



## Hej och välkommen till kursen: Nudging och beslutsfattande!

Att göra det lätt att välja rätt – går det? Beslutsfattande är komplext och forskning visar att vi människor inte alltid är bra på att fatta beslut som är bra för oss själva och i linje med våra värderingar. Vi vill äta hälsosamt – men ändå plockar vi på oss den där extra chokladbiten när vi står hungriga i kassakön. I den här kursen får du lära dig om vad det är som påverkar vårt beslutsfattande och hur du kan använda nudging som verktyg för att förbättra både dina egna och andras beslut. Kursen är framtagen i samarbete med [Beteendelabbet](#) som sedan 2016 har arbetat med nudgebaserad beteendedesign för både privat och offentlig sektor och som även har skrivit kursboken Nudging i praktiken. Kursinnehållet baseras på forskning inom kognitiv psykologi och fokuserar på att du ska lära dig använda beteendevetenskapliga verktyg.

### I kursen får du lära dig:

- Centrala aspekter om nudging och beslutsfattande baserat på aktuell forskning om socialpsykologi, beteendekonomi och kognition.
- Övning i att designa nudgingstrategier och beslutsmiljöer utifrån de material som presenteras i kursen och kurslitteraturen.
- Övning i att planera sitt eget beslutsfattande samt öva på att skriva en handlingsplan för att undvika vanliga tankefällor och kognitiva bias.
- Identifiera metoder och verktyg som kan användas för att skapa beteendeförändringar samt kunna utforma beslutsmiljöer som i praktiken påverkar slutanvändarens beteende.

### Kom igång med kursen

1. Aktivera ett KTH-konto. Om du inte studerat på KTH tidigare ska du skapa ett KTH-konto. Läs mer om hur du öppnar ett [KTH-konto här](#). För support med att aktivera KTH-Konto kan du kontakta [it-support@kth.se](mailto:it-support@kth.se).
2. Kursregistrering. Logga in via [Ladok för studenter](#) för att registrera dig. Självregistrering är öppen **13–22 oktober**. Du kan läsa mer om kursregistrering [här](#). Om kursregistreringen via "Ladok för studenter" inte fungerar eller är stängd kan vi registrera dig manuellt, maila till [vidareutb-itm@kth.se](mailto:vidareutb-itm@kth.se). Uppge namn och personnummer så hjälper vi dig.
3. Logga in på Canvas. När du skapat ett KTH-konto och registrerat dig på kursen kan du från och med den **27 oktober** logga in på kursplattformen Canvas. På Canvas hittar du all information och material för att klara kursen.

**Observera att vissa delar av kursen kan vara låsta innan kursstart och innan du klarat av vissa delmoment.**

13–22 okt

Kursregistrera dig här

### Kurslitteratur

Obligatorisk kurslitteratur:

Nudging i praktiken: så gör organisationen det lätt att göra rätt

ISBN: 9789127824072

Förutom kursboken består kurslitteraturen av material i Canvas i form av filmer, artiklar och övningsuppgifter. Där hittar du även referenser till kursmaterialet samt kursbibliotek med rekommenderad litteratur.



### Deadlines och kursträffar

6 nov

[Kl. 10.00-12.00 | Kursträff](#)

Uppstartsmöte. Modul 1.

11 nov

**Deadline Quiz 1**

20 nov

[Kl. 10.00-12.00 | Kursträff](#)

Modul 2.

21 nov

**Deadline Case 1**

25 nov

**Deadline Quiz 2**

4 dec

[Kl. 10.00-12.00 | Kursträff](#)

Modul 3.

5 dec

**Deadline Case 2**

16 dec

**Deadline Quiz 3**

19 dec

**Deadline Case 3**

### Har du frågor?

På [kursens infosida](#) hittar du ytterligare info och svar på vanliga frågor.

Stöd för funktionsnedsättning: [Funka](#)

## Vill du testa en ny app för effektivare studier?

Att studera online kräver god planering. Vi samarbetar därför med en KTH-student som utvecklar en app baserad på spaced practice. En forskningsbaserad studieteknik som hjälper dig sprida studierna över tid på ett sätt som optimerar din inlärn timer. Appen är i testfas och utvecklas för iOS, vi söker användare som vill prova den och ge feedback.

**Intresserad?**

Hör av dig till [emilohl@kth.se](mailto:emilohl@kth.se)

Informationen uppdaterades 17 oktober 2025.

**KTH**

Digitalt lärande

[www.kth.se](http://www.kth.se) | [info@kth.se](mailto:info@kth.se)



[Avanmäl mig från kommande utskick »](#)

