

授業プリント「行動変容を起こす有効な方法」授業プリント

どんなことをテーマに書かれた文章だろう。自分の言葉で具体的に書いてみよう。
この文章からあなたたちは日常生活でどんなことをいかせらるだろう？

感想

段落

- ① はじめ から 36ページ10行目
- ② 36ページ11行目 から 37ページ12行目
- ③ 37ページ13行目 から 40ページ2行目
- ④ 40ページ3行目 から 終わり

段落①

難しい言葉ですね・・・ 意味を確認しておこう

ナッジ

コミットメント

デフォルト

社会規範

自制心

表1(教科書p35)の「望ましい行動」と「自制心」の項目を説明した部分は本文のなかのどちらでしょうか。

ア 本人自身が自分の行動変容を強く願っている。

イ 本人があまり気にしていなかったことを気づかせて行動変容を起こさせるのか

「望ましい行動」() ()

「望ましい行動」の説明を本文から探して、具体的に説明しましょう。

「自制心」() ()

「自制心」の説明を本文から探して、具体的に説明しましょう。

「理想の行動と現実の行動の間にギャップがある」とあるが、具体的にどんなギャップの姿が考えられますか。

表1 目的別のナッジの種類

自制心		望ましい行動	
内的活性化	外的活性化	外的活性化	
<p>③ 飲酒運転を避けるために送迎サービスを事前に予約</p>	<p>① 自動車の省エネ運転を促進するために燃費計をダッシュボードに設置</p>	<p>税制を簡素化し、納税促進 ゴミの投棄をしないよう目標を設定</p>	<p>意識的</p>
<p>④ お金を別勘定に入れて無駄遣いを防止</p>	<p>② 不健康な食品を手の届きにくいところに陳列</p>	<p>多くの人がリサイクル活動をしていると広報 スピード抑制のために錯視を利用した段差を表示</p>	<p>無意識的</p>

①

②

③

④

図1 日本の「臓器提供の同意率」が極めて低いことが読み取れるが、「同意率」をあげるにはどのようなナッジが必要ですか。

段落②

「トイレの小便器の周りが汚れる」 汚れないようにしたい場合、どのようなナツジが必要か、考えてみよう。

他に、この類で行動変容を起こしたいことはありますか？それに対するナツジも書いてみよう。

段落③

「第一に」から「第四に」で書かれた内容は、それぞれ表2のどの部分にあたるでしょうか。
表の上から一段目〜六段目とします。(2段にわたる場合もあります)

第一に	()	段目
第二に	()	段目
第三に	()	段目
第四に	()	段目

「健康のために一年後までに10キロ減量したいけど難しい」と考える人がいたとして、教科書p88表2のそれぞれのボトルネックに対する具体的な対策を考えよう

一段目

二段目

三段目

四段目

五段目

六段目

段落④

「意思決定の上位にあるボトルネックを解決するようなナッジを選択することが最も重要である。」のはなぜだろうか。自分の言葉で説明しよう。