

# Suffizienz: Wer trägt welche Verantwortung?



<https://www.flickr.com/photos/loopzilla/6820629572/>

2

## Gliederung

1. Ermöglicht Suffizienz, aus der angstgetriebenen Konsumkultur auszubrechen?
2. Welche suffizienten Lebensstile gibt es?
3. Grenzen, Chancen und Verzicht durch Suffizienz
4. Was bedeutet Wohlstand?
5. Welche Rahmenbedingungen braucht suffizientes Handeln?

# Ermöglicht Suffizienz, aus der angstgetriebenen Konsumkultur auszubrechen?



[https://scontent-a-ams.xx.fbcdn.net/hphotos-xpa1/v/t1.0-9/1535462\\_572497286167927\\_361813356\\_n.jpg?oh=56515328f95bd6ba6e2e9501395b4d9c&oe=54AB8C2D](https://scontent-a-ams.xx.fbcdn.net/hphotos-xpa1/v/t1.0-9/1535462_572497286167927_361813356_n.jpg?oh=56515328f95bd6ba6e2e9501395b4d9c&oe=54AB8C2D)

1

## Konsumismus als Sackgasse?



Beantwortet kurz für euch folgende Fragen:

- Was habe ich selbst in letzter Zeit gekauft?
- Warum habe ich das gekauft?
- Wie ging es mir danach und wie lange?
- Welche Gründe fallen euch ein, weshalb man konsumieren könnte?



"Julian Beger" / [www.jugendfotos.de](http://www.jugendfotos.de), CC-Lizenz(by-nc)



Denise .pss" / [www.jugendfotos.de](http://www.jugendfotos.de), CC-Lizenz(by-nc)



"Sebastian Fechrup" / [www.jugendfotos.de](http://www.jugendfotos.de), CC-Lizenz(by-nc-nd)

## Die gesellschaftliche Logik des „Konsumismus“

- Materielle Bedürfnisse
- Soziale Bedürfnisse
- „Kathexis“: Bindungsvorgang, durch den wir materiellen Besitz als Teil des „erweiterten Selbst“ begreifen (nach Russ Belk)
- Materialismus in dieser Form Ersatz für Religion

Siehe Jackson (2011)

## Der Reiz des Neuen

- Zunächst limitierte Luxusgüter, soziale Abgrenzung
- Dann Nachahmung: Produkt wird Massentauglich
- Soziale Identität kann beständig neu erfunden werden
- Bedeutung der Konsumgüter seit der Moderne sehr gestiegen

Siehe Jackson (2011)

## Warum konsumieren wir?

- Alltägliches Überleben
- Gesellschaftliche und psychologische Prozesse im Bereich
  - Identität
  - Zugehörigkeit
  - Hoffnung
  - Selbstverwirklichung

Siehe Jackson (2011)

## Warum ist das Verlangen so unersättlich?

- Gesellschaftliche Dynamik bietet bessere Erklärung als physisches Wohlergehen
- Konsumgüter „stellen uns eine reale Brücke zu unseren höchsten Idealen zur Verfügung“
- „Die Konsumkultur hält sich eben dadurch am Leben, dass sie so erfolgreich versagt.“

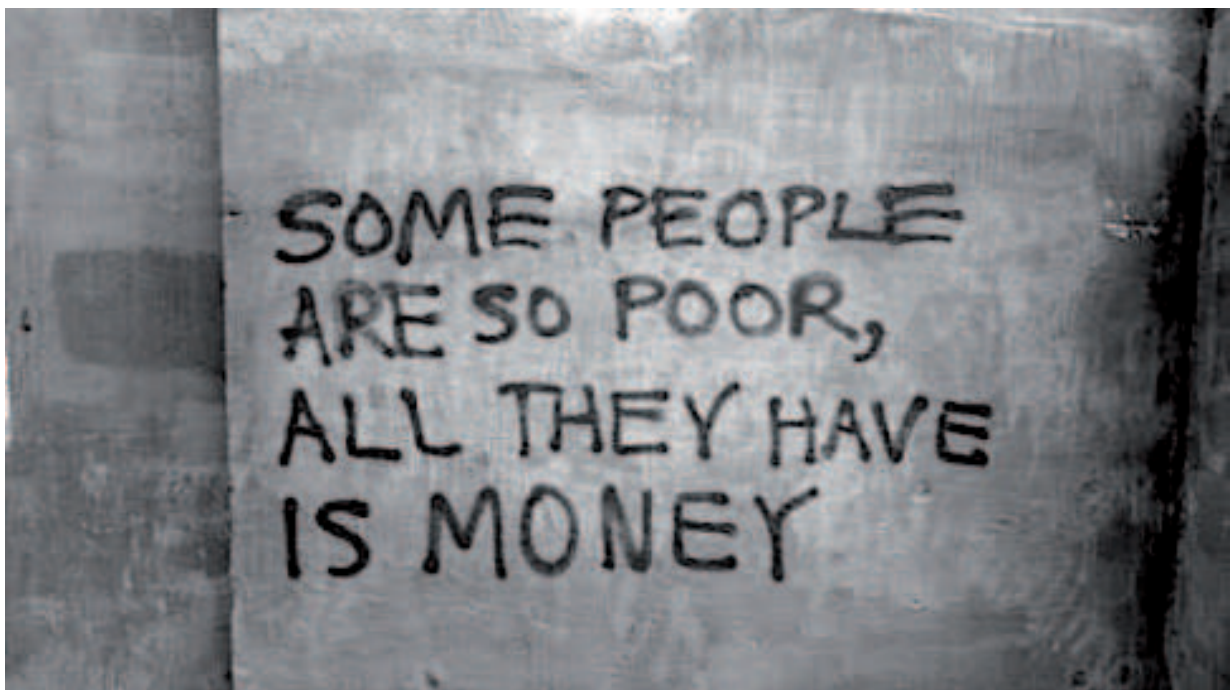
Siehe Jackson (2011)

## Das „stahlharte Gehäuse des Konsumismus“

- Diese Dynamik ist nicht „naturegegeben“, sondern ein Produkt der gesellschaftlichen Kräfte und Institutionen der modernen Gesellschaft:
  - Individuen sind dem ständigen sozialen Vergleich ausgeliefert, das System ist angetrieben von der Angst zu verlieren
  - Die Wirtschaft ist für ihr Überleben auf Konsum angewiesen

Siehe Jackson (2011)

## Was für suffiziente Lebensstile gibt es?



## Lebensstil-Ansätze

- Kontext: Sozialstrukturanalyse, Kultursoziologie, Marktforschung
- Vielzahl von Lebensstil-Konzepten
- Fünf zentrale Inhaltsbereiche (Hunecke 2000, 86):
  1. Wertorientierungen/Einstellungen
  2. Kulturelle Geschmackspräferenzen
  3. Verhalten
  4. Lebensform
  5. Sozialstruktur

## Lebensstil-Studien

- Aktive vs. Passive Variablen bei Typenbildung
- selbst berichtetes Verhalten vs. Tatsächliches Verhalten
- objektiv vs. Subjektiv orientierte Ansätze (Rolle der sozioökonomischen Faktoren)

## Was ist ein idealtypischer nachhaltiger Lebensstil?

- keine detaillierten Operationalisierungen des Nachhaltigkeitsbildes auf Lebensstilebene
- häufig lediglich Erfassung einzelner Handlungsbereiche
- Menschenbilder (homo oecologicus, homo sustinens) sehr abstrakt

## Delphi-Technik (Kleinhüchelkotten 2005, 105): Methode



## Delphi-Technik (Kleinhückelkotten 2005, 105): Architektur



- 60 Expert\*innen aus Theorie und Praxis
- Ziel: 20 gültige Antworten je Runde
- Fragebogen: Attribute des idealtypischen nachhaltigen Lebensstils
- Kategorien: Motivation, Kompetenz, Verhalten
- Relevanz für Strategien: Effizienz, Konsistenz, Suffizienz

## Delphi-Technik (Kleinhückelkotten 2005, 120f): Ergebnisse Motivation



- Bescheidenheit
- Konsistenz zwischen Wollen und Tun
- Offenheit für Veränderung der eigenen Lebensweise
- Selbstverwirklichung, Selbstverantwortung
- Gerechtigkeit
- Verantwortung der Natur gegenüber
- Überzeugung, dass weniger Konsum mehr Lebensqualität bedeutet
- Überzeugung, dass Veränderungen dringend sind



## Delphi-Technik (Kleinhückelkotten 2005, 122f): Ergebnisse Kompetenz



- Fähigkeit zur Veränderung eigener Gewohnheiten
- Kreativität
- Lernbereitschaft/-fähigkeit
- Selbstmanagement

## Delphi-Technik (Kleinhückelkotten 2005, 125f): Ergebnisse Verhalten

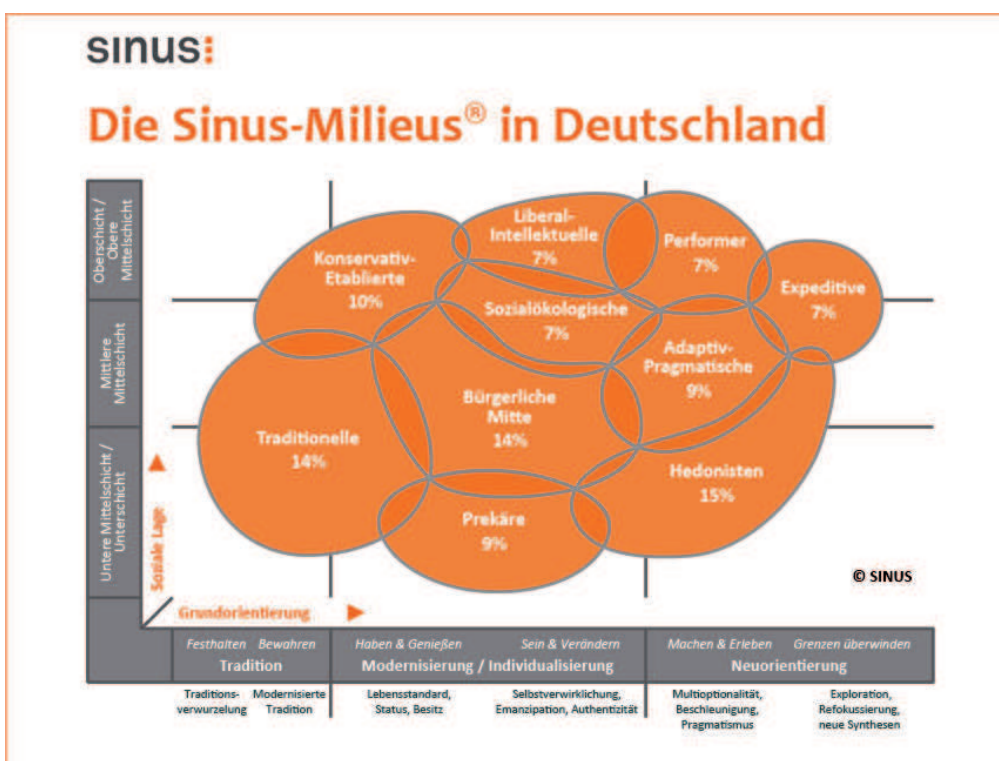


- Vorrangige Nutzung Fahrrad, ÖPNV, Zu Fuß
- Obst und Gemüse der Saison essen
- Bevorzugung langlebiger, energieeffizienter Produkte
- Kauf ökologischer Produkte
- Verzicht auf überflüssige Produkte
- Primäre Beachtung der Abfallvermeidung

## Anschlussfähigkeit an soziale Milieus

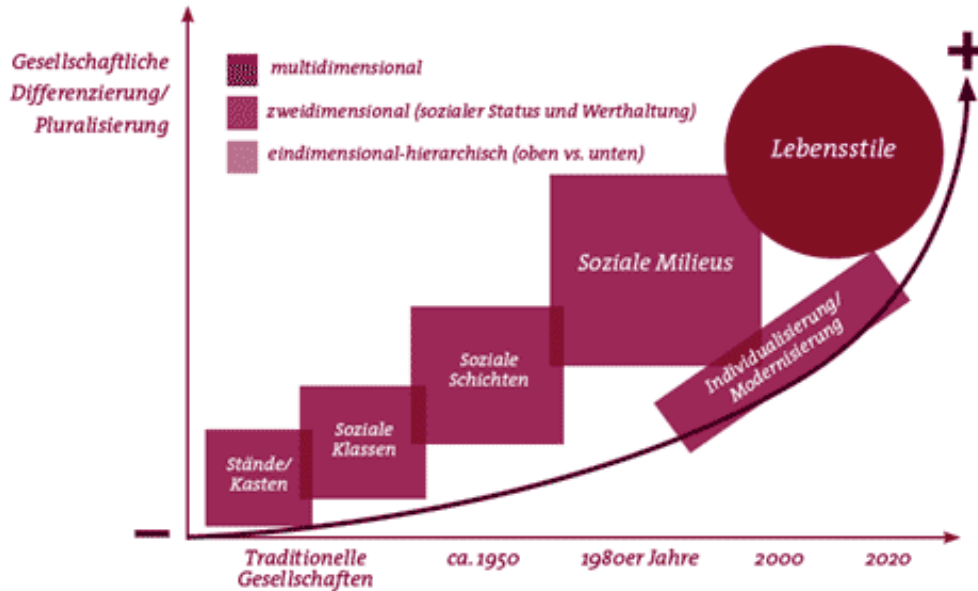
- Sekundäranalyse von Studien zu soz. Milieus
- Themenbereiche: Ernährung, Freizeit/Urlaub, Gesundheit, Konsum, Mobilität, Umweltbewusstsein, Wohnen, Selbst und Soziales, Gesellschaftliches Engagement
- Konzentration auf Leitmilieus

## Sinus: Das Lebenswelt-Konzept



## Lebensstil und Soziales Milieu

Zukunft der Gesellschaft: Individuelle Lebensstile  
Klasse, Schicht, Milieu, Lebensstil



Quelle: Zukunftsinstitut 2007

[http://www.zukunftsinstitut.de/verlag/studien/lebensstile2020\\_illu01.gif](http://www.zukunftsinstitut.de/verlag/studien/lebensstile2020_illu01.gif)

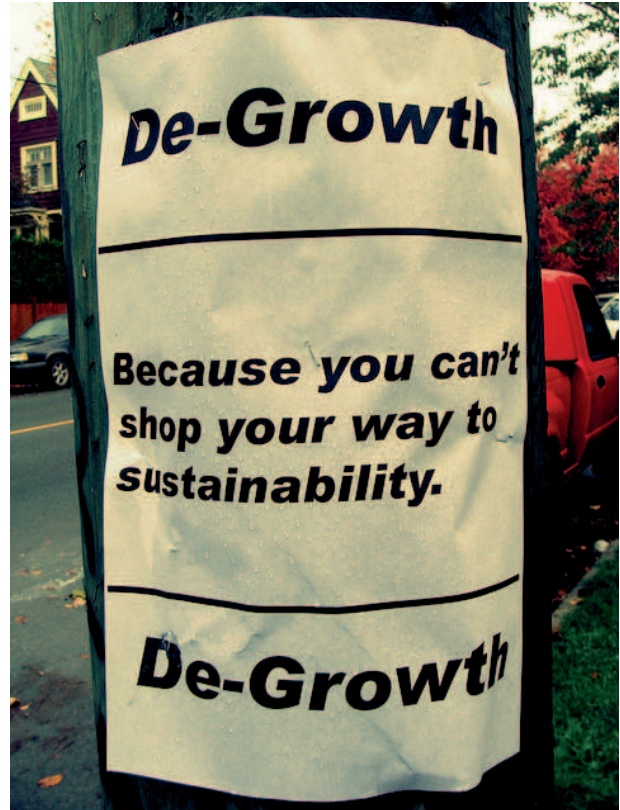
## Anschlussfähigkeit an soziale Milieus

- Suffizienz-Forderungen haben weitreichende Implikation für individuelle Lebensführung
- kein „Nachhaltigkeits-Pioniermilieu“
- drei idealtypische Orientierungsmuster: Bescheidenheit, Selbstentfaltung, Effizienz
- Postmaterielles Milieu kommt am nächsten
- weitere Hauptzielgruppen: Moderne Performer, Etablierte
- Diskrepanz zwischen Werten und Verhalten

# Grenzen, Chancen und Verzicht durch Suffizienz



[http://www.kaputmutterfischwerk.de/wp-content/uploads/2013/09/524609\\_669560216388218\\_1144292127\\_n.jpg](http://www.kaputmutterfischwerk.de/wp-content/uploads/2013/09/524609_669560216388218_1144292127_n.jpg)



[https://c1.staticflickr.com/7/6116/6300565036\\_7539d775b1\\_z.jpg](https://c1.staticflickr.com/7/6116/6300565036_7539d775b1_z.jpg)

24

## Grenzen und Hemmnisse

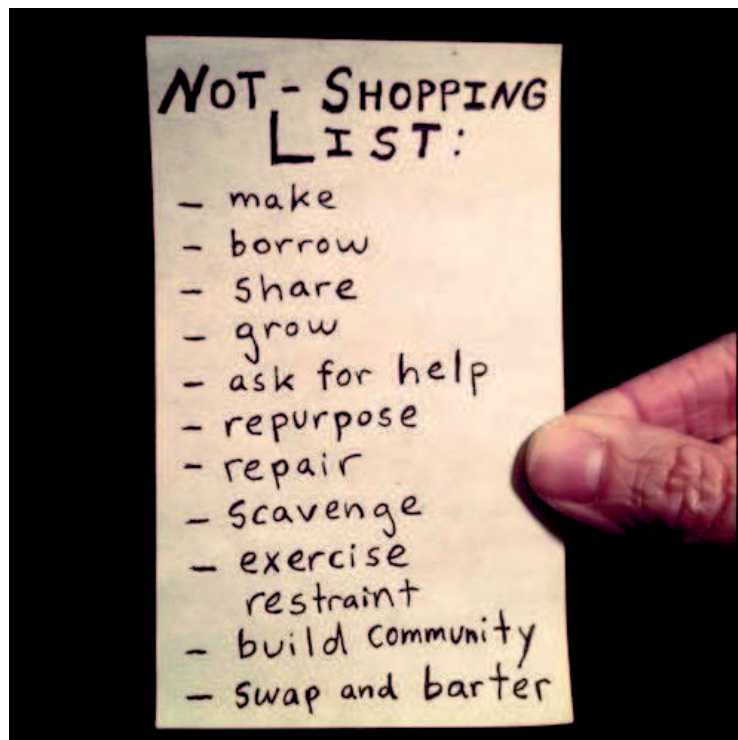


- Big Points vs. Peanuts
- Rahmenbedingungen, Umsetzung
- Akzeptanz
- Rebound-Effekte
- Gesamtheit der Handlungen bestimmt Suffizienz

## Chancen und Verzicht

- Welche Chancen können sich durch Suffizienz für Individuen ergeben?
- Auf was müssten die Menschen verzichten?

### 4. Was bedeutet Wohlstand?



## Was kennzeichnet individuellen Wohlstand?



Klassische Definition nach Adam Smith:  
**Wohlstand als Fülle** („Je mehr, desto besser“)

Aber:

- Abnehmender Grenznutzen
- Gleichsetzung von Quantität mit Qualität?

Siehe Jackson (2011)

## Was kennzeichnet individuellen Wohlstand?



### **Wohlstand als Nutzen**

- Welche Befriedigung gewähren Konsumgüter?
- Schwierig zu messen:
  - Bewertung der Zufriedenheit der Menschen durch Umfragen
  - Nutzen messen in Form des Geldwertes von Warentransfers (BIP)

Siehe Jackson (2011)

## Was kennzeichnet individuellen Wohlstand?

Definition nach Amartya Sen:

### **Wohlstand als Fähigkeit zum Gedeihen**

- Schlüsselfragen, die den Menschen gestellt werden
- Materieller Wohlstand als Basis
- Ergänzt durch Fähigkeit und Freiheit, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen
- Sinn und Bedeutung
- Moralische oder ethische Komponente

Siehe Jackson (2011)

## Suffizienz als Weg zu mehr Wohlstand?

„Das lateinische *sufficere*, gebildet aus *sub* und *facere*, bedeutet [...] *zu Gebote stehen, hinreichen, genug sein, im Stande sein, vermögen*. Nicht anders ist der Bedeutungshof der englischen Wörter *sufficient* und *sufficiency*. Auch hier ist das gemeint, *was die Erwartungen erfüllt, was Befriedigung schafft oder ermöglicht, was genug und was angemessen (adequate) ist*. Mit keiner dieser Bedeutungen kommt Suffizienz in die Nähe des Kargen, des Kümmerlichen, gar des Mangels.“

Linz (2014)

## Suffizienz als Weg zu mehr Wohlstand?



„Suffizienz bedeutet Maßhalten, von nichts zuviel wollen, damit für anderes, das man ebenfalls braucht, noch Platz bleibt.“

Gerhard Scherhorn in „Von Nichts zuviel“ (Linz 2002)

## Suffizienz als Weg zu mehr Wohlstand?



„Die Antwort auf die Frage nach dem rechten Maß lautet daher: Es liegt im Vermeiden der Selbstschädigung durch andauernde, einseitige Dominanz eines Bedürfnisses, oder einiger Bedürfnisse, auf Kosten anderer Bedürfnisse oder Ziele, die auf längere Sicht nicht weniger wichtig sind.“

Gerhard Scherhorn in „Von Nichts zuviel“ (Linz 2002)



## Suffizienz als Weg zu mehr Wohlstand?



- Unterscheidung zwischen gegenwärtigen und zukünftigen Bedürfnissen:  
     Dominanz der gegenwärtigen Bedürfnisse zulasten der zukünftigen
- Logik der Suffizienz besteht im Maßhalten zwischen verschiedenen Bedürfnissen
- Einsicht bzw. „Transformation“

Linz (2002)

## Wohlstand?



- Wohlstand besteht dann aus
  - Güterwohlstand
  - Zeitwohlstand
  - Raumwohlstand
- **Suffizienz im Konsum** kann dann zum Erreichen anderer Ziele führen

## 5. Welche Rahmenbedingungen braucht suffizientes Handeln?



[http://www.adamsmith.org/wp-content/uploads/self\\_sufficient.gif](http://www.adamsmith.org/wp-content/uploads/self_sufficient.gif)

36

## Rahmenbedingungen



Welche Rahmenbedingungen bräuchte es, um suffizient leben zu können?

- individuell
- gesellschaftlich

# Psychische Ressourcen für Nachhaltigkeit



Nach Hunecke (2013): Psychische Ressourcen, die Voraussetzung sind für nachhaltiges Verhalten:

## 1. Fundierende Ressourcen für eine gestärkte Persönlichkeit

- Genussfähigkeit
- Selbstakzeptanz
- Selbstwirksamkeit

# Psychische Ressourcen für Nachhaltigkeit



Nach Hunecke (2013): Psychische Ressourcen, die Voraussetzung sind für nachhaltiges Verhalten:

## 2. Zielbildende Ressourcen, zur Hinwendung an immaterielle Zufriedenheitsquellen

- Achtsamkeit
- Sinnkonstruktion
- Solidarität

## Fazit

- Gefahr der Individualisierung von Problemen
- Gesellschaftliche Rahmenbedingungen notwendig
- Zusammenspiel der verschiedenen Ebenen

## Quellen:

- Hunecke (2000): Ökologische Verantwortung, Lebensstile und Umweltverhalten. Von Marcel Hunecke, Asanger Verlag 2000
- Hunecke (2013): Psychologie der Nachhaltigkeit – Psychische Ressourcen für Postwachstumsgesellschaften. Von Marcel Hunecke, oekom Verlag 2013
- Jackson (2011): Wohlstand ohne Wachstum – Leben und Wirtschaften in einer endlichen Welt. Von Tim Jackson, oekom Verlag 2011
- Kleinhüchelkotten (2005): Suffizienz und Lebensstile: Ansätze für eine milieurorientierte Nachhaltigkeitskommunikation. Von Silke Kleinhüchelkotten, Berliner Wissenschaftsverlag 2005
- Linz (2002): Von Nichts zu Viel – Suffizienz gehört zur Zukunftsfähigkeit. Von Manfred Linz (Koordination) u.a. , 2002
- Linz (2014): Suffizienz – unentbehrlich für die Nachhaltigkeit. Von Manfred Linz, erschienen in Jahrbuch der Ökologie 2014

Viel Spaß beim Diskutieren und beim  
Grübeln im Grünen!



[http://s1.neon.de/images/generated/83/80/80/w\\_485\\_1328867994\\_d798\\_leben.jpg](http://s1.neon.de/images/generated/83/80/80/w_485_1328867994_d798_leben.jpg)