

Abstract

Die Gesundheitsförderung gewinnt in Zeiten des demographischen Wandels und einer steigenden Lebenserwartung in Industrieländern, wie zum Beispiel Deutschland (Statistisches Bundesamt und Eurostat, 2016, S. 14f) zunehmend an Bedeutung. Um die Bevölkerung darin zu unterstützen, möglichst gute Entscheidungen für ein langes, gesundes Leben zu treffen, wurde die Gesundheitsförderung seit der Etablierung ihres Konzepts der Weltgesundheitsorganisation (WHO) 1986 (Hurrelmann et al., 2010, S. 21) stetig weiterentwickelt.

Die Gesundheitsförderung setzt bereits im Alltag der Bevölkerung an und soll unter anderem durch Schaffung gesundheitsfördernder Lebensbedingungen dazu beitragen, ein Gesundheitsbewusstsein zu entwickeln (World Health Organization, 1986a, S. 1ff). Als Maßnahme zur Gesundheitsförderung setzt der Setting-Ansatz (Hartung und Rosenbrock, o. J., S. 1) in den verschiedenen Lebenswelten der Menschen, wie der Schule, dem Arbeitsplatz, Krankenhäusern oder Seniorenresidenzen an. Für diese und weitere Settings werden unterschiedliche Konzepte erarbeitet. Ein solches Konzept ist beispielsweise die vermehrte Information und Aufklärung zum Thema Gesundheit zur (Weiter-)Entwicklung eines Gesundheitsbewusstseins (World Health Organization, 1986b, S. 1ff) oder das Bewegen zu der Auswahl einer besseren, in diesem Fall gesünderen Variante, bei Entscheidungen.

Diese von Thaler und Sunstein (2016, S. 13ff) auch als *Nudging* oder *libertärer Paternalismus* bezeichnete Methode, Menschen in eine Richtung zu lenken, ohne dabei deren Entscheidungsfreiheit einzuschränken, wird beispielsweise zur Bewegungsförderung genutzt.

Das Ziel der vorliegenden Arbeit ist es, eine Aussage über die Wirksamkeit und die Nachhaltigkeit eines Nudges als Methode zur Gesundheitsförderung im Setting Hochschule zu treffen. Durch das Anbringen von Hinweisen auf dem Fußboden in Richtung Aufzug und Treppenaufgang wurde das Entscheidungsverhalten der männlichen und weiblichen Personen untersucht.

Insgesamt war eine geringe Wirksamkeit des Nudges feststellbar. Die positive Entwicklung zeigte sich erneut in der Nachhaltigkeitsuntersuchung.