

AUSGABE

Verhaltenshilfen

Nutzen Sie soziale Normen zur Förderung der Auswahl nachhaltiger Speiseangebote.

Gäste nutzen Informationen über andere Personen (z.B. deren Meinungen oder deren Verhalten), um eigene Entscheidungen zu treffen. Durch eine bewusste Darstellung sozialer Normen in Form von Hinweisen auf das Verhalten anderer Gäste kann eine nachhaltige Speisenwahl begünstigt werden.

Geeignet für	alle Settings
Benötigte Materialien	Eventuell ein Schild
Zeitlicher Aufwand	gering (in einer Woche umsetzbar)
Umsetzungskosten	geringe Kosten

	gering	mittel	hoch	Bemerkung
Dauer der Umsetzung der Intervention	x			in einer Woche umsetzbar
Sachmittelaufwand	x			Eventuell Schild / Tafel
Personaleinsatz	x			eine verantwortliche Person
Aufwand für Dritte	x			keine externe Unterstützung notwendig
Kosten für Schulungen	x			keine Schulung erforderlich
Sonstige Kosten	x			keine weiteren Kosten



Nutzen Sie soziale Normen zur Förderung der Auswahl nachhaltiger Speiseangebote.

Umsetzung	Schrittweise Umsetzung
<p>Durch das bewusste Nennen von sozialen Normen kann das Verhalten der Gäste in Richtung der formulierten Norm verändert werden.</p>	<p>1. Bestimmen Sie eine engagierte Mitarbeiter*in, die für die Umsetzung verantwortlich ist.</p>
	<p>2. Entscheiden Sie sich für die Gerichte, deren Auswahl Sie fördern möchten (z.B. besonders nachhaltige Gerichte) (Optimierung von Rezepturen: www.nahgast.de/rechner)</p>
	<p>3. Entwerfen Sie ein Schild, auf dem Sie zum Beispiel angeben, wie viele Besucher*innen Ihrer Einrichtung in der letzten Woche ein bestimmtes nachhaltiges Gericht gewählt haben.</p>
	<p>4. Platzieren Sie das Schild an einer Stelle, an der es mit hoher Wahrscheinlichkeit von vielen Gästen wahrgenommen wird (z.B. im Eingangsbereich oder direkt neben der Essensausgabe)</p>



Weiterführende Informationen aus der Literatur

Zugrundeliegende Studie	
Burger, J.M./ Shelton, M. (2011): Changing everyday health behaviors through descriptive norm manipulations. In: Social Influence, 6(2), S. 69–77	
Ort der Untersuchung	USA
Kurzinhalt	Ein Schild mit der deskriptiven Norm „Die Mehrheit aller Personen nutzt die Treppe“ verringert die Fahrstuhlnutzung in einem Uni-Campus um 46%. Im Gegenzug hat ein Poster welches die Treppennutzung als Fitnessübung anpreist keine Effekte.
Ziele der Studie	
<ul style="list-style-type: none">Überprüfen der Effektivität von deskriptiven Normen und Prompts auf das tägliche Gesundheitsverhalten.	
Setting	Non Food
Subsetting	Universität
Zielgruppe	Erwachsene
Wirkfaktor	Normen: Implizite Regeln, die das Sozialverhalten beeinflussen, indem sie Handlungen als passend (konform) oder unpassend definieren. Prompt: Verhaltenshilfe oder Erinnerung zum Aufbau von erwünschtem Verhalten, für und in konkreten Handlungssituationen: Visueller Hinweisreiz, der Aufmerksamkeit auf das gewünschte Verhalten lenkt.
Wirkhypothese	Durch das Explizieren von Normen, z.B. durch das Aufstellen entsprechender Schilder kann das Verhalten in Richtung der formulierten Norm verändert werden. Durch einen Prompt werden bestimmte Werte oder Einstellungen aktiviert und verstärkt in einer Entscheidung berücksichtigt werden.
Methodisches Vorgehen	
Beobachtung Drei Wochen lang wurde in drei Gebäuden gezählt, wie viele Leute den Aufzug und wie viele die Treppe nutzen (für ein oder zwei Stockwerke)	



In Woche 2 wurde in zwei Gebäuden jeweils ein Schild in der Nähe der Aufzüge aufgehängt:

- Did you know? Taking the stairs instead of the elevator is a good way to get some exercise. Why not tryit?“
- “Did you know? More than 90 percent of the time, people in this building use the stairs instead of the elevator. Why not you?“ (descriptive Norm)

Alle Schilder wurden in Woche 3 wieder entfernt

Ergebnisse

2643 Teilnehmer*innen (Alter: mindestens 18 Jahre)

Positiver Effekt durch das Verwenden des Schildes mit der deskriptiven Norm.

Kein Effekt durch das Verwenden des anderen Schildes.

Dort, wo die Norm-Information hing, sank die Zahl der Menschen, die den Aufzug nutzten zwischen der ersten und der zweiten Woche um 46 %.

- dieses Ergebnis konnte auch in der dritten Woche, in der das Schild nicht mehr hing, beobachtet werden.

Keine signifikante Verhaltensänderung konnte festgestellt werden:

- an dem Ort, an dem die Treppennutzung als Fitnessübung angepriesen wurde
- an dem Ort ohne Schild

Fazit

Die Ergebnisse lassen die Vermutung zu, dass das explizite Nennen deskriptiver Normen einen positiven Einfluss auf das Gesundheitsverhalten hat:

Die Ergebnisse lassen die Vermutung zu, dass das Verwenden deskriptiver Norm-Informationen zu langfristigen Verhaltensänderungen führen kann.

- Schilder ohne die deskriptive Norm führten zu keiner Verhaltensänderung.

Einschränkungen:

- Es konnte nicht festgestellt werden, inwiefern das Ergebnis durch andere Einflüsse (z.B. nicht wahrnehmen der Treppe) beeinflusst wurde.
- Es konnten keine Daten zu den zugrundeliegenden Mechanismen gesammelt werden.
- Der Beobachtungszeitraum war mit drei Wochen recht kurz.