

Kapitel 3 - Praktisk aktivitet

3.1. Praktisk aktivitet 1.

Utvärdera din nivå av behärskning av dessa färdigheter.

Kompetens	Färdigheter	Utvärdering					
		Behöver utvecklas			Masternivå		
Värderar hållbarhet	reflekterar över personliga värderingar; identifierar och förklarar hur värderingar skiljer sig från person till person och över tid; kritiskt bedömer hur värderingar matchar hållbarhetsvärden	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Stödja rättvisa	uppmuntrar rättvisa och rättvisa för nuvarande och framtida generationer och tar lärdomar från det förflutna för att säkerställa hållbarhet	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Främjar naturen	inser att människor är en del av naturen och förstår hur man kan	☐	☐	☐	☐	☐	☐



	återställa och regenerera friska och motståndskraftiga ekosystem						
Läskunnighet för framtiden	visar förmågan att närma sig ett hållbart mobilitetsproblem i städer ur olika perspektiv; tar hänsyn till tid, rum och sammanhang för att förstå hur element interagerar inom systemet	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Anpassningsförmåga	gör det möjligt att skapa och konstruera alternativa scenarier och fastställa nödvändiga åtgärder för att förverkliga en önskad hållbar framtid och förutse alternativa hållbara framtider för stadsmobilitet	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Utforskande tänkande	gör det möjligt att omfamna en relationell tankestil genom att undersöka och koppla samman olika frågor om hållbar stadsmobilitet, tillämpa	☐	☐	☐	☐	☐	☐



	kreativitet och prova nya koncept eller tekniker						
Politisk byrå	visar förmågan att förstå det politiska systemet, erkänna politiskt ansvar och ansvarsskyldighet för handlingar som inte är hållbara, och uppmanar till genomförandet av hållbar politik för rörlighet i städer	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Kollektiv handling	agerar för förändring i samarbete med andra	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Individuellt initiativ	identifierar sin egen potential för hållbarhet och gör en proaktiv ansträngning för att förbättra utsikterna för miljön och stadsrörlighet	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Välj vilken/vilka kompetens(er) du tänker utveckla (högst två):

1. _____

2. _____

3.2. Praktisk aktivitet 2.

Använd den transteoretiska förändringsmodellen för att förändra attityder och beteenden relaterade till hållbar stadsmobilitet.

Källa: https://ec.europa.eu/futurium/en/system/files/ged/promoting_behaviour_change.pdf

Vänligen välj vilket uttalande som passar bäst för din nuvarande situation och markera endast en ruta:

1. Eftersom jag inte äger/har tillgång till en bil, är det för närvarande inte ett problem för mig att minska min bilanvändning.
2. Eftersom jag är medveten om de många problem som är förknippade med bilanvändning, försöker jag redan använda icke-billägen så mycket som möjligt. Jag kommer att behålla eller till och med minska min redan låga nivå av bilanvändning under de närmaste månaderna.
3. För tillfället använder jag bilen för de flesta av mina resor, men det är mitt mål att minska min nuvarande nivå av bilanvändning. Jag vet redan vilka resor jag kommer att ersätta och vilket alternativt transportsätt jag kommer att använda, men jag har ännu inte faktiskt implementerat detta i praktiken.
4. För närvarande använder jag bilen för de flesta av mina resor. Jag funderar just nu på att byta några eller alla dessa resor till icke-billägen, men för tillfället är jag osäker på hur jag skulle kunna ersätta dessa bilresor, eller när jag ska göra det.

5. För närvarande använder jag bilen för de flesta av mina resor. Jag skulle vilja minska min nuvarande nivå av bilanvändning men jag känner att det skulle vara omöjligt för mig att göra det just nu.

6. För tillfället använder jag bilen för de flesta av mina resor. Jag är nöjd med min nuvarande nivå av bilanvändning och ser ingen anledning till att jag ska minska den.

Svar:

Personer som väljer påstående 1 eller 2 tillhör steg 4 (se figur 4): Underhåll. Individer i detta skede har framgångsrikt ersatt några eller alla sina resor med det "nya" läget och detta nya beteende (sätt att resa) blir det dominerande läget de använder för de flesta av sina resor (en ny vana har skapats).

Påstående 1 används för att identifiera de som för närvarande – frivilligt eller inte – inte äger/har tillgång till en bil och därför för närvarande är beroende av andra transportsätt; de tillhör också underhållsstadiet ("fången icke-bilanjvndare").

Påstående 2 används för att identifiera de icke-bilfjrrare eller de som endast anvnder bilen mycket sällan.

Människor som väljer påstående 3 tillhör Steg 3: Fjrrberedelser / Handling. Individer i detta skede har bestämt sig fjrr vilket läge de tänker byta till fjrr några eller alla sina resor och kan redan ha provat detta nya läge fjrr några av sina resor.

Människor som väljer påstående 4 tillhör Steg 2: Kontemplation. Individer i detta skede är inte lika nöjda med sitt nuvarande resebeteende (som fjrr betraktare). De skulle vilja byta till ett annat sätt att resa, men är kanske osäkra på vilket läge de ska byta till, eller har inte tillräckligt självfjrrtroende fjrr att göra det i detta skede. Påstående 4 är att identifiera de som fjrr närvarande anvnder bilen fjrr vissa eller alla sina resor och skulle vilja anvnda andra lägen istället. De är inte säkra på vilka lägen de kan anvnda eller när de kommer att fjrrja ersätta sina resor.

Människor som väljer påstående 5 eller 6 tillhör Steg 1: Förbegrundande. Individer i detta skede är ganska nöjda med sin bilanvändning och har för tillfället ingen önskan eller lust att byta till ett annat läge.

Uttalandet 6 syftar till att identifiera de förbetraktare som använder bilen för vissa eller alla sina resor och för närvarande inte ser någon anledning till varför de ska ändra sin bilanvändningsnivå.

Påstående 5 hjälper till att identifiera de personer som skulle vilja minska sin bilanvändning, men för närvarande inte ser någon möjlighet att göra det; dessa "fångade bilanvändare" är också pre-kontemplativa.