

Berlin, 22. Mai 2019

**Gemeinsame Pressemitteilung von Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek), BKK Dachverband, Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) und AOK-Bundesverband**

## **„Nudging“ am Arbeitsplatz:**

### **iga.Report zeigt, wie gesunde Entscheidungen in Unternehmen gefördert werden können**

Etwas für die eigene Gesundheit am Arbeitsplatz zu tun, kann so einfach sein. Vorausgesetzt man trifft die richtige Entscheidung: „Genau daran scheitert es aber häufig. In der Kantine wird die Currywurst dem Salat vorgezogen. Statt ein paar Schritte die Treppe zu nehmen, wird der bequemere Weg mit dem Lift gewählt. Denn die gesunde Entscheidung kostet etwas Überwindung, wissen Diana Eichhorn und Ida Ott, die Autorinnen des iga.Reports 38. Dieser widmet sich dem Einsatz des sogenannten „Nudging“ in der Betrieblichen Gesundheitsförderung und Prävention. Nudging heißt so viel wie „anstupsen“ und ist ein Weg, gesundheitsbewusstes Verhalten zu fördern. Der aktuelle Report zeigt auf, wie Unternehmen ihre Belegschaft bei Entscheidungen im Sinne der eigenen Gesundheit unterstützen können.

„Viele Firmen bieten ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern schon heute zahlreiche Angebote im Bereich der Betrieblichen Gesundheitsförderung an. Diese erfreuen sich auch großer Beliebtheit, allerdings verändern sie nicht automatisch das alltägliche Entscheidungsverhalten der Teilnehmenden“, erklären die Autorinnen. Hier setzt Nudging an. Ziel sei es, den Menschen an ihrem Arbeitsplatz die gesunden Alternativen aufzuzeigen und diese attraktiv und einfach zu machen. Wichtig ist, dass der Moment der Entscheidung selbst verändert wird. Der iga.Report 38 veranschaulicht dies anhand verschiedener Praxisbeispiele.

„Statt sich wie üblich für ein Gesundheitsangebot anmelden zu müssen, könnten Unternehmen beispielsweise die Teilnahme einer gesamten Abteilung voraussetzen, indem für alle Beschäftigten Termine vergeben werden. Jeder, der nicht teilnehmen möchte, müsste sich demnach erst einmal aktiv mit dem Gedanken auseinandersetzen und sich dann auch bewusst dagegen aussprechen“, nennen die Verfasserinnen einen von vielen Ansätzen des Nudging. Wichtig dabei sei, dass nur die „Vorzeichen“ der Entscheidung verändert werden. Die eigentliche Entscheidung zur Teilnahme bleibt den Beschäftigten überlassen.

Für Betriebe, die mit Nudging arbeiten wollen, bietet sich ein entsprechender Prozess an. Dieser setzt ein systematisches Vorgehen voraus. Er besteht aus einer Ziel-, Analyse-, Entwicklungs- und Evaluationsphase. Der iga.Report hält hierzu einen entsprechenden Handlungsleitfaden inklusive Checklisten für die Anwendung in Unternehmen bereit.

Der iga.Report ist ab sofort online abrufbar unter  
<https://www.iga-info.de/veroeffentlichungen/igareporte/igareport-38/>



## **Initiative Gesundheit und Arbeit**

In der Initiative Gesundheit und Arbeit (iga) arbeiten gesetzliche Kranken- und Unfallversicherung zusammen. Ziel der Initiative ist es, arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren durch Arbeitsschutz und betriebliche Gesundheitsförderung vorzubeugen. iga ist eine Kooperation von BKK Dachverband e. V., der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV), dem AOK-Bundesverband und dem Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek).

[www.iga-info.de](http://www.iga-info.de)

### **Pressekontakte:**

Michaela Gottfried, Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)  
Telefon: 030/26931-1200, E-Mail: [michaela.gottfried@vdek.com](mailto:michaela.gottfried@vdek.com)

Andrea Röder, BKK Dachverband e.V.  
Telefon: 030/2700406-302, E-Mail: [andrea.roeder@bkk-dv.de](mailto:andrea.roeder@bkk-dv.de)

Stefan Boltz, Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung  
Telefon: 030/13001-1414, E-Mail: [presse@dguv.de](mailto:presse@dguv.de)

Michael Bernatek, AOK-Bundesverband  
Telefon: 030/34646-2655, E-Mail: [michael.bernatek@bv.aok.de](mailto:michael.bernatek@bv.aok.de)