

Woke เกินไป

ก้าวร้าวเกินไป

GREEN NUDGE
อาจเป็นคำตอบ

Green Nudge คืออะไร

Green Nudge

คือ การเคลื่อนไหวในเชิงบวกที่จะกระตุ้นให้ทุกคนมีสิ่งแวดล้อมในหัวใจทุก ๆ ก้าวของการใช้ชีวิต

โดยปกติ เมื่อเราต้องเลือกอะไรสักอย่าง แน่นอนว่าเราจะเลือกจากความสะดวกของตัวเอง อะไรที่ไม่วุ่นวาย และทำได้ง่ายกว่า

แต่หนังสือเล่มนี้จะทำให้ทุกคนคิดถึงสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างแรก



แล้ว Nudge ต่างกับ Awareness ยังไง ?

การสร้าง Awareness ก็แค่เอาภาพมาเปิด
เอาข้อมูลมาทางแล้วคาดหวังว่าคนจะเข้าใจ
แล้วเริ่มเปลี่ยนพฤติกรรม

แต่ การ Nudge คือการสร้างสิ่งที่ยาก
และน่าสนใจ ซ้ำไปเลยที่ต้องทำอะไร!
ให้ทุกคนเห็นว่าการเปลี่ยนแปลง
พฤติกรรมให้เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม
ไม่ใช่เรื่องยากอย่างที่คิด และอาจจะติดเป็นนิสัยไปเลย

“การแปะโปสเตอร์เรื่องสิ่งแวดล้อม คือ
การทำให้คนเข้าใจปัญหาและถูกคิด

**แต่ Nudge คือการใช้จิตวิทยาสร้างสิ่งที่สะดวก
ทำได้ง่าย แล้วทุกคนจะมีสิ่งแวดล้อมในหัวใจตลอดไป”**

How to make Nudge effective?

เรื่องอะไรที่ทำแล้วอยากต้องใช้ความพยายามมาก
คนก็ไม่ทำกันหรือจริงจังมั๊ย ?

ดังนั้น การทำให้ง่ายสำหรับทุกคนจึงเป็นเรื่องจำเป็นมาก
ตัวอย่างเช่น วางถังขยะรีไซเคิล หน้าถังขยะปกติ
หรือเพิ่ม Sustainable Food ในโรงอาหาร และวางให้อยู่ในระดับสายตา

Sustainable Food คือ อาหารที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม
เช่น Plant-Based หรืออาหารมังสวิรัต
แต่เปลี่ยนการใช้คำให้เป็นมิตรกับคนมากขึ้น

ใครเคยไม่แยกขยะ เพราะเพื่อนไม่ทำบ้าง?

ถ้าเคย **Nudge** อาจจะเป็นคำตอบ!
เพราะคนมีแนวโน้มจะทำตามสิ่งที่สังคมรอบข้างทำ
แล้วถ้าสังคมรอบข้างสนใจสิ่งแวดล้อม
แน่นอนว่าเราก็คงมีพฤติกรรมบางอย่าง
ที่รักสิ่งแวดล้อมมากขึ้นบ้างแหละ

จัด Sustainability Event ให้หลายคนได้มาทำความรู้จักกัน อย่าง Zero Waste Potluck Dinner ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยก็ใช้นะ นอกจากจะได้แชร์อาหารแล้ว
ยังได้สร้าง Community กับคนที่สนใจเรื่องสิ่งแวดล้อมเหมือนกัน

รู้มัยว่าการมี Community ที่สนใจเรื่องสิ่งแวดล้อม
จะยิ่งทำให้เราอยากรักษาสิ่งแวดล้อมด้วยนะ

กิจกรรมที่ทำเมื่อไหร่ก็ได้ เราก็มักจะไม่ว่างทำหรอก
แต่ถ้าเป็นอะไรที่จำกัดเวลาแล้วก็ เราจะรีบทำทันทีเลย

**แล้วมันจะดีขนาดไหนถ้ากิจกรรมที่ทำในเวลาจำกัด
สามารถทำให้คนคิดถึงสิ่งแวดล้อมอย่างเป็นนิสัย**

จนสุดท้ายไม่ว่าจะมีหรือไม่มีกิจกรรม
“สิ่งแวดล้อม” ก็จะเป็นเรื่องที่ทุกคนยังคิดถึงเสมอ

- ทำให้ปีแรกของทุกคนเป็นเรื่องง่าย ให้คุ้นเคย sustainable food
ฟรีกับนิสิตในปีแรกเพื่อสร้างกิจวัตรใหม่ ให้กับนิสิต
ที่ถึงแม้ว่าจะไม่ได้อยู่ในปีแรกแล้ว แต่ก็ยังกิน sustainable food อยู่ดี
- กิจกรรมเคลียร์ของและส่งต่อของที่ไม่ใช้แล้ว
ในช่วงสัปดาห์สุดท้ายของการเรียน
- จัดกิจกรรมซ่อมจักรยานฟรีทุกเดือน ก็เป็นอีกหนึ่งวิธี
ที่จะทำให้คนอยากปั่นจักรยานมาโรงเรียน หรือมหาวิทยาลัย

อ่านมาถึงตรงนี้แล้ว...

หลายคนที่มีแผนเป๋ญแจ้งๆ ที่อยากทำแต่ไม่รู้จะเริ่มยังไงดี

และไม่รู้ว่า ทำไปแล้วจะประสบความสำเร็จหรือเปล่า
เราขอเสนอ 5 ข้อที่จะทำให้ Nudge ของคุณประสบความสำเร็จ

1. เลือกเป้าหมายที่เจาะจงและชัดเจนหาอะไรที่ทำได้ง่ายและเห็นผลได้จริง
2. เข้าใจบริบทสังคม และหาสิ่งที่อยากขับเคลื่อน
3. ออกแบบให้เหมาะกับกลุ่มเป้าหมาย และหาคนร่วมสร้าง Nudge ไปด้วยกัน
4. ทดลองทำกับกลุ่มเป้าหมายเล็ก ๆ ในเวลาสั้น ๆ
5. ปรับปรุงและพัฒนา nudge ให้มีประสิทธิภาพกับสถานศึกษาของคุณ



สุดท้ายแล้ว ไม่ว่าจะเป็นการสร้าง nudge
หรือการถือป้ายประท้วง ก็เป็นหนึ่งวิธีการ
สร้างความตระหนักรู้เรื่องสิ่งแวดล้อม
ให้กับคนในสังคม ไม่ควรมีการเคลื่อนไหวแบบใด
ที่ถูกด้อยค่า เพียงเพราะ Woke หรือก้าวร้าวเกินไป
ทุกการเคลื่อนไหวเรื่องสิ่งแวดล้อม
ล้วนแล้วแต่เป็นประเด็นที่สำคัญ เร่งด่วน
และมีความหมายต่อสิ่งมีชีวิตทุกชนิดบนโลก

