



Benedikt Notter - Ausgewogenheit

# Suffizienzstrategie als Weg zur nachhaltigen Entwicklung

Roger Schärer

21. Januar 2013

# Agenda

- 1 Zielsetzung
- 2 Fragestellungen
- 3 Vorgehen
- 4 Theorie & praktische Ansätze
- 5 Bildungskonzept
- 6 Weiterführende Forschungsfragen

# Zielsetzung

Die vorliegende Arbeit verfolgt die beiden gleichwertigen Ziele,

- (a) die Hypothese zu begründen, dass **Suffizienzstrategien in der Praxis von Individuen nötig und lebbar sind** und
- (b) einen Lösungsvorschlag auszuarbeiten der aufzeigt, **wie gelebte Suffizienz anhand der Methodik des Erfahrungslernens in der Gesellschaft gefördert werden kann.**

# Fragestellungen

## (a) **Lebbarkeit und Notwendigkeit von Suffizienzstrategien**

- Warum wird die Suffizienzstrategie in der Praxis von Einzelpersonen benötigt?
- Welche Ansätze von suffizienten Lebensstilen sind vorhanden?
- Wie können Einzelpersonen Teilbereiche ihres Lebens nach der Suffizienzstrategie ausgestalten?

## (b) **Förderung von gelebter Suffizienz**

- Was ist Erfahrungslernen?
- Weshalb ist Erfahrungslernen wichtig?
- Wie kann Suffizienz in der Gesellschaft gefördert werden?
- Wie sieht ein umsetzbares Bildungskonzept zur Förderung von suffizienten Lebensstilen mit Fokus auf die Methodik des Erfahrungslernens aus?

# Vorgehen

- (a) **Lebbarkeit und Notwendigkeit von Suffizienzstrategien**
  - Literaturrecherche
- (b) **Förderung von gelebter Suffizienz**
  - Entwicklung eines Bildungskonzepts
    - Rahmenstruktur: *Bildungskonzepte entwickeln* von Scheidegger (2011)<sup>1</sup>
    - Ideen für die Gestaltung: *City Bound* von Crowther (2005)<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup>Scheidegger, B. (2011b): Bildungskonzepte entwickeln : nach einer Vorlage der aeB Schweiz. Skript zum Kurs Umweltbildung. Unveröffentlicht. ZHAW: IUNR.

<sup>2</sup> Crowther, C. (2005): City bound : erlebnispädagogische Aktivitäten in der Stadt. Reinhardt, München.

# Theorie & praktische Ansätze

Inhalt:

- 1 Strategien zur nachhaltigen Entwicklung
- 2 Notwendigkeit der Suffizienzstrategie
- 3 Kriterienkatalog für praktische Suffizienzansätze
- 4 Praktische Ansätze

## Strategien zur nachhaltigen Entwicklung

- Ziel: Übergang hin zur nachhaltigen Entwicklung erreichen.
- Zentrale Strategieansätze: Effizienz, Konsistenz, Suffizienz.
- Wichtig: es sind komplementäre strategische Prinzipien.
- Deshalb: Polarisierung vermeiden und alle drei Ansätze verfolgen.



# Strategien zur nachhaltigen Entwicklung

## Effizienz

- Aus der selben Menge an Input mehr Output erzeugen.
- Aus weniger Input die selbe Menge an Output generieren.
- Philosophisch betrachtet hat Effizienz keinen eigenen Wert.

## Konsistenz

- Schliessung von Stoff- und Energieströmen mittels Kreislaufprinzip.
- Vereinbarkeit von Natur und Technik.
- Grösse der Ströme soll irrelevant werden.
- Nicht alle "Abfälle" können zu neuen Produkten portiert werden, wie z.B.  $CO_2$  oder Gülle.
- Verständnis der langfristigen Konsistenzzyklen wenig fortgeschritten.

# Strategien zur nachhaltigen Entwicklung

## Suffizienz

- Leitfrage: Was brauche ich überhaupt?
- Hinterfragt den Bedarf.
- Das rechte Mass für alles im Leben finden, um dadurch ein gutes Leben führen zu können.
- Das “rechte Mass” ist nicht objektiv bestimmbar.
- Es geht um Verhaltensänderungen.

## Notwendigkeit der Suffizienzstrategie

- Es gibt unzählige Gesellschaften die sagen, dass sie mehr brauchen.
- Es gibt keine einzige reiche Gesellschaft, die sagt: Halt! Wir haben genug!
- Die Suffizienzstrategie adressiert Konsum- und Nutzerverhalten, Wertvorstellungen und Bedürfnisse der Menschen.
- Die Suffizienzstrategie setzt auf der Nachfrageseite an.
- Effizienz und Konsistenz ist eher innerhalb von Bereitstellungsprozessen zu realisieren.
- Nochmals: Alle drei Strategien sind nötig!

# Kriterienkatalog für praktische Suffizienzansätze

4E's nach Sachs (1993)<sup>3</sup>:

- Entrümpelung
- Entschleunigung
- Entkommerzialisierung
- Entflechtung

---

<sup>3</sup>Sachs, W. (1993): Die vier E's. politische ökologie, 11(33):69 – 72.

# Praktische Ansätze

**Ernährung** \* Akzeptanz verminderter optischer und technischer Nahrungsmittelqualität \* Containern \*  
Eigenanbau \* Fleischarme Ernährung \* Kalorienrestriktion \* Leitungswasser trinken \*  
Nahrungsmittel-Tauschbörsen \* Nutzung von bestehenden Kulturen im Wohnumfeld \* Slow Food \*  
Vertragslandwirtschaft \* **Mobilität** \* bike to work \* Carpooling \* Carsharing \* Langsamverkehr \* Wohnen  
und Arbeiten am selben Ort \* **Wohnen und Bauen** \* Alternative Zweitwohnungsmodelle \* Autofreies  
Wohnen \* Minihäuser \* Wohngemeinschaft \* **Arbeit** \* Arbeit gegen Naturalien oder Gutscheine \*  
Arbeitszeitreduktion statt Lohnerhöhung \* Teilzeitarbeit \* Immaterielle Befriedigung statt Lohn \* **Konsum  
und Beschaffung** \* Besitzreduktion \* Bring- und Holmarkt \* Brockenhaus \* Buy Nothing Day \*  
Flohmarkt \* Gemeinschaftlicher Konsum \* Internetauktion \* Kleidung \* Online-Leihbörse \* Peer-Produktion \*  
Tauschring \* Selbermachen \* Swapping Days \* **Freizeitbeschäftigung** \* Couchsurfing \* Musse \*  
Privatwohnungsmiete \* Sport \* **Geist** \* Ausklinken \* Meditation \* Nichts Denken \* Schlaf \* Zen \*  
**Kommunikation** \* Medienkonsum \* Werbung \* **Geld** \* Abstinenz \* Crowdfunding \* Regiogeld \*  
**Sprache und Schrift** \* Kleinschreibung \* Toki Pona \* **Bestehende  
Bildungsangebote** \* Lessnesslive \* Outdoor Education \* **Diverses** \* Forschung und  
Wissenschaft \* Fortpflanzung \* Hierarchie \* Software \* Wahlmöglichkeiten

# Bildungskonzept

- Bottom-Up Massnahme.
- Praktische Suffizienzerfahrungen für TN ermöglichen.
- BNE Bildungsverständnis.
- Ausschreibende Institution: Ruth Cohn Institut für TZI - international.
- Fünf Seminartage, drei Blöcke, Phasen dazwischen sind integraler Bestandteil.
- Seminarpreis und Bezahlungsform wird in der Gruppe festgelegt.

## Generelle Ziele

- **Wirkungsziel:**
  - Suffiziente Lebensstile werden auf persönlicher und gesellschaftlicher Ebene als Bereicherung empfunden.
  - Suffiziente Lebensstile werden individuell und gesellschaftlich akzeptiert, geschätzt und gefördert.
- **Bildungsziel**
  - TN sind in der Lage einen persönlichen Lebensbereich mittels gezielter Anwendung einer oder mehrerer der 4E's lustvoller zu gestalten.
  - Dadurch sind sie motiviert, in anderen Lebensbereichen die bestehende Balance zwischen Genuss und Überkonsum zu hinterfragen und neu zu tarieren.

## Kompetenzprofil

**Sachkompetenzen:** Die TN sind in der Lage ...

- (a) ... Suffizienzstrategien in Erlebnissen zu erkennen.
- (b) ... die Umsetzung von Suffizienzstrategien im persönlichen Alltag zu koordinieren.

**Selbstkompetenz:** Die TN sind in der Lage ...

- (c) ... sich für einen Lebensbereich zu entscheiden, der durch eine unmittelbare Neutarierung am vielversprechendsten zur Förderung des eigenen Wohlbefindens beiträgt.
- (d) ... suffiziente Verhaltensweisen im eigenen Alltag umzusetzen.

**Soziale Kompetenz:** Die Teilnehmenden sind in der Lage ...

- (e) ... Wechselwirkungen zwischen dem sozialen Umfeld und dem eigenen Projekt aktiv zu gestalten.

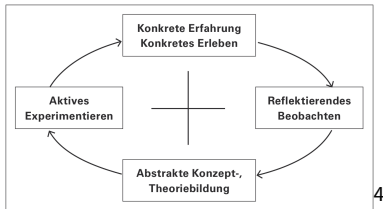


## Zielgruppe

- Pro-aktiv handelnde Personen, welche eine änderungsbedürftige Unausgeglichenheit verspüren und im unklaren darüber sind, wo und wie sie in ihrem Alltag zu einer Neuabstimmung ansetzen können.
- Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit ihrem Alltag, Lebensstil und Umfeld vorhanden.

# Didaktische Prinzipien

- erfahrungsbasiertes Lernen



- mehrphasiges Lernen
- Erlebnisorientierung im Handlungsfeld Stadt
- modellhaftes Lernen

<sup>4</sup>Lernwerkstatt Olten (2011): Modul 1 / Kapitel 3 : Lehren und Lernen. Lernwerkstatt Olten, Olten.

# Inhalt

- 4E's
- Praktische Ansätze, welche die 4E-Strategien verfolgen
- Lebensbereiche der TN mit wahrgenommenem Ungeleichgewicht
- Hürden, Hemmnisse und Störungen
- KOPING Planungs- und Durchführungshilfen

# Lernarrangement

- Fünf Phasen: 3 Präsenzblöcke und 2 KOPING-Phasen
- Zwei gegenläufige Erfahrungslernzyklen
  - Impulse durch das Arrangement
  - persönliches Projekt
- 1. Block
  - positive Suffizienzerfahrungen im Handlungsfeld Stadt
  - persönliches Projekt aufgleisen
  - KOPING-Kleingruppen bilden und koordinieren
- KOPING 1 und 2
  - experimentieren und erfahren im Alltag
  - reflektieren und abstrahieren an den KOPING-Treffen
- 2. und 3. Block
  - geschützter Raum ausserhalb des Alltags zur Reflexion
  - weitere Impulse durch das Arrangement

## Weiterführende Forschungsfragen

- Abschätzung des Wirkungspotenzials der einzelnen praktischen Suffizienzansätze
- Wahl der Massnahme: Top-Down und Bottom-Up
- Suffizienz im Milieu des Wissenschaftsbetriebs