



# UNDERSÖK

## BELÖNA BRA BETEENDE!

Gandi sa det bäst. Vill man förändra världen ska man börja med sig själv. Så varför slänger du mat i onödan? Välj en eller två av de vanligaste orsakerna.

### 1. Jag slänger mat:

- A. när jag är mätt
- B. om jag har bråttom
- C. när jag inte är sugen längre
- D. om maten inte ser god ut
- E. om jag inte tycker om maten
- F. när de jag sitter med i matsalen går
- G. om jag känner mig stressad
- H. om jag känner mig uttråkad
- I. därför att jag inte förlorar något, det är ju inte jag som betalat den



Dina svar: Meningarna ..... och .....

### 2. Intervjua

Välj ut sex personer som du ska intervjua. Det kan vara skolkamrater, vänner eller familjemedlemmar. Ställ dem frågan ovan, läs upp alternativen och be dem välja två av alternativen.

Person 1: Mening .....(och.....)

Person 2: Mening .....(och.....)

Person 3: Mening .....(och.....)

Person 4: Mening .....(och.....)

Person 5: Mening .....(och.....)

Person 6: Mening .....(och.....)

### 3. Analysera

Analysera resultaten tillsammans med en klasskamrat eller i grupp. Vilken mening fick allra flest svar?

.....

Vad tänker ni om resultatet?

.....

### 4. Idéer

För att ändra ett beteende, måste man ändra sitt sätt att tänka. Ett bra sätt att göra det är genom att belöna bra beteenden. Skriv upp ett eller flera förslag på hur ni skulle kunna göra det!

.....

.....