



GREEN NUDGING – EIN CLEVERER STUPS ZUM VERÄNDERN VON GEWOHNHEITEN IN RICHTUNG KLIMASCHUTZ

ONLINE-SEMINAR AM 29.03.2023
(ARBEITSERGEBNISSE VOM MURAL-BLATT)

rasmussen
changes

Mit Dank für die Unterstützung von:



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Einstieg ins Thema: Warum funktionieren bekannte Nudges? Was sind Eure Vermutungen?

Nudge:
Geschwindigkeitsfeedback



Welche Merkmale des Nudges tragen dazu bei, dass er erfolgreich ist?

Gesellschaftliche Norm	Verhindert negative Konsequenz	Durch den Smiley wird es leichter zu verstehen	bekannte/vertraute Symbole
auffällig	leicht verständlich	keine Abstaraktion (30 km/h), direktes feedback :-D / :-(Alle können es sehen
signalisiert Zustimmung oder Ablehnung	Man will den Smiley (als Belohnung) bekommen	visuell	das unzufriedene Gesicht
	ich spare mir möglicherweise eine Straffe		Bewusstsein schaffen

Einstieg ins Thema: Warum funktionieren bekannte Nudges? Was sind Eure Vermutungen?

Nudge:
Fussspuren auf Rolltreppe



Welche Merkmale des Nudges tragen dazu bei, dass er erfolgreich ist?

	scheint sinnvoll und plausibel	sozialisation	Einfache Erinnerung
Alle machen es	macht neugierig		Spieltrieb
Folgt der Regel rechts langsamer, links schneller	einfach dargestellt		rechts heißt stehen, links heißt gehen

Nudge:
Fliege im Urinal



Welche Merkmale des Nudges tragen dazu bei, dass er erfolgreich ist?

Spieltrieb	Spieltrieb	ehrgeiz

Potenzielle Nudging-Situationen identifizieren

a) Situationsauswahl: Brainstorming

Skizziert das wahrgenommene und störende Ist-Verhalten in einem Satz auf einem Post-It in der passenden Kategorie.

Mobilität		Energie/Strom		Ressourcen		Wasser		Lebensmittel	Einkaufsverhalten ändern (regional, Bio-Laden)
mehr zu Fuß gehen	Jeder fährt mit einem separaten Auto zum gleichen Termin.	Licht an/aus	E-Mail verwendung	Verschwendung		leitungswasser statt Flaschen	halbvollen Geschirrspüler anstellen	Fertiggerichte und Pommes fast ausschließlich im Angebot	bewusster einkaufen und keine Lebensmittel wegwerfen
ÖPNV nutzen	Urlaubsgestaltung überdenken	Temperatur regeln	Fenster auf Kipp	Papierverbrauch	Papier einsparen, weniger ausdrucken, Duplex-Drucken	Schnellprogramme Spülmaschine/ Waschmaschine statt Ökoprogramm		fleischlastige Ernährung	regional
Auto stehen lassen		Drucker aus	Bewegungsmelder	weniger Werbemittel	Mails ausdrucken	Duschtemperatur	Duschdauer	vegetarisches Essen als erstes Menü anbieten	saisonal
Lieferungen bündeln	Auto ist "normal"	Aufzug unnötig genutzt	Räume nicht überheizen	Bei Amazon bestellen	SEcond Hand fördern	Mineralwasser still durch Leitungswasser ersetzen	Regentonne, Wasser auffangen zum Beete gießen	Verschwendung / Essen wird weggeworfen	zu große Speisemenge gekocht
		ich kann es mir leisten, also ist es ok	Spülmaschine abends anstellen soll abgestellt werden		Nur noch Querlüften	langes Händewaschen verkürzen	Essensreste und Müll per Abwasser entsorgen	Eigenes Mehrwegbehälter mitbringen (Ka	Neue Proteinquellen kennenlernen/ vegetarische Gerichte ausprobieren
Auto zur Arbeit		ncht alles auf Papier ausdrucken, wnn es auch digital abgelegt werden könnte	Kochwäsche	Ressourcen werden ohne Bedacht auf natürlich Quellen eingefordert	Tauschbörse, nicht jeder muss alles haben			Süßigkeiten	Wintergemüse kennenlernen
Flugzeug für Dienstreise		Geräte werden schon morgens angestellt, später erst genutzt	Stromverbrauch reduzieren (Licht, PC/ Monitore...)	Neukauf weil es nicht mehr gefällt				nur noch Bioprodukte einkaufen	Überschuss (Bsp. Buffe wird bewusst in Kauf genommen

Checkliste: Was eignet sich für Nudging - und was nicht?



geeignet

Änderung von
Verhaltensweisen

Größere und klar definierte
Zielgruppen

klar beschreibbares Verhalten

Das neue Verhalten liegt im
Interesse der Mitarbeitenden



ungeeignet

Änderung Haltungen,
Einstellungen, Meinungen

Einzelne Mitarbeitende

komplexe vielschichtige
Situationen

Widerstand (aktiv) gegen das
angestrebte Verhalten

Werdet Entscheidungsarchitekt:innen: Euer Brainstorming für Eure Informations-Nudges



Gruppe 1:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

Keine gekippten Fenster

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Informations-Nudges auf Post-Its. Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

18% weniger Energieverlust

keine kalten Füße mehr

Idee

Idee

Bessere Raumluft

Idee

Idee

Idee



1. Information übersetzen (z.B. Umwelt schützen: in „1 Glas Wasser“ sparen)
2. Informationen sichtbar machen (Feedback) (z.B. Warmwasserverbrauch beim Duschen in Litern)
3. Sozialen Referenzpunkt setzen (was tut die Mehrheit?)

Informations-Nudges



Gruppe 2:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

Fenster auf Kipp

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Informations-Nudges auf Post-Its. Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Energieverlust = wie oft das Handy neu laden

Welcher Referenzwert würde bei Senioren greifen?

Stoßlüften = ...
Kipp =

Idee

Idee

Idee

Idee

Idee



1. Information übersetzen (z.B. Umwelt schützen: in „1 Glas Wasser“ sparen)
2. Informationen sichtbar machen (Feedback) (z.B. Warmwasserverbrauch beim Duschen in Litern)
3. Sozialen Referenzpunkt setzen (was tut die Mehrheit?)

Informations-Nudges

Werdet Entscheidungsarchitekt:innen: Euer Brainstorming für Eure Informations-Nudges


 Gruppe 3:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

Fleisch
reduzieren

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Informations-Nudges auf Post-Its.
Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Entfernung Fleisch darstellen	DGE Empfehlung 300 bis 600 Gramm Fleisch in der Woche	Tierwohl, Haltungsbedingungen	Gesundheit
Letzte Woche wurden X vegetarische Essen verkauft-> sozialer Referenzpunkt	Idee	Idee	Idee

 **Informations-Nudges**

1. Information übersetzen (z.B. Umwelt schützen: in „1 Glas Wasser“ sparen)
2. Informationen sichtbar machen (Feedback) (z.B. Warmwasserverbrauch beim Duschen in Litern)
3. Sozialen Referenzpunkt setzen (was tut die Mehrheit?)


 Gruppe 4:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

Drucken

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Informations-Nudges auf Post-Its.
Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Laufwege verbinden: Brauchst' was aus der Küche? Hol' Deinen Druckauftrag!	Kostenstelle XYZ hat letztes Jahr wenigsten gedruckt. Und dieses Jahr?	Sie drucken XYZ Seiten. Das entspricht XYZ g CO2 und xyz ml Wasser.	Wollen Sie wirklich drucken?
Idee	Idee	Idee	Idee

 **Informations-Nudges**

1. Information übersetzen (z.B. Umwelt schützen: in „1 Glas Wasser“ sparen)
2. Informationen sichtbar machen (Feedback) (z.B. Warmwasserverbrauch beim Duschen in Litern)
3. Sozialen Referenzpunkt setzen (was tut die Mehrheit?)

Werdet Entscheidungsarchitekt:innen: Euer Brainstorming für Eure Informations-Nudges

Gruppe 5:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

Raumtemperatur senken

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Informations-Nudges auf Post-Its. Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Thermometer aufhängen	Pulli anziehen	richtig Lüften	mehr Bewegen
1° weniger = 6 % Energieeinsparung	"Schöner kuscheliger Pulli hast du an!"	Anzeigetafel: wieviel Energie habe ich heute verbraucht (digitale smarte Anzeige)	Warme Getränke anbieten

- i** Informations-Nudges
1. Information übersetzen (z.B. Umwelt schützen: in „1 Glas Wasser“ sparen)
 2. Informationen sichtbar machen (Feedback) (z.B. Warmwasserverbrauch beim Duschen in Litern)
 3. Sozialen Referenzpunkt setzen (was tut die Mehrheit?)

Gruppe 6:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

Getränke

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Informations-Nudges auf Post-Its. Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

regionale Alternative bieten/ Flugzeuggrafik zur Veranschaulichung von Transportwegen	Bierdeckel: Krahnwasser statt Kliggerwasser (saarländisch)	Idee	Idee
	Idee	bei zuckerhaltigen Getränken - Zuckerwürfel darstellen	7 von 10 Menschen trinken eher Mineralwasser

- i** Informations-Nudges
1. Information übersetzen (z.B. Umwelt schützen: in „1 Glas Wasser“ sparen)
 2. Informationen sichtbar machen (Feedback) (z.B. Warmwasserverbrauch beim Duschen in Litern)
 3. Sozialen Referenzpunkt setzen (was tut die Mehrheit?)

Werdet Entscheidungsarchitekt:innen: Euer Brainstorming für Eure Situations-Nudges



Gruppe 1:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

Weisses vs. Umweltschutzpapier

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Situations- und Entscheidungsarchitektur-Nudges auf Post-Its.

Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

weisses Papier im Schrank, Umweltpapier im Drucker	Voreinstellung beidseitiger Druck	Idee	Idee
Druckerfach "Schmierpapier"	Idee	Idee	Idee

4. Voreinstellung verändern (Default) (z.B. doppelseitig Drucken)

5. Entscheidungsaufwand verändern (z.B. Buffetanordnung)

6. Zusammensetzung von Entscheidungsoptionen verändern (z.B. Speisekarte)

7. Entscheidungskonsequenzen verändern (z.B. soziale Konsequenzen)

Situations-Nudges



Gruppe 2:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

Wasserkocher befüllen

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Situations- und Entscheidungsarchitektur-Nudges auf Post-Its.

Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Markierungen anbringen (Tasse, Becher, Kanne...)	Gerät mit Temperatúrauswahl anschaffen	Hinweis auf benötigte Zeit zum Erhitzen (voll = lange Wartezeit)	"Cold Brew"-Getränke anbieten
interessante Umgestaltung soll verhindern, dass man während des Wasserkochens wegläuft	Idee	Idee	Idee

4. Voreinstellung verändern (Default) (z.B. doppelseitig Drucken)

5. Entscheidungsaufwand verändern (z.B. Buffetanordnung)

6. Zusammensetzung von Entscheidungsoptionen verändern (z.B. Speisekarte)

7. Entscheidungskonsequenzen verändern (z.B. soziale Konsequenzen)

Situations-Nudges

Werdet Entscheidungsarchitekt:innen: Euer Brainstorming für Eure Situations-Nudges


 Gruppe 3:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern? **Heizen**

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Situations- und Entscheidungsarchitektur-Nudges auf Post-Its.

Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Voreinstellung Raumtemperatur -> aber Möglichkeit behalten, wieder höher einzustellen	Warme Getränke, Decken zur Verfügung stellen	kleinere Räume anbieten	
Bei Raumbuchung Anzahl der Mitarbeiter*innen abfragen und den richtig geheizten Raum anbieten	Nur einen Pausenraum beheizen	Stehtisch	Idee

-  4. Voreinstellung verändern (Default) (z.B. doppelseitig Drucken)
5. Entscheidungsaufwand verändern (z.B. Buffetanordnung)
6. Zusammensetzung von Entscheidungsoptionen verändern (z.B. Speisekarte)
7. Entscheidungskonsequenzen verändern (z.B. soziale Konsequenzen)
- Situations-Nudges*


 Gruppe 4:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern? **Drucken**

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Situations- und Entscheidungsarchitektur-Nudges auf Post-Its.

Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Voreinstellung doppelseitiger Druck	Idee	schwarz-weiß druck als Voreinstellung	Challenge wer am wenigsten druckt, gewinnt
Abfrage durch Chip ob ausgedruckt oder gelöscht werden soll	automatisch Recyclingpapier	Alternativen zur Verfügung stellen (Laptop für Protokolle)	Idee

-  4. Voreinstellung verändern (Default) (z.B. doppelseitig Drucken)
5. Entscheidungsaufwand verändern (z.B. Buffetanordnung)
6. Zusammensetzung von Entscheidungsoptionen verändern (z.B. Speisekarte)
7. Entscheidungskonsequenzen verändern (z.B. soziale Konsequenzen)
- Situations-Nudges*

Werdet Entscheidungsarchitekt:innen: Euer Brainstorming für Eure Situations-Nudges

 Gruppe 5:


Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

Raumtemperatur senken

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Situations- und Entscheidungsarchitektur-Nudges auf Post-Its.

Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Voreinstellungen ändern	Geräusch, wenn man höher als 3 dreht? oder umgekehrt...	Behördenkappen (Voreinstellung, die aktiv geändert werden müsste)	Temperaturen über 20° gelb und rot kennzeichnen
Temperaturen am Thermostat sichtbar machen (Übersetzung...)	Decken für Couch/ Sessel bereitstellen	Hinweis auf die positive Wirkung der eigenen Gesundheit, wenn Stufe 2 eingestellt wird.	andere Schalter verwenden um Bewusstsein zu schaffen (Sparschwein)

-  4. Voreinstellung verändern (Default) (z.B. doppelseitig Drucken)
5. Entscheidungsaufwand verändern (z.B. Buffetanordnung)
6. Zusammensetzung von Entscheidungsoptionen verändern (z.B. Speisekarte)
7. Entscheidungskonsequenzen verändern (z.B. soziale Konsequenzen)
- Situations-Nudges*

automatische Absenkung nach einer bestimmten Zeit. Muss man dann aktiv wieder hochstellen

 Gruppe 6:


Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

Getränke

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Situations- und Entscheidungsarchitektur-Nudges auf Post-Its.

Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Wasserkaraffen bereitstellen	Regionales Produkt besonders bewerben/ hervorheben	Eigene Saftpresse, die genutzt werden kann	Idee
Anordnung im Getränkeautomaten anpassen		Apfelsaft aus eigenen Äpfeln anbieten	Wasserflaschen zum wiederbefüllen zur Verfügung stellen

-  4. Voreinstellung verändern (Default) (z.B. doppelseitig Drucken)
5. Entscheidungsaufwand verändern (z.B. Buffetanordnung)
6. Zusammensetzung von Entscheidungsoptionen verändern (z.B. Speisekarte)
7. Entscheidungskonsequenzen verändern (z.B. soziale Konsequenzen)
- Situations-Nudges*

Werdet Entscheidungsarchitekt:innen: Euer Brainstorming für Eure Unterstützungs- und Gamification-Nudges



Gruppe 1:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

Mobilität

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Unterstützungs- und Gamification-Nudges auf Post-Its.

Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Messengereingabe, wer wie in die Firma kam	Stadtradeln	Idee	Idee
Wer kam mit dem Rad?	Idee	Idee	Idee
Idee	Idee	Idee	Idee
Idee	Idee	Idee	Idee



8. Erinnerungen bereitstellen (z. B. Aufkleber)
9. Selbstverpflichtung fördern (z.B. gemeinsames Ziel vereinbaren)
10. Außerdem möglich: Gamification (z.B. Piano-Rolltreppe)

Unterstützungs-Nudges



Gruppe 2:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

Fenster auf Kipp

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Unterstützungs- und Gamification-Nudges auf Post-Its.

Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Anreiz in Form von Schrittzählern o.ä. häufiger aufzustehen (um das Fenster zuzumachen)	Wenn das Fenster in Kippstellung gebracht wird, ertönt ein "Doof"	Lustiger Hinweis auf Pflegewagen, dass Bewohnerfenster wieder zu schließen ist	Idee
Idee	Idee	Idee	Idee
Idee	Idee	Idee	Idee
Idee	Idee	Idee	Idee



8. Erinnerungen bereitstellen (z. B. Aufkleber)
9. Selbstverpflichtung fördern (z.B. gemeinsames Ziel vereinbaren)
10. Außerdem möglich: Gamification (z.B. Piano-Rolltreppe)

Unterstützungs-Nudges

Werdet Entscheidungsarchitekt:innen: Euer Brainstorming für Eure Unterstützungs- und Gamification-Nudges

Gruppe 3:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern? **Heizen**

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Unterstützungs- und Gamification-Nudges auf Post-Its.

Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Gemeinschaftsspaziergang in Mittagspause -> statt gehitzter Pausenraum	Aufkleber an Tür beim Verlassen des Raums	Wir möchten nur Stunde x am Tag heizen -> gemeinsames Ziel	Auf Einzelbüros verzichten
Teilzeitheizen -> selbstverpflichtung	Challenge Heizung runterdrehen: 30 Minuten / 45 Min / 1 Std. vor Feierabend	E-Mail: Jetzt ist Frühling!	Bildschirmschoner: Warm-Up -> Bewegungstipps
Thermoter Eisscholle schmilzt	Strickpulliwettbewerb	Rundmail Tipps für aktive Pause, um den Kreislauf anzuregen	Sprechende Thermostete
Reminder mehr im Stehen arbeiten	Idee	Idee	Idee



8. Erinnerungen bereitstellen (z. B. Aufkleber)
9. Selbstverpflichtung fördern (z.B. gemeinsames Ziel vereinbaren)
10. Außerdem möglich: Gamification (z.B. Piano-Rolltreppe)

Unterstützungs-Nudges

Gruppe 4:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern? **Drucken**

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Unterstützungs- und Gamification-Nudges auf Post-Its.

Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

1 Blatt Papier = 5 g Holz in Glas sammeln	Wasserverbrauch an der Kaffeemaschine visualisieren	Altpapier in Säcken sichtbar ausstellen	Idee
Idee	Idee	Idee	Idee
Aneinandergelegte Seiten als Wegstrecke aufzeigen	Idee	Idee	Idee
Idee	Idee	Idee	Idee



8. Erinnerungen bereitstellen (z. B. Aufkleber)
9. Selbstverpflichtung fördern (z.B. gemeinsames Ziel vereinbaren)
10. Außerdem möglich: Gamification (z.B. Piano-Rolltreppe)

Unterstützungs-Nudges

Werdet Entscheidungsarchitekt:innen: Euer Brainstorming für Eure Unterstützungs- und Gamification-Nudges

 Gruppe 5:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

wir bleiben bei Senkung der Raumtemperatur :-)

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Unterstützungs- und Gamification-Nudges auf Post-Its.

Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Wer es schafft 1 Woche unter 20 Grad zu bleiben bekommt einen Punkt bei 50 gibt es eine Aktion	Wettbewerb/Challenge: wärmende Bewegungsangebote	Tanzmuster auf dem Boden o-ä., um in Beegung zu kommen	Positives Geräusch, wenn die Tür zwischen (unterschiedlich beheizten) Räumen schließt
Wettbewerb zwischen den Abteilungen wer es schafft konstant bei niedriger Temperatur zu bleiben wird	Erinnerungszettel Ausgangstür: Heizung runter?	Idee	Idee
der Lieblings Song ertönt wenn die Temperatur unter 19 Grad ist	Bei temperatur über 22 Grad kommt ein Buhen	jede gerade Stunde kommt eine erinnerung an die Raumtemperatur zu denken via PC	jede ungerade aufforderung zum Bewegen mit Applaus via PC
Idee	Idee	Idee	Idee



- 8. Erinnerungen bereitstellen (z. B. Aufkleber)
- 9. Selbstverpflichtung fördern (z.B. gemeinsames Ziel vereinbaren)
- 10. Außerdem möglich: Gamification (z.B. Piano-Rolltreppe)

Unterstützungs-Nudges

 Gruppe 6:

Welche Situation wollt Ihr mit Nudging verändern?

Getränke

Sammelt in der Gruppe mehrere Ideen für Unterstützungs- und Gamification-Nudges auf Post-Its.

Das ist erstmal ein Brainstorming. Die Ideen müssen noch nicht alle gut sein. ;-)

Aufkleber/Aufsteller mit Zuckerwürfeln	Ziel zur Einsparung setzen	Idee	Idee
Idee	Idee	Idee	Idee
	Aufkleber mit Spiel/ Rubbelfeld auf Flasche	Idee	Idee
Idee	Idee	Idee	Idee



- 8. Erinnerungen bereitstellen (z. B. Aufkleber)
- 9. Selbstverpflichtung fördern (z.B. gemeinsames Ziel vereinbaren)
- 10. Außerdem möglich: Gamification (z.B. Piano-Rolltreppe)

Unterstützungs-Nudges



Viel Erfolg auf
Eurem Weg zu
mehr Klimaschutz
gemeinsam mit
Mitarbeitenden!

