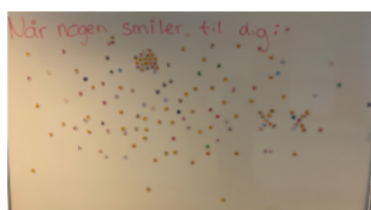
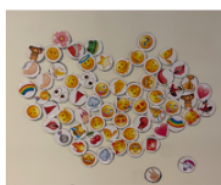
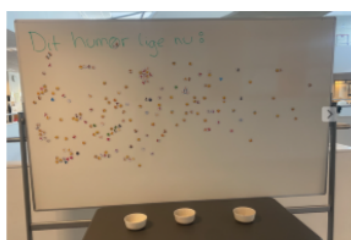
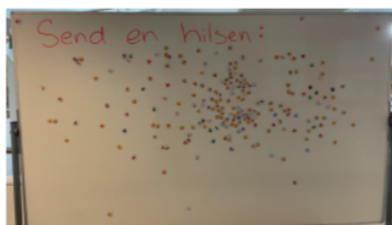
Prompt-sætninger.

Uge 1	
Mandag	Når det er godt vejr udenfor
Tirsdag	Dit humør lige nu
Onsdag	Dine moduler i dag
Torsdag	Fg's vibe i dag
Fredag	Dig til fredagscafé senere
Uge 2	
Mandag	Mandagshumøret
Tirsdag	Når nogen smiler til dig
Onsdag	Send en hilsen
Torsdag	Din frokost i dag
Fredag	Din kommende weekend
Uge 3	
Mandag	Hvis din ven var en emoji
Tirsdag	Når du møder din lærer på gangen
Onsdag	Beskriv dit humør i dag

Torsdag	Viben i klassen i dag
Fredag	Fredagshumøret

Bilag B4

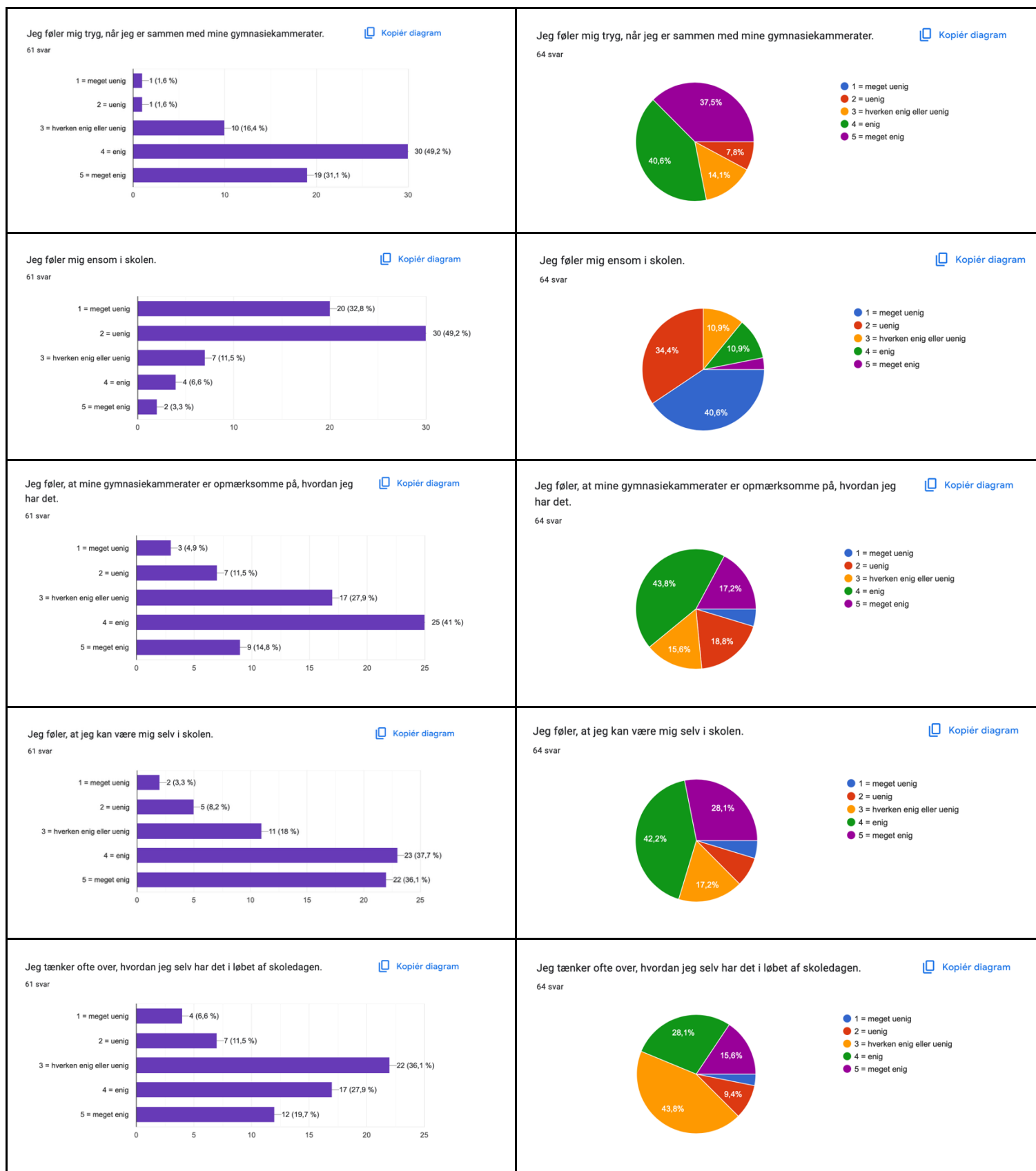
Fotos af interventionen.

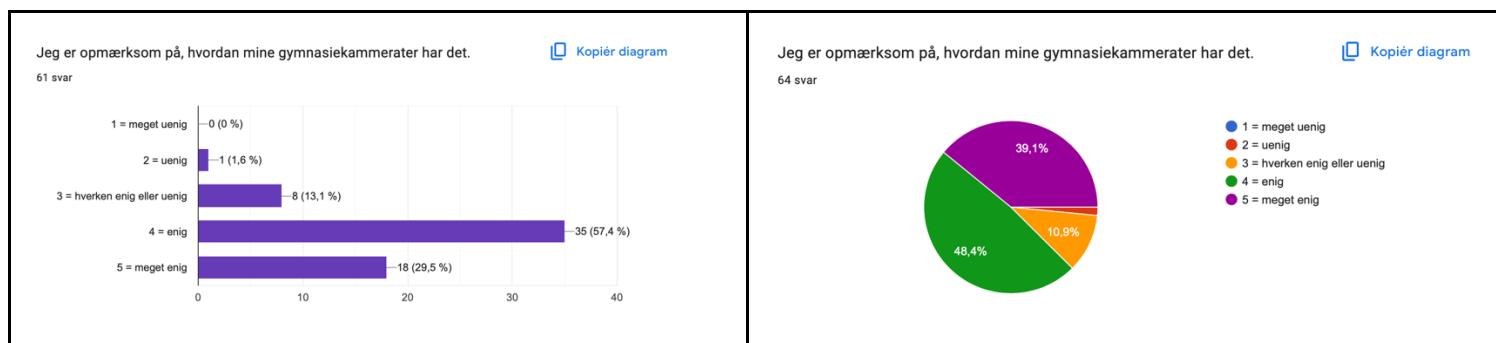


Bilag B5

Spørgeskemaresultater til elevernes selvvaluerede sociale trivsel. (Før- og eftermålingerne antages at være uafhængige observationer, hvoraf lidt over 70% er piger, og fordelingen på årgange er jævn med overvægt af STX-elever).

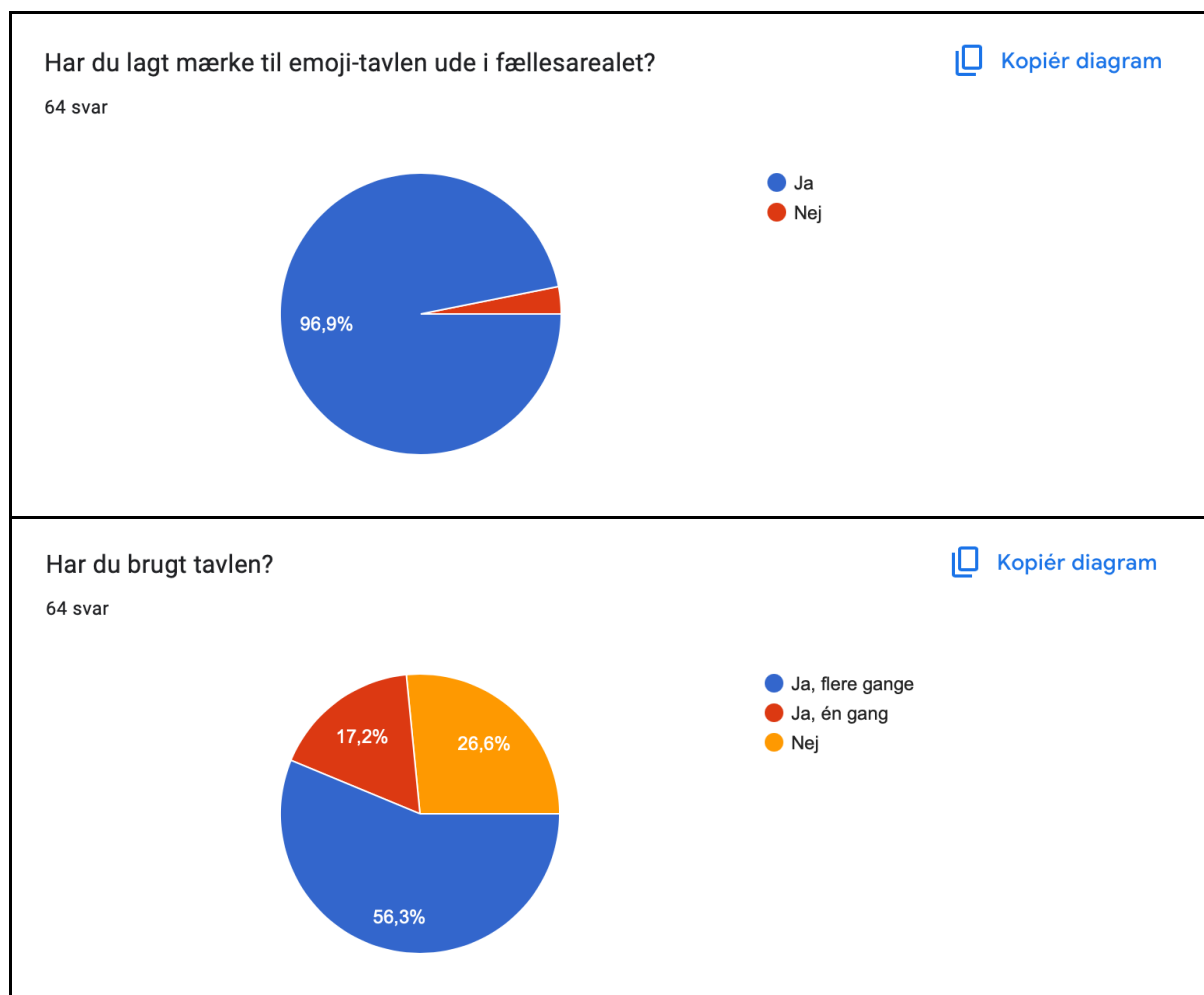
Før interventionen	Efter interventionen
Angiv dit køn. 61 svar Kopier diagram Dreng 17 (27,9 %) Pige 44 (72,1 %) Andet / ønsker ikke at svare 0 (0 %)	Angiv dit køn. 64 svar Kopier diagram Dreng 20,3% Pige 78,1% Andet / ønsker ikke at svare
Angiv din årgang. 61 svar Kopier diagram STX 1.g 16 (26,2 %) STX 2.g 15 (24,6 %) STX 3.g 27 (44,3 %) HF 1.hf 0 (0 %) HF 2.hf 3 (4,9 %)	Angiv din årgang. 64 svar Kopier diagram STX 1.g 18,8% STX 2.g 37,5% STX 3.g 34,4% HF 1.hf HF 2.hf
Jeg føler mig som en del af fællesskabet på min skole. 61 svar Kopier diagram 1 = meget uenig 1 (1,6 %) 2 = uenig 3 (4,9 %) 3 = hverken enig eller uenig 13 (21,3 %) 4 = enig 27 (44,3 %) 5 = meget enig 18 (29,5 %)	Jeg føler mig som en del af fællesskabet på min skole. 64 svar Kopier diagram 1 = meget uenig 2 = uenig 3 = hverken enig eller uenig 17,2% 4 = enig 50% 5 = meget enig 26,6%
I skoletiden taler jeg ofte med elever uden for min egen klasse. 61 svar Kopier diagram 1 = meget uenig 2 (3,3 %) 2 = uenig 14 (23 %) 3 = hverken enig eller uenig 12 (19,7 %) 4 = enig 18 (29,5 %) 5 = meget enig 16 (26,2 %)	I skoletiden taler jeg ofte med elever uden for min egen klasse. 64 svar Kopier diagram 1 = meget uenig 9,4% 2 = uenig 9,4% 3 = hverken enig eller uenig 21,9% 4 = enig 43,8% 5 = meget enig 15,6%





Bilag B6

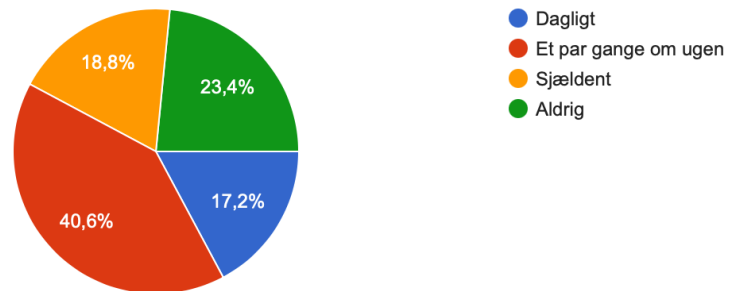
Spørgeskemaresultater til elevernes selvvaluerede oplevelse af interventionen. (Før- og eftermålingerne antages at være uafhængige observationer, hvoraf lidt over 70% er piger, og fordelingen på årgange er jævn med overvægt af STX-elever).



Hvor ofte har du interageret med tavlen?

 [Kopiér diagram](#)

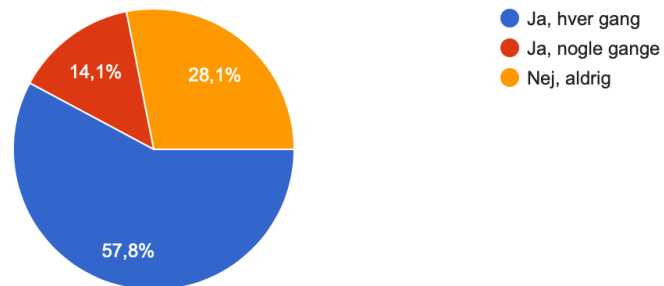
64 svar



Interagerede du med tavlen sammen med andre?

 [Kopiér diagram](#)

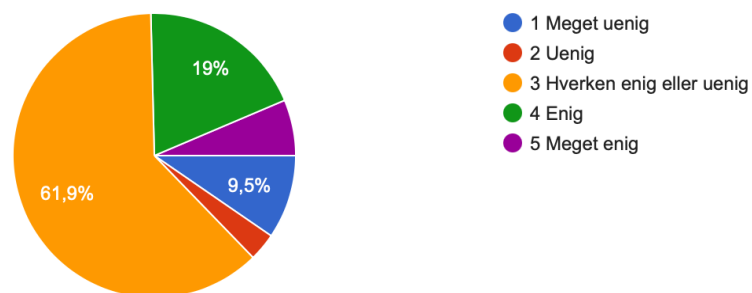
64 svar



Tavlen gjorde en positiv forskel for min dag

 [Kopiér diagram](#)

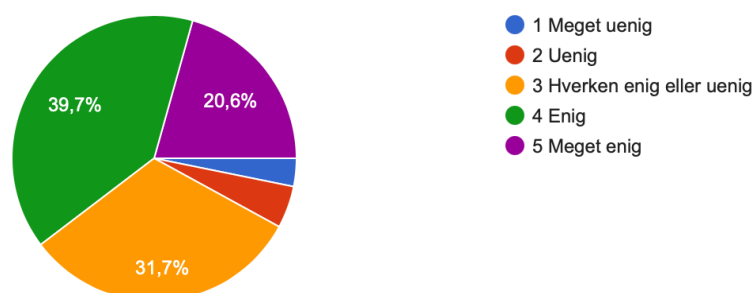
63 svar



Jeg ville ønske at tavlen eller noget lignende blev stående fremover

 [Kopiér diagram](#)

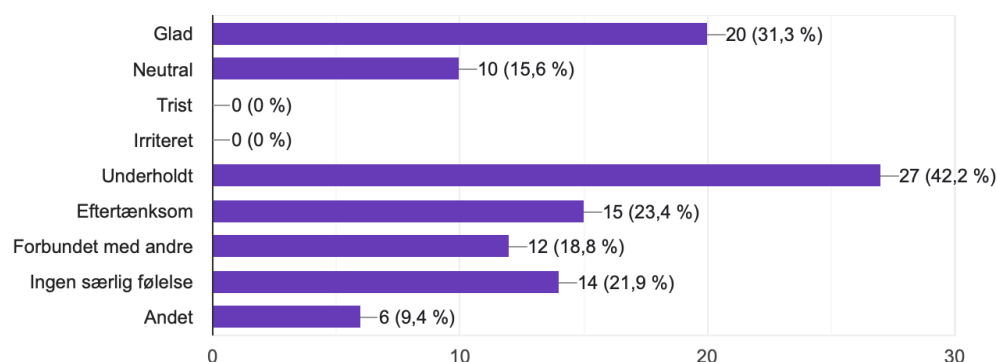
63 svar



Hvordan påvirkede tavlen dig? "Når jeg brugte tavlen blev jeg..."

 [Kopiér diagram](#)

64 svar



Bilag B7

Skalering af interventionen til 25 gymnasier.

Formål

Formålet er at undersøge, hvordan nudging og adfærdsdesign kan anvendes til at styrke social trivsel på ungdomsuddannelser i større skala. Ved at gennemføre projektet på 25 gymnasier og med antaget 60+ deltagere i spørgeskema opnås >1500 observationer, som giver både statistisk styrke og bredere indsigt i, hvordan nudging kan anvendes som trivselsfremmende redskab.

Projektfaser

1. Planlægningsfase (2 måneder)

1. Rekruttering af 25 gymnasier
2. Tilpasning af interventionsdesignet, så det kan implementeres ensartet, men med plads til lokale variationer
3. Udarbejdelse af spørgeskemaer og evalueringsmateriale
4. Uddannelse af lokale projektkoordinatorer på skolerne. Guides og informationsmaterialer.

• Implementeringsfase (2 måneder)

1. Gennemførelse af interventionen
2. Løbende kontakt med skolerne og indsamling af observationer

3. Eventuelle justeringer på baggrund af feedback.
- **Evaluerings- og analysefase (2 måneder)**
 1. Indsamling af spørgeskemaresultater før- og efter interventionen
 2. Sammenligning af resultater på tværs af skoler
 3. Statistisk analyse for at vurdere effekt.
 - **Formidling og next step**
 1. Udarbejdelse af en samlet rapport med anbefalinger til fremtidige trivselsinitiativer
 2. Udarbejde forslag til hvordan resultater kan formidles til gymnasier og beslutningstagere (fonde, politikere, myndigheder).
 3. Deling af resultater med deltagende gymnasier og andre interesserede.
 4. Produktion af informations- og formidlingsmateriale samt deling via web og sociale medier.

Tidsramme

Hele projektet forventes at strække sig over ca. 6 måneder fra planlægning til endelig evaluering.

Budget:

Udgifter	kr.
Materialer og produktion (emojis m.m.)	25 x 500 = 12.500
Transport og koordinering mellem skoler	2.500
Uddannelse af lokale koordinører	1.000
Dataindsamling og analyse	1.000
Kommunikations- og formidlingsmateriale	1.000
Uforudsete udgifter	1.000
I alt	ca. 19.000 kr.