

**Arbeitsschutz
kompakt**

Verhaltensbedingte Unfälle vermeiden

Mit Nudging sicheres Verhalten einfacher machen



1 Beschreiben
Sie kurz, um was es geht.

Unsicheres Verhalten: _____
Wischer: _____
Zielverhalten: _____

2 Analysieren: Stellen Sie sich den Ablauf der kritischen Situation wie in einem Film vor ...

Welche Bedingungen haben zur kritischen Situation beigetragen?	Was geht der Person durch den Kopf? Was sind die Motive?	Welche Konsequenzen hat das unsichere Verhalten in der Regel? Was ist der Lerneffekt?
◀		▶

3 Entwickeln: Nutzen Sie die Prinzipienkarten und machen Sie sicheres Verhalten einfacher. Werden Sie kreativ - jede Idee zählt!

Belohnung	Erleichterung	Belohnung	Abschreckung	Übung	Überprüfen	Prüfung
-----------	---------------	-----------	--------------	-------	------------	---------

BG ETEM

Werden Sie zum Regisseur für sicheres Verhalten bei der Arbeit. Erfahren Sie, mit welchen Gestaltungsprinzipien Sie menschliches Verhalten ändern können.

Nudging* im Arbeitsschutz hilft dabei, Menschen mit einfachen Mitteln dazu zu bewegen, gute Entscheidungen für ihre Sicherheit und Gesundheit zu treffen.

*wörtlich: (An)stupsen



Weitere Informationen und Angebote rund um das Thema Arbeitspsychologie finden Sie unter www.bgetem.de, Webcode: 13539659



Sie benötigen Unterstützung? Die Kontaktdaten einer Arbeitspsychologin oder eines Arbeitspsychologen der BG ETEM, die oder der für Ihren Betrieb zuständig ist, finden Sie unter www.bgetem.de, Webcode: 23333523



Auf einen Blick

Verhalten ändern	2
Prinzipien zur Verhaltensänderung	2
Nudging-Ideen entwickeln	3
Schritt 1: Rundgang	4
Schritt 2: Nudging-Werkstatt	5
Schritt 3: Entscheidungstreffen	8
Anhang	9
Maßnahmenplan	9
Steckbrief	10
Nudging-Prinzipien	11
Anlage	13
Nudging-Poster	
Sieben Prinzipienkarten	



Die Anlagen gibt es zum Download unter
➔ medien.bgetem.de, Webcode: M20605007



Verhalten ändern

Menschen treffen in vielen Situationen ziemlich schlechte Entscheidungen. Entscheidungen, die sie nicht treffen würden, wenn sie richtig aufgepasst hätten, umfassend informiert wären, unbegrenzte kognitive Fähigkeiten sowie absolute Selbstkontrolle besäßen.

Menschen können bessere Entscheidungen dadurch treffen, dass Entscheidungsräume so gestaltet werden, dass die Aufmerksamkeit automatisch auf das Relevanteste geleitet wird, Informationen visuell klar und eindeutig dargeboten werden, Komplexität reduziert und die Möglichkeiten zur Selbstkontrolle gegeben werden.

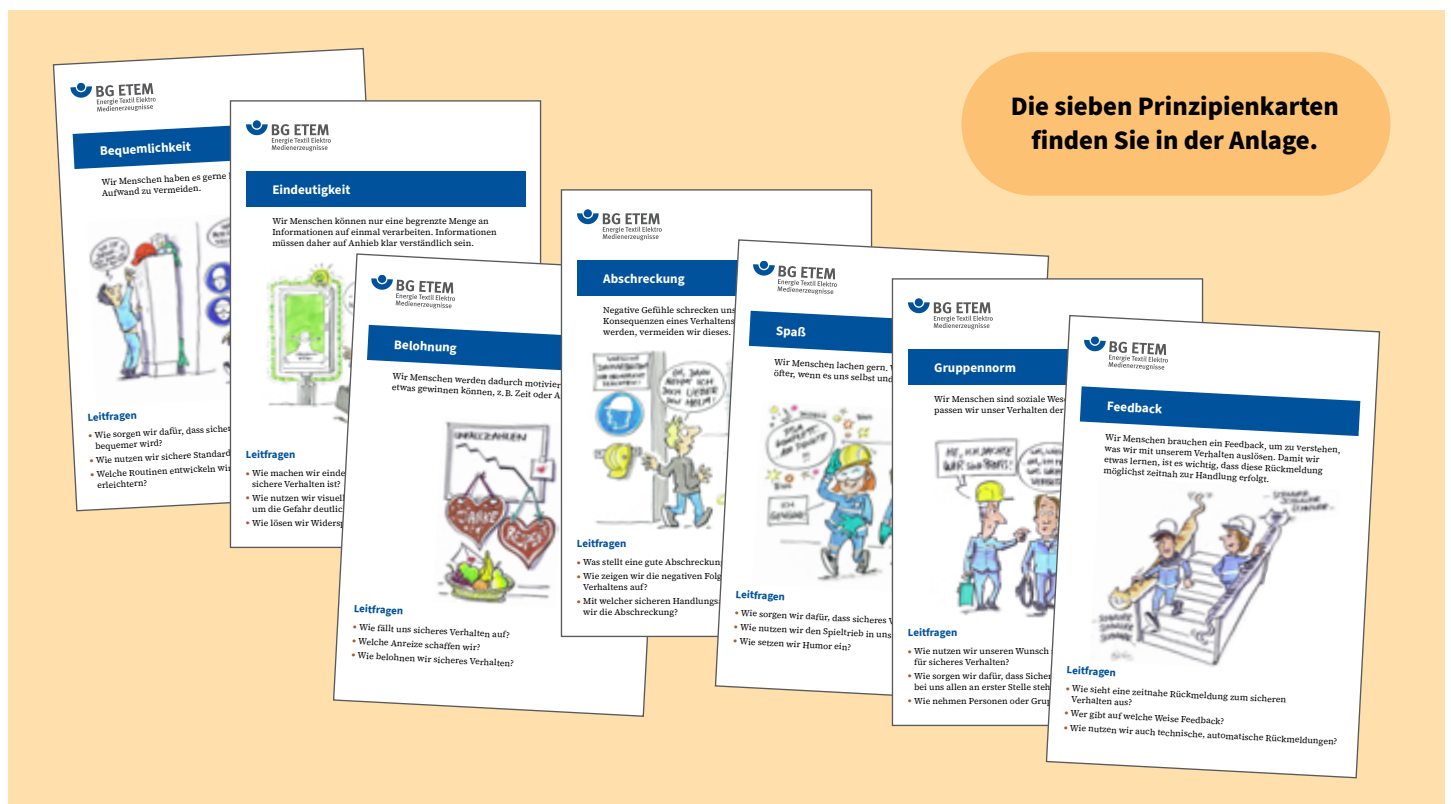
Mithilfe der Nudging-Methode werden Maßnahmen entwickelt, die das Verhalten von Menschen in vorhersehbarer Weise verändern können, ohne Optionen auszuschließen oder wirtschaftliche Anreize stark zu verändern.

Ziel ist es, die Freiheit, gute Entscheidungen zu treffen, zu erhalten oder sogar zu vergrößern.

(zitiert nach Thaler & Sunstein, 2008)

Prinzipien zur Verhaltensänderung

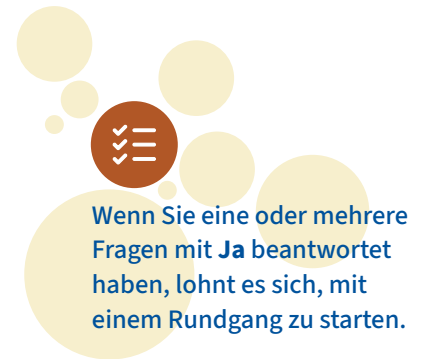
Verschiedene Prinzipien können das menschliche Verhalten beeinflussen. Diese Broschüre gibt Ihnen sieben Prinzipien an die Hand, um wirkungsvolle Nudging-Ideen zu entwickeln.



Nudging-Ideen entwickeln

Führen Sie zuerst eine kleine Bestandsaufnahme durch und markieren Sie die zutreffende Ja-/Nein-Antwort.

	Ja	Nein
Gibt es Unfälle, für die keine technischen Ursachen gefunden werden können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es unerwartete Ereignisse, die die Sicherheit und Gesundheit der Beschäftigten gefährden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es kritische Situationen, die auf unsicheres Verhalten der Beschäftigten zurückzuführen sind?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Werden Regeln und Vereinbarungen durch Beschäftigte manchmal nicht eingehalten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Veränderungen geplant, die sicheres Verhalten der Beschäftigten voraussetzen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wollen Sie durch Beteiligung die Bereitschaft der Beschäftigten zu Sicherheit und Gesundheit erhöhen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Wenn Sie eine oder mehrere Fragen mit **Ja** beantwortet haben, lohnt es sich, mit einem Rundgang zu starten.

In drei Schritten zum Ziel

1

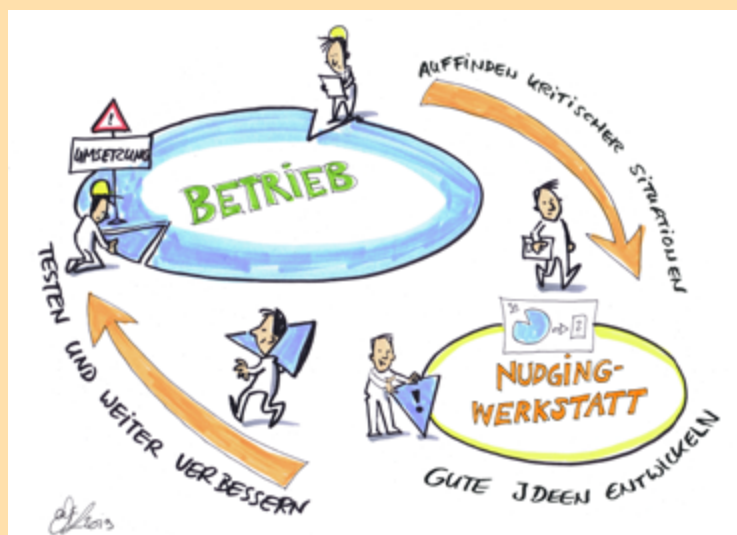
Rundgang:
zum Auffinden und Fotografieren kritischer Situationen

2

Nudging-Werkstatt:
zur Entwicklung guter Ideen

3

Entscheidungstreffen:
zur nachhaltigen Umsetzung der Maßnahmenvorschläge



1

Schritt 1: Rundgang

zum Auffinden und Fotografieren kritischer Situationen

Führen Sie einen Rundgang durch:

Laden Sie vorab ein kleines Team zu einem Gang durch den Betrieb/eine Abteilung ein.

- Sprechen Sie mit den Kolleginnen und Kollegen.
- Fotografieren Sie kritische Situationen.
- Nutzen Sie auch Hinweise aus (Beinahe-)Unfällen, um kritische Situationen ausfindig zu machen.
- Füllen Sie die Steckbriefe für Situationen aus, die so nicht bleiben können, weil sie eine Gefährdung für Sicherheit und Gesundheit darstellen.



Rahmenbedingungen

2–8 Personen, z. B.:

- Geschäftsführung
- Sicherheitsfachkraft
- Sicherheitsbeauftragte
- Arbeitsmediziner/-in
- weitere Personen

1 Std.

Kopiervorlage

Steckbrief der Situation: Fluchtweg versperrt

Datum: 20.3. von Halle B

Beobachtet von: Herr Klug

Situationsbeschreibung: Wie sieht die kritische Situation aus?
Kartons versperren den Fluchtweg nach draußen.

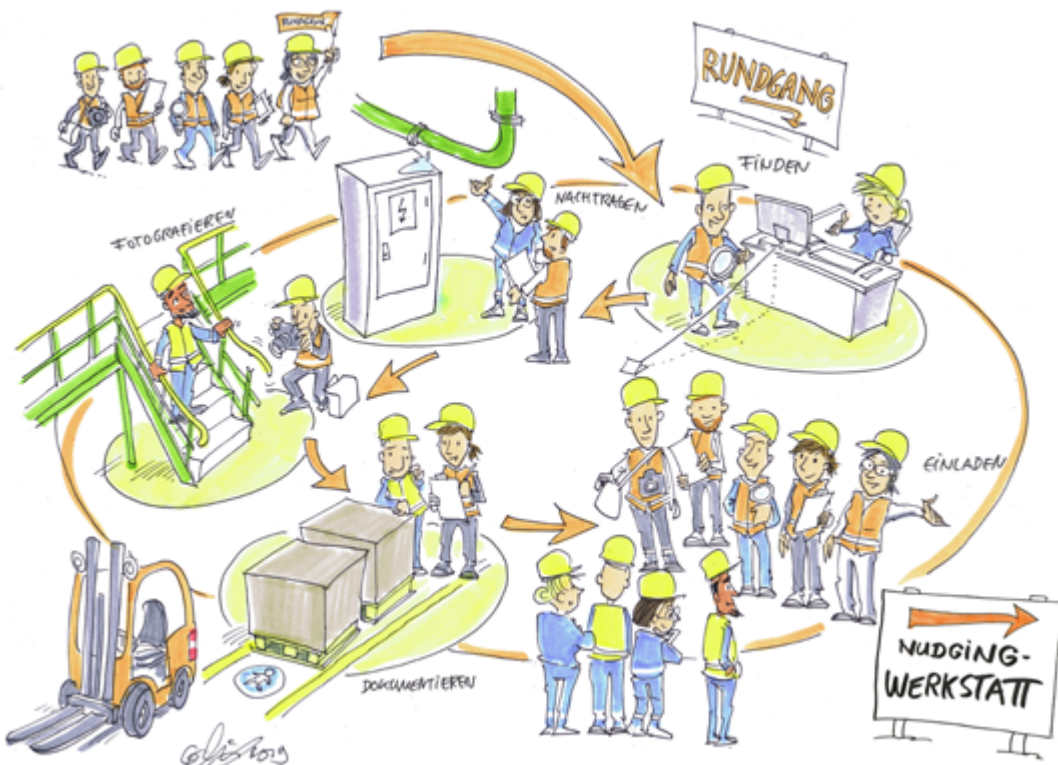
Sichtweise der Beschäftigten: Wie kommt es zu der Situation?
*„Wir stellen die da immer hin, wenn sonst nicht genug Platz da ist.“
 „Ist ja nur für kurz.“*

Risikobewertung: Wie hoch ist das Risiko eines gesundheitlichen Schadens?
 gering hoch
 Negativer Folgen für die Gesundheit

Wen betrifft das Risiko?
Alle Beschäftigten und Personen, die sich in Halle B aufhalten

Material

- Steckbriefe (siehe Kopiervorlage auf Seite 10)
- Fotoapparat/ Smartphone
- Stifte



2

Schritt 2: Nudging-Werkstatt

zur Entwicklung guter Ideen

Vorbereitung

- Laden Sie zur Nudging-Werkstatt Personen ein, die die Tätigkeit selber ausführen und die kritische Situation gut beschreiben können.
- Klären Sie die Frage, ob die Geschäftsführung/ eine Führungskraft bei der Nudging-Werkstatt dabei sein kann.

Termin für die Nudging-Werkstatt:

Termin für das Entscheidungstreffen:

(oder direkt im Anschluss an die Nudging-Werkstatt)

Begrüßung

„Wir möchten mit Eurer/Ihrer Hilfe herausfinden, wie wir unsere Arbeitsbedingungen verbessern können. Ziel ist es, Ideen zu sammeln, die es Euch/Ihnen und uns erleichtern, sich sicherer zu verhalten.“

Um dieses Ziel zu erreichen, befassen wir uns kurz damit, wie Menschen im Allgemeinen „ticken“ und was sie motiviert, sich auf eine bestimmte Weise zu verhalten (► Verweis auf Beispiele auf den Prinzipienkarten).

Im Vorfeld wurden Situationen identifiziert, für die wir heute Verbesserungsvorschläge entwickeln werden (► Zeigen der Fotos).“

Rahmenbedingungen

ab 3 Personen, z. B.:


- Sicherheitsfachkraft
- Sicherheitsbeauftragte/-r
- Beschäftigte aus den betroffenen Bereichen
- Beschäftigtenvertretung
- Führungskraft

Material

- Fotos kritischer Situationen
- Steckbriefe
- Nudging-Poster
- Prinzipienkarten

 2 Std.

Durchführung

1. Benennen Sie zuerst das Ziel der Veranstaltung. Es geht darum, dass sich die Beschäftigten leichter für sicheres und gesundes Verhalten entscheiden können. Schauen Sie sich mit den Teilnehmenden den Erklärfilm an:  www.bgetem.de, Webcode: 21373018.
2. Machen Sie sich anhand der Beispiele auf den Prinzipienkarten mit den Prinzipien vertraut, die menschliches Verhalten beeinflussen können.
3. Stellen Sie die kritischen Situationen aus Ihrem Betrieb vor und legen Sie kopierte Steckbriefe und Fotos auf dem Tisch aus. Mithilfe der Risikobewertung können Sie die Priorität vergleichen. Bearbeiten Sie die Situation mit dem höchsten Risiko zuerst.
4. Teilen Sie sich gegebenenfalls in parallel arbeitende Gruppen auf, die jeweils eine Situation besprechen. Die optimale Kleingruppengröße besteht aus 3–6 Personen.
5. Für jede Situation benötigen Sie das Nudging-Poster. Folgen Sie einfach den angegebenen Arbeitsschritten.

Unser Tipp

Ein Nudging-Poster ist in der Broschüre enthalten. Wenn Sie mehr brauchen, erhalten Sie diese unter der Bestellnummer MB037a.

Nudging-Poster

Jetzt geht es darum, Ideen zu entwickeln.



1. Worum geht's?

- Kleben Sie das Foto von der kritischen Situation auf das Poster.
- Beschreiben Sie, welches Verhalten in der kritischen Situation gezeigt wird.
- Notieren Sie, worin das Risiko besteht. Aus dem Risiko ergibt sich der Handlungsbedarf.
- Beschreiben Sie dann, wie Sicherheit hergestellt und die Gesundheit geschützt werden können. Das ist das Zielverhalten. Das wollen Sie erreichen.

1 Beschreiben

Sie kurz, um was es geht.

Unsicheres Verhalten:

Kartons werden auf den Fluchtweg zum Notausgang abgestellt.



2 Analysieren: Stellen Sie sich den Ablauf der kritischen Situation wie in einem

Welche Bedingungen haben zur kritischen Situation beigetragen?

*Platzmangel am Arbeitsplatz
Zeitmangel, sodass nicht nach einer anderen Lösung gesucht wird
Informationsmangel, da Ablageort für Kartons unklar
Keine Ansprechperson
Es hat hier noch nie gebrannt.*

Was geht der Person durch den Kopf?
Was sind die Motive?

*„Ich stell das schnell dahin, wo es sein muss.“
„Irgendjemand kümmert sich doch um das.“
„Hier läuft doch normalerweise alles.“
→ Unkenntnis der Gefahr*

3 Entwickeln: Nutzen Sie die Prinzipienkarten und machen Sie sicheres Verhalten

BEQUEMLICHKEIT



EINDEUTIGKEIT



BELOHNING



ABSCHRECKUNG



Einen gut zugänglichen Ort für Kartons schaffen, sodass diese nicht in der Halle gelagert werden müssen.

Fluchtweg grün hervorheben, mit Fluchtwegsymbol versehen

Ein Frühstück spendieren, wenn der Fluchtweg vier Wochen freigeblieben ist.

Plakat „Versperrte Fluchtwege kosten Leben“, welches einen Fluchtweg zeigt, der durch Feuer und Rauch blockiert ist.

3. Szene umgestalten

- Kleben Sie die Prinzipienkarten an die Wand. Gehen Sie durch den Raum und schauen Sie sich die Karten an. Welche dieser Prinzipien würden vor, in und nach der Situation helfen?
- Nehmen Sie die Prinzipienkarten mit an den Platz. Die Leitfragen auf den Karten helfen Ihnen, gute Ideen zu finden.
- Formulieren Sie konkrete Vorschläge dafür, wie die Beteiligten durch die Gestaltung der Umgebungsbedingungen zum besseren Verhalten gestupst werden können. Notieren Sie Ihre Ideen auf dem Poster.



2

2. Szene zurückspulen, anhalten und vorspulen

Beschreiben Sie nun, was zu der Entstehung des kritischen Verhaltens beigetragen hat (Zurückspul-Taste). Die vorausgehenden Bedingungen helfen dabei, Lösungen zu finden, die frühzeitig greifen.

Beschreiben Sie als nächstes, was der Person durch den Kopf geht (Pause-Taste). Was sind die Beweggründe dafür, sich in der kritischen Situation unsicher zu verhalten?

Beschreiben Sie zum Schluss, was nach der kritischen Situation in der Regel passiert (Vorspul-Taste). Sie möchten verstehen, was dazu beiträgt, dass das unsichere Verhalten beibehalten wird, bzw. warum sich sicheres Verhalten weiterhin ausbleibt.

Risiko:

Stolpern, Verbrennungen, Erstickten

Zielverhalten:

Die Kartons werden an einem davor vorgesehenen Ort abgestellt, sodass der Notausgang frei bleibt.

Film vor ...

len Kopf?

*es mich nicht stört.“ → Zeit sparen
rum.“ → Bequemlichkeit
niemand durch.“*

Welche Konsequenzen hat das unsichere Verhalten in der Regel?

*Keiner sagt was dagegen, auch nicht die Führungskräfte.
Führungskräfte sagen nichts.
Andere stellen Kartons dazu.
In der Regel passiert nichts.*

Was ist der Lerneffekt?

*Das Abstellen der Kartons an dieser Stelle wird zur Gewohnheit.
Die Bedeutung als Fluchtweg geht verloren.
Vorhandene Hinweise sind nutzlos.*

einfacher. Werden Sie kreativ – jede Idee zählt!

BECKUNG



SPASS



GRUPPENNORM



FEEDBACK



Cartoon auf dem Boden mit dem Spruch „Hier ist kein Parkplatz für Kartons! Sonst schimpft die Büro-Katze!“

Plakat über der Abstellfläche für Kartons mit Fotos der Kolleginnen und Kollegen: Schütze Dich und Deine Kollegen – keine Kartons auf Fluchtwegen.

Fluchtweg in 3 D, Fußspuren, Laser-Strahl, Lichtschranke, Sirene

Abschluss: Ideenpräsentation

- Entscheiden Sie gemeinsam, welche Ideen Sie mit der Leitung besprechen wollen.
- Holen Sie die Leitung dazu und besprechen Sie die Vorschläge. Für Maßnahmen, denen die Leitung sofort zustimmt, können Sie direkt die Umsetzung planen.
- Die Leitung erklärt, wie es weitergehen wird.



3

Schritt 3: Entscheidungstreffen

zur Festlegung von Nudging-Maßnahmen und Wirksamkeitskontrolle.

Vorgehen für die Umsetzung

1. Hängen Sie das Nudging-Poster und den Steckbrief zur jeweiligen Situation auf. Gehen Sie die Ideen auf dem Nudging-Poster durch und schreiben Sie die Maßnahmen, die Sie umsetzen wollen, in den Maßnahmenplan.
2. Überprüfen Sie, ob die Maßnahmen die Prinzipien für ein wirkungsvolles Nudging erfüllen. Notieren Sie, bis wann die Maßnahmen umgesetzt werden und wer für die Umsetzung verantwortlich ist.
3. Legen Sie fest, wann und durch wen Sie überprüfen, ob sich durchgängig ein sicheres Verhalten eingestellt hat und die kritische Situation ausbleibt.

Unser Tipp

Denken Sie daran, dass technische und organisatorische Maßnahmen Vorrang vor personenbezogenen Maßnahmen haben.



Vorgehen für die Wirksamkeitskontrolle

Nehmen Sie den Steckbrief der Situation zur Hand und ergänzen Sie die Inhalte während eines erneuten Rundgangs.

Rahmenbedingungen

4–6 Personen, z. B.:

- Geschäftsführung/Leitung
- Sicherheitsfachkraft
- Sicherheitsbeauftragte/-r
- Arbeitsmediziner/-in

1 Std.

Kopiervorlage

Maßnahmenplan für Situation: Fluchtweg versperrt

1. Maßnahme formulieren: Entwickeln Sie aus den vielen Ideen Maßnahmen.		
Maßnahme	Wie	Werbis wann
Plakat über Abstellfläche für Kartons	Fotos mit allen Kolleginnen und Kollegen machen und Plakat aufhängen	Frau Petrikosz bis Ende April
Cartoon	Büro-Katzen-Cartoon gestalten lassen und auf Fluchtweg kleben	Wer/bis wann: Herr Klang Anfang Mai

2. Qualität prüfen: Worden die Nudging-Prinzipien genutzt?			
Bequemlichkeit erhöht	<input type="checkbox"/>	Freiwilligkeit gegeben	<input checked="" type="checkbox"/>
Eindeutigkeit hergestellt	<input checked="" type="checkbox"/>	Zielverhalten wahrscheinlich	<input checked="" type="checkbox"/>
Angemessene Belohnung	<input type="checkbox"/>	Kosten-Nutzen-Verhältnis passt	<input checked="" type="checkbox"/>
Abschreckung genutzt	<input type="checkbox"/>	Unterstützung durch die Leitung gegeben	<input checked="" type="checkbox"/>
Spaßfaktor erhöht	<input checked="" type="checkbox"/>		
Gruppennorm angesprochen	<input checked="" type="checkbox"/>		
Feedback gegeben	<input type="checkbox"/>		

3. Umsetzung: Wer prüft die Wirksamkeit?

Kontrolle am (Datum): 15.05.2026 Kontrolle durch (Person): Herrn Meier

Material

- Nudging-Poster
- Steckbrief(e)

Tipps für die weitere Umsetzung

- Wie ist die Umsetzungsphase verlaufen? Was waren Hindernisse und Erfolgsfaktoren?
- Welche Anpassungen sind nötig, damit die Maßnahme noch besser funktioniert?
- Passt die Maßnahme auch für andere Abteilungen/Standorte?

Maßnahmenplan

 für Situation: _____

1. Maßnahme formulieren: Entwickeln Sie aus den vielen Ideen Maßnahmen.

Maßnahme

Was	Wie	Wer/bis wann

2. Qualität prüfen: Werden die Nudging-Prinzipien genutzt?

Bequemlichkeit erhöht	<input type="checkbox"/>		
Eindeutigkeit hergestellt	<input type="checkbox"/>	Freiwilligkeit gegeben	<input type="checkbox"/>
Angemessene Belohnung	<input type="checkbox"/>	Zielverhalten wahrscheinlich	<input type="checkbox"/>
Abschreckung genutzt	<input type="checkbox"/>	Kosten-Nutzen-Verhältnis passt	<input type="checkbox"/>
Spaßfaktor erhöht	<input type="checkbox"/>	Unterstützung durch die Leitung gegeben	<input type="checkbox"/>
Gruppennorm angesprochen	<input type="checkbox"/>		
Feedback gegeben	<input type="checkbox"/>		

3. Umsetzung: Wer prüft die Wirksamkeit?

Kontrolle am (Datum)

Kontrolle durch (Person)

Erledigt?

Steckbrief der Situation: _____

Datum: _____ Ort: _____

Beobachtet von: _____

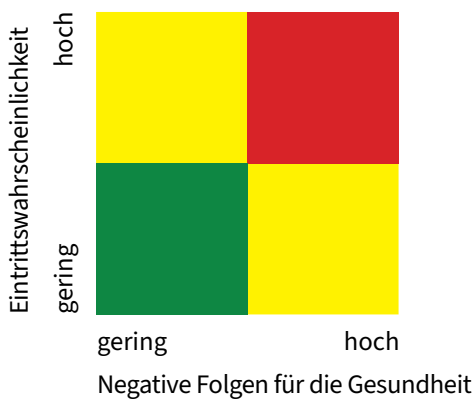
Situationsbeschreibung: Wie sieht die kritische Situation aus?



Sichtweise der Beschäftigten: Wie kommt es zu der Situation?



Risikobewertung: Wie hoch ist das Risiko eines gesundheitlichen Schadens?



Wen betrifft das Risiko?



Nudging-Prinzipien

Prinzip	Erklärung	Leitfragen Beispiele
Bequemlichkeit	Wir Menschen haben es gerne bequem und neigen dazu, Aufwand zu vermeiden.	<ul style="list-style-type: none"> • Wie sorgen wir dafür, dass sicheres Verhalten für uns bequemer wird? • Wie nutzen wir sichere Standardeinstellungen? • Welche Routinen entwickeln wir, die das sichere Verhalten erleichtern?
Eindeutigkeit	Wir Menschen können nur eine begrenzte Menge an Informationen auf einmal verarbeiten. Informationen müssen daher auf Anhieb klar verständlich sein.	<ul style="list-style-type: none"> • Wie machen wir eindeutig erkennbar, was das sichere Verhalten ist? • Wie nutzen wir visuelle oder akustische Reize, um die Gefahr deutlich zu machen? • Wie lösen wir Widersprüche und Unklarheiten auf?
Belohnung	Wir Menschen werden dadurch motiviert, dass wir etwas gewinnen können, z. B. Zeit oder Anerkennung.	<ul style="list-style-type: none"> • Wie fällt uns sicheres Verhalten auf? • Welche Anreize schaffen wir? • Wie belohnen wir sicheres Verhalten?
Abschreckung	Negative Gefühle schrecken uns ab. Wenn uns negative Konsequenzen eines Verhaltens vor Augen geführt werden, vermeiden wir dieses.	<ul style="list-style-type: none"> • Was stellt eine gute Abschreckung dar? • Wie zeigen wir die negativen Folgen des unsicheren Verhaltens auf? • Mit welcher sicheren Handlungsalternative kombinieren wir die Abschreckung?
Spaß	Wir Menschen lachen gern. Wir zeigen daher ein Verhalten öfter, wenn es uns selbst und anderen Freude bereitet.	<ul style="list-style-type: none"> • Wie sorgen wir dafür, dass sicheres Verhalten Spaß macht? • Wie nutzen wir den Spieltrieb in uns für sicheres Verhalten? • Wie setzen wir Humor ein?
Gruppennorm	Wir Menschen sind soziale Wesen. Wir passen unser Verhalten der Gruppe an.	<ul style="list-style-type: none"> • Wie nutzen wir unseren Wunsch nach Zugehörigkeit für sicheres Verhalten? • Wie sorgen wir dafür, dass Sicherheit und Gesundheit bei uns allen an erster Stelle stehen? • Wie nehmen Personen oder Gruppen ihre Vorbildfunktion wahr?
Feedback	Wir Menschen brauchen ein Feedback, um zu verstehen, was wir mit unserem Verhalten auslösen. Damit wir etwas lernen, ist es wichtig, dass diese Rückmeldung möglichst zeitnah zur Handlung erfolgt.	<ul style="list-style-type: none"> • Wie sieht eine zeitnahe Rückmeldung zum sicheren Verhalten aus? • Wer gibt auf welche Weise Feedback? • Wie nutzen wir auch technische, automatische Rückmeldungen?

Anlage:

Nudging-Poster

Sieben Prinzipienkarten

Wir für Sie Die BG ETEM

Für Ihre Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit

Die BG ETEM ist die gesetzliche Unfallversicherung für rund vier Millionen Menschen in über 230.000 Mitgliedsbetrieben. Wir helfen dabei, Arbeit für alle möglichst sicher zu machen.

Unser Auftrag:

Arbeits- und Wegeunfälle, Berufskrankheiten und arbeitsbedingte Gesundheitsgefahren verhüten.

Wir unterstützen Sie durch:

- Beratung und Aufsicht
- Seminare
- Messungen (z. B. Gefahrstoffe)
- Prüfung und Zertifizierung
- Medien (z. B. Broschüren, Filme, online)

Sollte es doch zu einem Arbeitsunfall oder einer Berufskrankheit kommen, kümmern wir uns um die bestmögliche Versorgung. Wir lösen die Haftpflicht der Unternehmensleitung für die gesundheitlichen Folgen von Unfällen und Berufskrankheiten ab.

Unsere Leistungen:

- Heilbehandlung/Rehabilitation
- Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben
- Leistungen zur Teilhabe am sozialen Leben (z. B. Haushalts-, Wohnungs-, Kfz-Hilfe)
- Entschädigungsleistungen

Mehr über uns und unsere Leistungen:

➔ www.bgetem.de

BG ETEM

Berufsgenossenschaft
Energie Textil Elektro Medienerzeugnisse
Gustav-Heinemann-Ufer 130
50968 Köln
Telefon: 0221 3778-0
➔ www.bgetem.de

Folgen Sie uns:



Bestell-Nr. MB037

Unsere Medien für Sicherheit und Gesundheit am Arbeitsplatz erhalten Sie unter ➔ medien.bgetem.de

Bildnachweis: Illustrationen: Michael Hüter/BG ETEM