Étape 3 : Concevoir la solution

Partie 2 - Utiliser les cadres EAST et MINDSPACE pour créer des interventions efficaces

Bravo, vous avez maintenant terminé la moitié des feuilles de travail!

La présente feuille de travail vous aidera à mettre à l'épreuve vos idées tirées de la feuille de travail 4 au moyen d'un aide-mémoire et de directives visant la manière d'appliquer les cadres EAST et MINDSPACE à la conception de votre intervention. Lorsque vous aurez rempli cette feuille de travail, vous saurez mieux comment maximiser l'efficacité de votre intervention. Utilisez cette feuille de travail pour chaque idée d'intervention élaborée dans la feuille de travail 4.

Cadre EAST

Le cadre EAST est un outil utile pour concevoir des interventions pour changer les comportements. L'utilisation des indices du cadre EAST vous aidera à évaluer des interventions et à établir une liste restreinte de celles qui pourraient avoir le plus grand effet. Cet outil pourra également vous aider à concevoir une intervention particulière de manière à améliorer son efficacité.



Facile (*easy*, « E »)
Rendre le comportement souhaité aussi simple et pratique que possible.



Attrayante (« A »)
Capter l'attention des gens et mettre clairement en évidence les avantages.



Sociale (« S »)
Montrer que d'autres personnes le font, pour créer une pression sociale positive.



Opportune (*timely*, « T »)
Inciter les gens à agir ou à prendre des décisions au moment où ils sont le plus susceptibles de le faire.

Énumérez vos interventions potentielles et notez la manière dont chacune répond aux quatre exigences du cadre EAST.

Intervention	Facile?	Attrayante?	Sociale?	Opportune?

Cadre MINDSPACE

Le cadre MINDSPACE est un outil utile pour concevoir des interventions de changement de comportement. La mnémonique MINDSPACE pourra vous aider à évaluer des interventions et à établir une liste restreinte de celles qui offrent le plus grand effet. Cet outil pourra également vous aider à concevoir une intervention particulière de manière à améliorer son efficacité.

Intervention	Décrivez brièvement votre intervention :

Répondez maintenant aux questions ci-dessous.

Qui est le **messager** (de confiance)?	
Quelles mesures **incitatives** la campagne offre-t-elle?	
Dans quelles **normes** sociales puise-t-elle?	
Le comportement souhaité est-il obtenu **par défaut?**	
Saillance : comment la campagne captera-t-elle l'attention des gens et rendra-t-elle le sujet pertinent pour eux?	
Puisez-vous dans les signaux subconscients pour appuyer le **conditionnement?**	
Affect : faites-vous appel aux émotions des gens?	
Encouragez-vous les gens à prendre des **engagements** (promesses, établissement d'objectifs, etc.)?	
Ego : utilisez-vous des techniques pour aider les gens à se sentir bien lorsqu'ils interagissent avec l'intervention?	

Bravo, vous avez bien rempli la feuille de travail 5.

Vous affinerez maintenant vos solutions pour déterminer les idées à mener jusqu'à l'étape du projet pilote. Vous passerez bientôt à l'étape 4 – allez-y!

Votre progression :

