



FACHTAG NUDGING

Von der Kunst, Essen geschickt zu platzieren

Strategien für eine gesundheitsfördernde Gemeinschaftsgastronomie

am Freitag, 19. Mai 2017 in Innsbruck

Nudging - das sagt die Forschung

Prof. Dr. Gertrud Winkler



Dieses Projekt wird durch das EU-Programm Interreg V A Österreich-Bayern 2014-2020 gefördert

**KinderLeicht e.V.**





Was erwartet Sie „aus der Sicht der Forschung“

- Was ist nudging?
- Wie wird nudging eingeordnet?
- **Nudging in der Gemeinschaftsgastronomie**
- **Wirkt nudging tatsächlich?**
- Wie nudgt man richtig?





Was ist nudging?



Nudging will ...



Hochschule
Albstadt-Sigmaringen
Albstadt-Sigmaringen University



... Menschen **durch sanfte Anreize** ohne Zwang, Verbote oder Gebote dazu bewegen, für **sich selbst oder gesellschaftlich vorteilhaftere Entscheidungen zu treffen** bzw. ihr **Verhalten vorteilhaft zu ändern**.

[Reisch & Sandrini 2015]





Nudging ist ...

... ein Oberbegriff für ein unscharfes **Bündel von Maßnahmen**, mithilfe derer die psychische, soziale und physische **Umwelt mit einfachen Mitteln umgestaltet** wird.

Im Unterschied zu Manipulation bzw. versteckter Regulierung müssen die **Transparenz** des Interventionsdesigns und die **ökonomische und ideologische Neutralität** gewährleistet werden.

Die **Wahlfreiheit** des Einzelnen darf **nicht eingeschränkt** und es dürfen **keine Verhaltensvorschriften oder gar Verbote** erlassen werden.

[Reisch & Sandrini 2015]





Hochschule
Albstadt-Sigmaringen
Albstadt-Sigmaringen University



Wie wird nudging eingeordnet?





Instrumente der Ernährungsintervention



[Spiller et al. 2017]

Instrumente der Ernährungsintervention

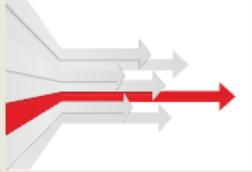
Entscheidungsbeschränkung  <small>© istockphoto/Thinkstock</small>	limitierte Auswahl durch Produktverbote	Verhaltensänderung durch Produktverbote durchsetzen: komplettes Verbot unerwünschter Produkte, z. B. Alkoholabgabeverbote
	limitierte Auswahl durch Produktreformulierung und Standards	Verhaltensänderung durch Produktreformulierung durchsetzen: z. B. Höchstgehalt bestimmter Inhaltsstoffe (z. B. Salz), verpflichtende Ernährungsstandards (Beschaffungsrichtlinien) in der Schul- und öffentlichen Gemeinschaftsverpflegung
Entscheidungslenkung  <small>© istockphoto/Thinkstock</small>	gelenkte Auswahl durch negative Anreize	Verhaltensänderungen durch negative Anreize veranlassen: z. B. Steuern, Abgaben, Schockbilder auf Verpackungen
	gelenkte Auswahl durch positive Anreize	Verhaltensänderungen durch positive Anreize veranlassen: z. B. Subventionen, Bonusprogramme
	gelenkte Auswahl durch veränderte Voreinstellungen	Verhaltensänderungen durch veränderte Voreinstellungen veranlassen: z. B. herausgestellte Platzierung von Produkten in der öffentlichen Gemeinschaftsverpflegung, attraktive Produktgestaltung etc. (Nudging)
Entscheidungsunterstützung  <small>© istockphoto/Thinkstock</small>	erleichterte Auswahl	Verhaltensänderungen erleichtern: Coaching-Angebote, Vorgaben zum (FOP-)Labelling, staatliche Labels, Gestaltung von interpretativen Labels und Warnlabels
	informierte Auswahl	Entscheidungen verbessern: Verbraucherbildung und -information, Markttransparenz erleichtern, Health- und Environmental-Claims definieren, Werbeeinschränkungen und -verbote
	staatlicherseits nicht-regulierte Auswahl	keine Maßnahmen, Situation beobachten

Abb. 1: Leiter ernährungspolitischer Eingriffe [eigene Darstellung in Anlehnung an (32) und (33)]
FOP= front of pack (Verpackungsvorderseite)





Hochschule
Albstadt-Sigmaringen
Albstadt-Sigmaringen University



Nudging in der Gemeinschaftsgastronomie



Nudging ist dann sinnvoll, ...

... wenn

- die Entscheidung einen zeitversetzten Effekt hat,
- das Feedback gering ist ,
- die Beziehung zwischen der Entscheidung bzw. Auswahl und ihren Folgen ungewiss sind.

→ **Ernährungsverhalten** [Reisch & Sandrini 2015]

Nudging bisher überwiegend im Bereich Ernährung [Hollands et al. 2013]



Ernährungsverhalten bietet sich für nudging an, ...

... denn

- alle essen und trinken
- individuell vorteilhafte Ziele (Risiko für Übergewicht, Adipositas und chronische Erkrankungen senken)
- gesellschaftlich wünschenswerte Ziele (Krankheitskosten senken, nachhaltige Ernährung fördern)
- breites Spektrum möglicher *nudging*-Interventionen (Produkte, Situationen und Umfeld - meistens mit mehreren Optionen)

[Reisch & Sandrini 2015]





Nudging in der Gemeinschaftsgastronomie

typisch ist

- geringer Aufwand, keine Einbußen im Umsatz
- Verwirklichung direkt dort, wo ausgewählt wird
- wird von Gästen nicht bewusst wahrgenommen
- viele Gäste werden gleichzeitig erreicht
- Gästen haben weiterhin volle Wahlfreiheit





Was sind typische nudging-Maßnahmen?



Typische Maßnahmen

Umgebungsbedingungen gesunder Speisen attraktiv gestalten

- Gesunde Speisen attraktiv beleuchten
(z. B. Fokussierung der Speisen durch Punktlicht; Kaltlichtspiegellampen, die Farbe und Frische von Speisen betonen)
- zugehörige Speisesaal-/Restaurantbereiche bevorzugt beleuchten, dekorieren, ...
- ...





Eigenschaften gesunder Speisen bevorzugt verbessern

- gesunde Speisen in Geschmack, Geruch, Aussehen, Mundgefühl, ... verbessern
- nur gesunde Speisen zum Mitnehmen/ „to go“ anbieten
- Vergünstigungen/„Zusatznutzen“ nur für gesunde Speisen anbieten (Nachschlag, freie Komponentenwahl, ...)
- ...



Gesunde Speisen attraktiver präsentieren

- gesunde Speisen in attraktiverem Geschirr anbieten
(besondere Teller, besondere Servietten, attraktivere Mitnahmegefäße...)
- gesunde Speisen attraktiver komponieren, arrangieren und garnieren
- nur gesunde Speisen in verschiedenen Portionsgrößen anbieten
- gesunde Speisen attraktiv beleuchten
(z. B. Fokussierung der Speisen durch Punktlicht; Kaltlichtspiegellampen, die Farbe und Frische von Speisen betonen)
- ...



Gesunde Speisen besser verfügbar, besser sichtbar und bequemer erreichbar machen

- gesunde Speisen werden zuerst angeboten
- gesunde Speisen stehen in Augenhöhe und vorne
- gesunde Speisen sind ohne Anstrengung mit kurzen Wegen gut erreichbar
- gesunde Alternativen werden auf der Speisekarte zuerst genannt
- in Wartebereichen werden gesunde Alternativen angeboten
- gesunde Speisen schneller, ohne Nachfrage, ohne Wartezeit ausgeben
- gesunde Speisen werden mehrmals an verschiedenen Stellen angeboten
- Bezahlvorgang ist für gesunde Speisen komfortabler
- ...



Gesunde Auswahl unauffällig durch gezielte Hinweisreize / gezielte Verhaltenshilfen unterstützen

- dauerhaft attraktive Bilder/Fotos von gesunden Speisen etc. im Eingangsbereich bzw. Speisesaal/Restaurantbereich platzieren
- dekorative Objekte bei gesunden Speisen platzieren
- Kostproben von gesunden Speisen anbieten
- Empfehlungen zur Lebensmittelauswahl auf dem Weg zur Essensausgabe aushängen
- Verbale Aufforderung durch das Ausgabepersonal („was würde wohl xy essen?“)



Neu oder eigentlich altbekannt?



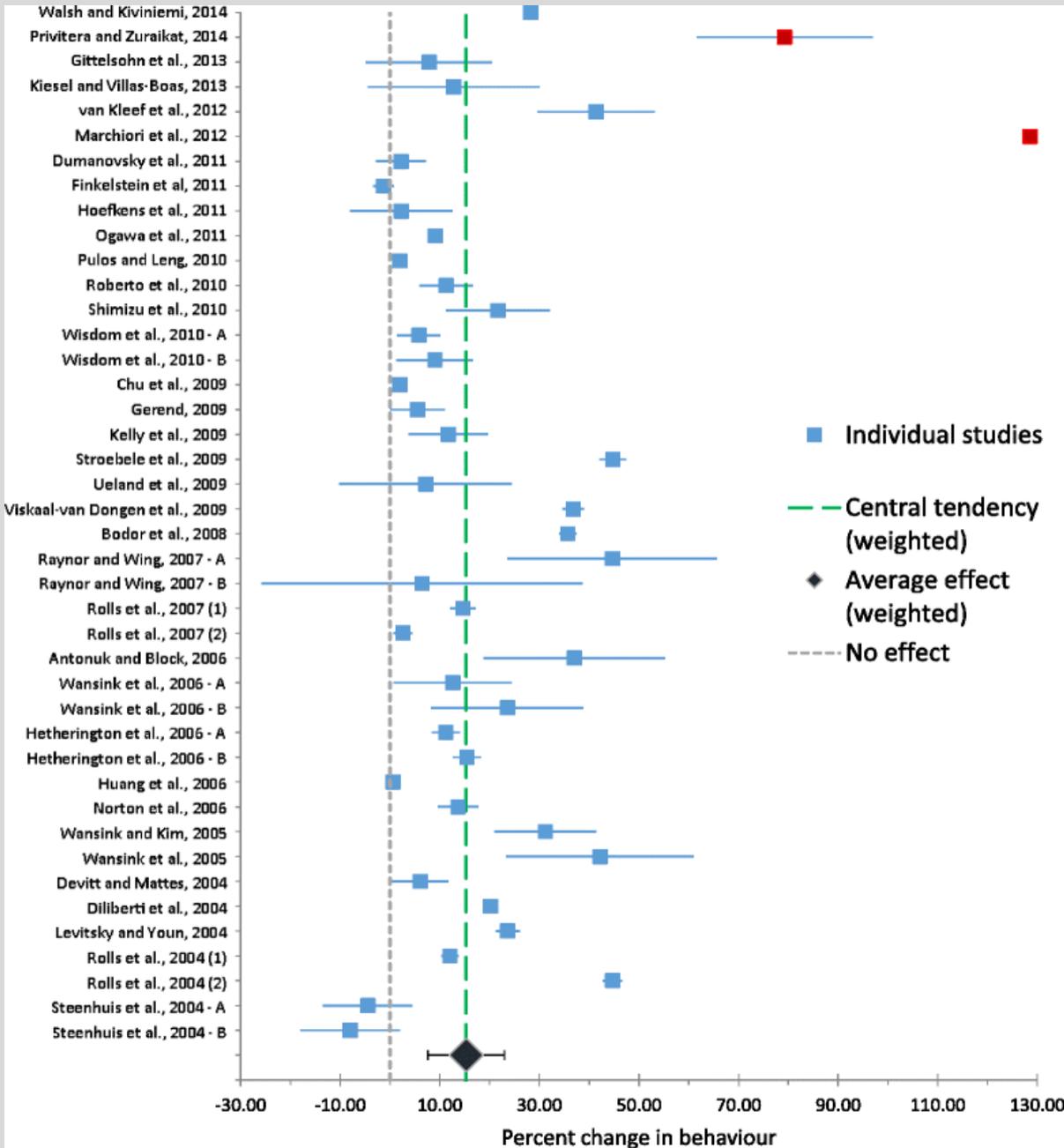
Hochschule
Albstadt-Sigmaringen
Albstadt-Sigmaringen University





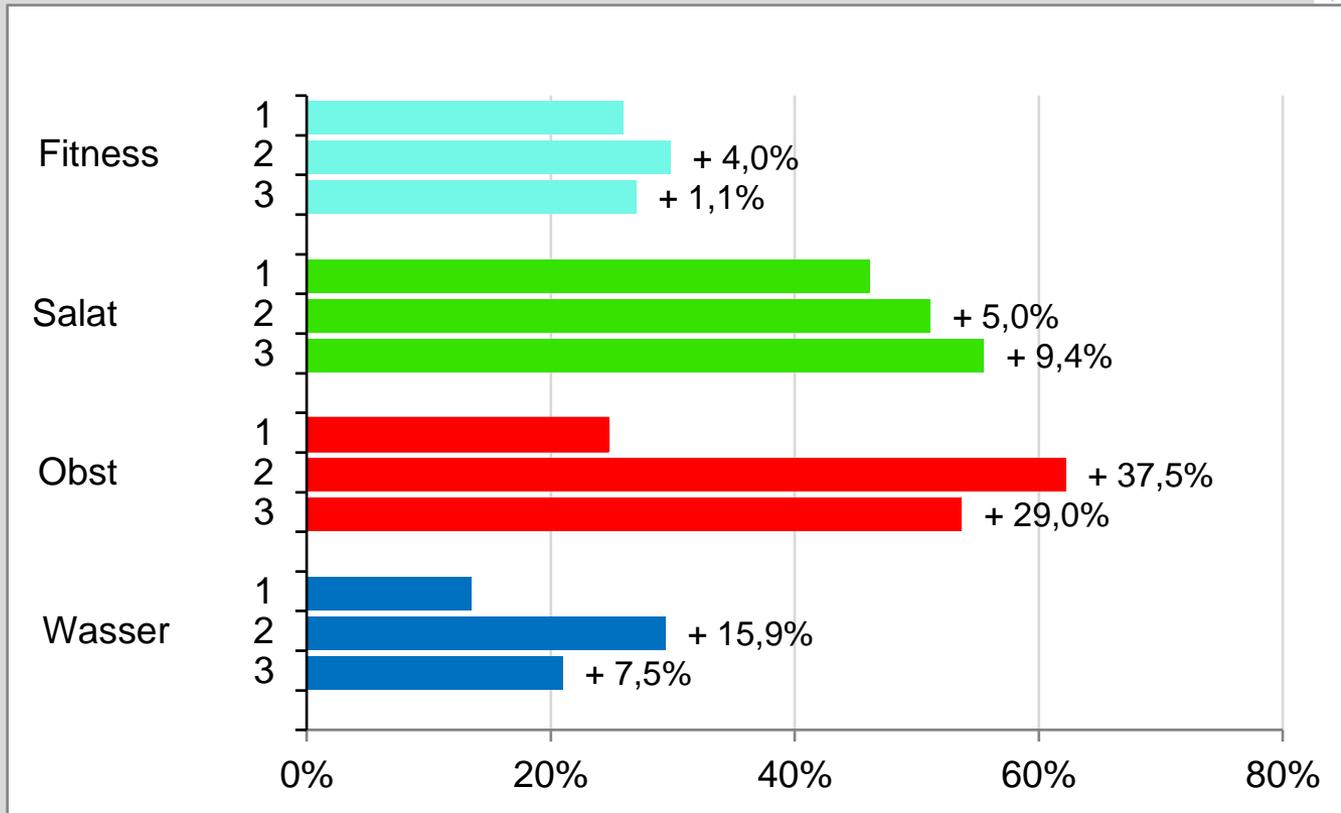
Wirkt nudging tatsächlich?





[Arno & Thomas 2016]





Veränderungen kurz (2)- und mittelfristig (3) nach Einführung von *nudging*-Maßnahmen im Vergleich zu vorher (1)



Essensausgabe der Truppenküche am Fliegerhorst Kaufbeuren



Maßnahmen



Maßnahmen



Maßnahmen



Maßnahmen



Weitere Studien laufen



The logo for KinderLeicht Ernährungsinstitut features a stylized yellow and green figure above the text "KinderLeicht" in a grey sans-serif font. Below this, the text "Ernährungsinstitut" is written in a smaller, yellow sans-serif font.





Wie nudgt man richtig?



Gemeinsame Antworten in den Workshops



Hochschule
Albstadt-Sigmaringen
Albstadt-Sigmaringen University



Danke



Hochschule
Albstadt-Sigmaringen
Albstadt-Sigmaringen University



winkler@hs-albsig.de

