

Ab heute nudgen wir ... uns selbst!

Marco Jänicke

tekom Festival 2026



Volkstimmung und Großdeutscher Reichstag

Stimmzettel

Bist Du mit der am 13. März 1938 vollzogenen

Wiedervereinigung Österreichs mit dem Deutschen Reich

einverstanden und stimmst Du für die Liste unseres Führers

Adolf Hitler?

Ja



Nein



Quelle: <https://commons.wikimedia.org>



Richard Thaler



Cass Sunstein



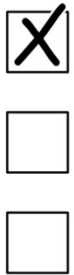
Quelle: <https://commons.wikimedia.org>

Nudge

Anstoß / Schubs / Stubs

sanftes Lenken von individuellen Entscheidungen

Nudge



muss eine
Wahl lassen



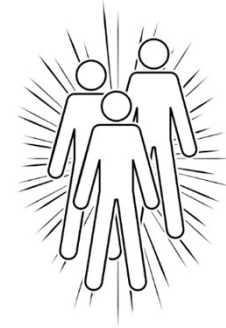
muss transparent
sein



darf nicht
irreführend sein



muss aus
rationaler Sicht
des Einzelnen zu
seinem Vorteil sein



muss aus rationaler
Sicht zum Vorteil
für alle sein

Verhaltensökonomie

Verhaltensökonomie

Biases

Verzerrung

Heuristiken

Annahmen

Verhaltensökonomie

Homo oeconomicus



Econs

Kontrolliert

Angestrengt

Deduzierend

Langsam

Bewusst

Regelgeleitet

Homo sapiens



Humans

Unkontrolliert

Mühelos

Assoziieren

Schnell

Unbewusst

Elernt

Typische Nudging-Strategien

Defaults

Vereinfachung

Soziale Normen

Einfachheit

Offenlegung

Warnungen

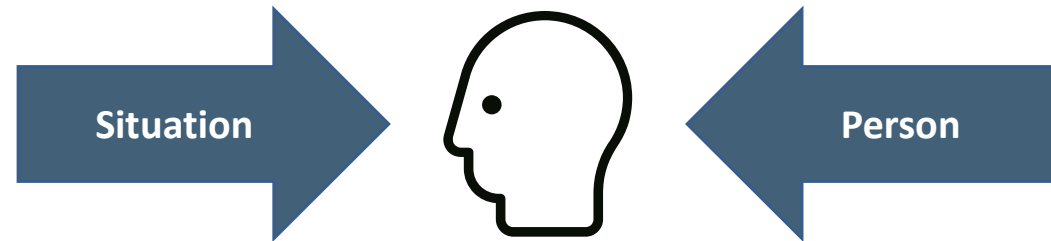
Selbstbindung

Erinnerung

Durchführungswillen

Konsequenz

Abhängigkeiten von Nudges





Libertärer Paternalismus

Werkzeugkasten ... um Handlungen anzustoßen





Biases

Verzerrung

Abstraktion

Heuristiken

Annahmen

Nuding ... uns selbst

Kidlin's Law

**Ein klar formuliertes Problem
ist halb gelöst.**

John Kidlin

Nuding ... uns selbst

Fünf-Minuten-Regel

Zwei-Minuten-Regel

Nudging ... uns selbst

Eat the frog

Temptation Bundling

Task-Chunking

Time-Boxing

Accountability Partner

Nudging ... im Team

Impact/Effort-Matrix

Silent Brainstorming

Peer-Commitments

Nudging ... im Team

Gedankenfelder

Problem

Ziel

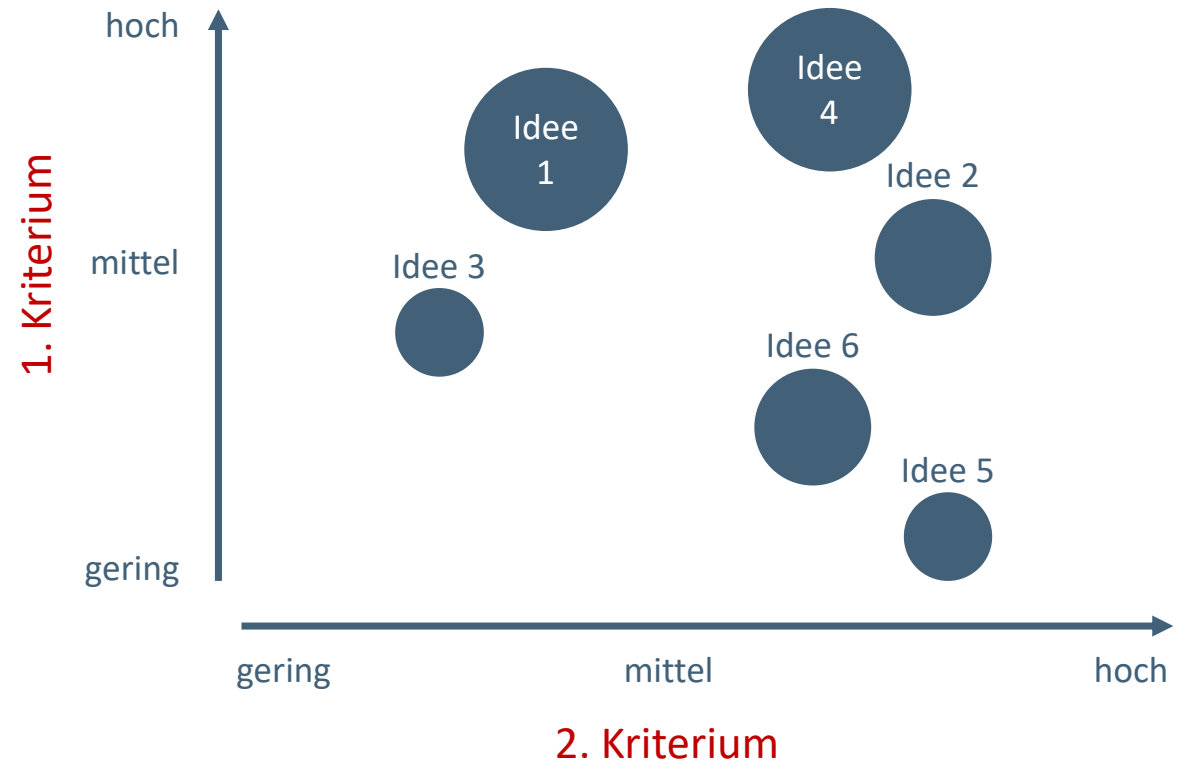
Lösung

Hindernis

Nudging ... im Team

Lösungsanalyse

3. Kriterium



Kenntnisse von Biases und Heuristiken helfen zu verstehen,
wie wir selbst zu Entscheidungen kommen.

Wenn wir diese Kenntnisse nutzen,
um bessere Entscheidungen zu treffen,
dann sind wir unsere eigenen ...

Entscheidungsarchitekten.

Marco Jänicke

+49 177 4 95 15 23
m.jaenicke@bravecroc.de
www.bravecroc.de



 www.linkedin.com/in/marco-jänicke-639378148

 x.com/bravecroc_ibj

 www.instagram.com/bravecroc/

 www.xing.com/profile/Marco_Jaenicke

