

Gemeinsinn mit Eigensinn!?

– Denkfallen und Ressourcen zukunftsfähiger Lebensstile

Dr. Dirk Scheffler

Umweltpsychologe - Dialogbegleitung und Evaluation

Dr. Scheffler DialogConsulting

Mitglied der e-fect dialog evaluation consulting eG, Berlin/Trier

scheffler@e-fect.de, www.e-fect.de

Von der Welt zum Ich zum Wir ...

1. Mit Eigensinn ohne Gemeinsinn

- immer besser, schneller ... in den Klimawandel

2. Zukunftsfähige Lebensstile als gutes Leben

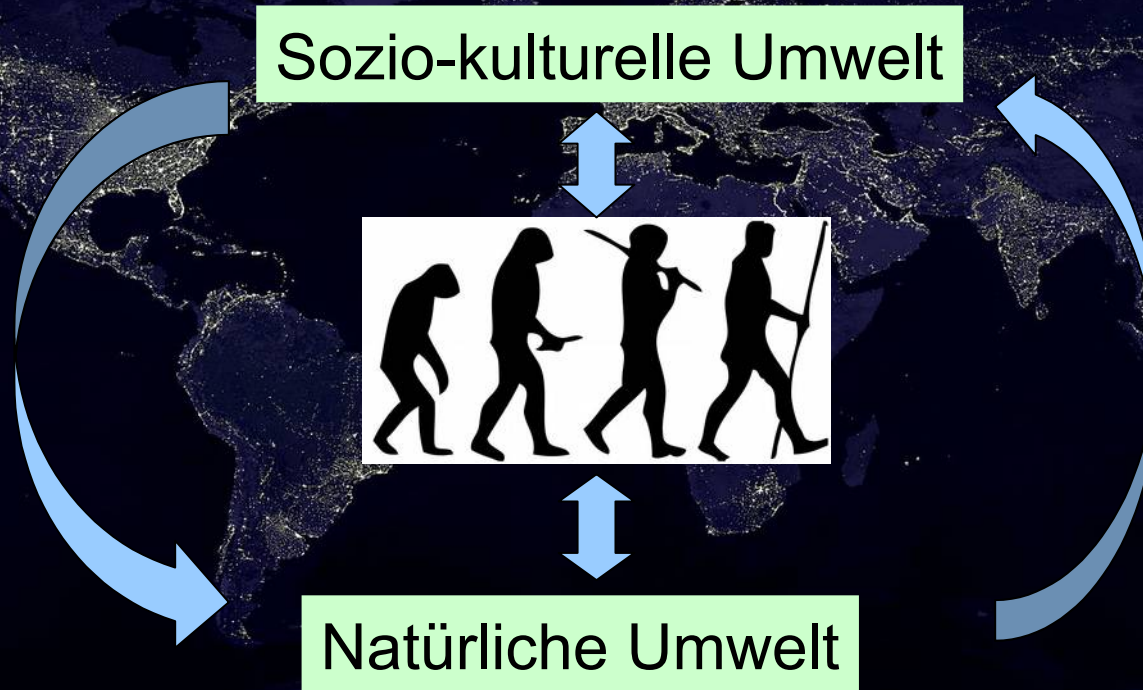
- zum weniger ist mehr ... Teilen ein Weg!?

3. Was hindert uns? - Denkfallen der Veränderung

4. Gemeinsinn mit Eigensinn - Was stärkt uns?

- Ressourcen damit alle gemeinsam gut leben

**"Wir sind Leben, das leben will,
inmitten von Leben, das Leben will"** (Albert Schweitzer)



Bilder: NASA Earth Observatory; Benitos, José-Manuel

DIBZ-Event 2015,
18.07.2014

Dr. Dirk Scheffler: Gemeinsinn mit Eigensinn!?
- Denkfallen und Ressourcen zukunftsfähiger Lebensstile



... aber etwas läuft schief ... Klimawandel – Globalisierung/Materialismus/Kapitalismus ...!?

**Machbarkeits-/
Multioptions-
mühle**
überfordert
(Wahlstress)



Effizienzmühle
steigert Anspruch
und führt zu
Reboundeffekt
(Mehrleistung/
-konsum)

Allgegenwärtigkeit/-verfügbarkeit von Waren
fördert Gewöhnung an Niveau (Verlangen nach mehr)

Welche Risiken birgt diese Materialismus-/Wachstums-Orientierung? (Kasser, 2002)

- **fördert Unsicherheit**
Ist es genug, das Richtige, Angesagte?
- **bedroht Selbstwert:**
Glücksversprechen des Kaufens/Besitzen wird nicht erfüllt - wir Sammeln Glücks(ent)täuschungen!
Wir verdienen nicht genug, um Zugehörigkeit über Statussymbole zu erlangen / gibt immer jemand der mehr hat.
- **stört authentische Kontakt zu Mitmenschen**
Status und Schein statt Sein zählt
- **Je unsicherer, sozial isolierter desto anfälliger für identitätsprothetische Konsumversprechen**



www.karmakonsum.de

2.

Zukunftsfähige Lebensstile - für alle gutes Leben

Paech, N. (2011) Postwachstumsökonomie

- **Balance zwischen Eigen- und Fremdversorgung**
(20 h Eigen-/Gemeinarbeit + 20 h Erwerbsarbeit)

- **Genügsamkeit**
 - Seins-/Genussorientierung
 - Wohlstandsballast abwerfen
 - Zeitsouveränität gewinnen
 - Reizüberflutung vermeiden

- **Selbst-Beständigkeit**
 - Eigenproduktion
 - Instandhaltung
 - Gemeinschaftliche Nutzung
 - Sozialer Leistungsaustausch
 - Ehrenamtliches Engagement

2. Zukunftsfähige Lebensstile für gutes Leben

Nachhaltiger Konsum / Sharing - als eine Lösung?

Soziale Typen nachhaltigen Konsums

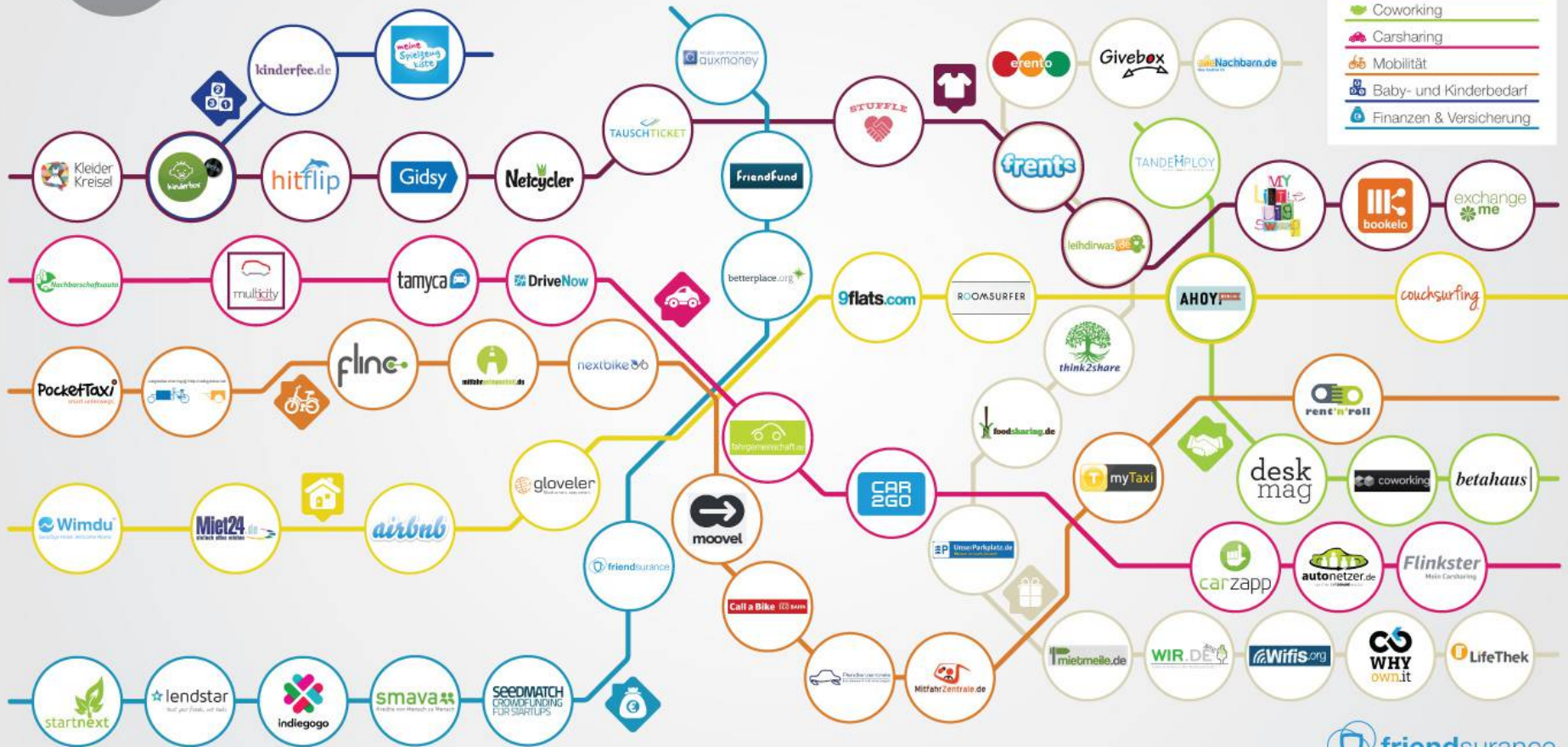
- **Konsumgemeinschaften**
- **Do-it-yourself**
- **Do-it-together**
- **Strategischer Konsum**
- **Nutzen-Intensivierung**

2. Zukunftsfähige Lebensstile für gutes Leben

Sharing als Trend und soziale Innovation (2013)

SHAREECONOMY

Die deutsche Shareconomy Landschaft



2. Zukunftsfähige Lebensstile für gutes Leben

Studie von H. Heinrichs (2014): 1000 BürgerInnen, repräsentativ

Sharing Economy - eine neue Konsumkultur?

Ergebnisse 1

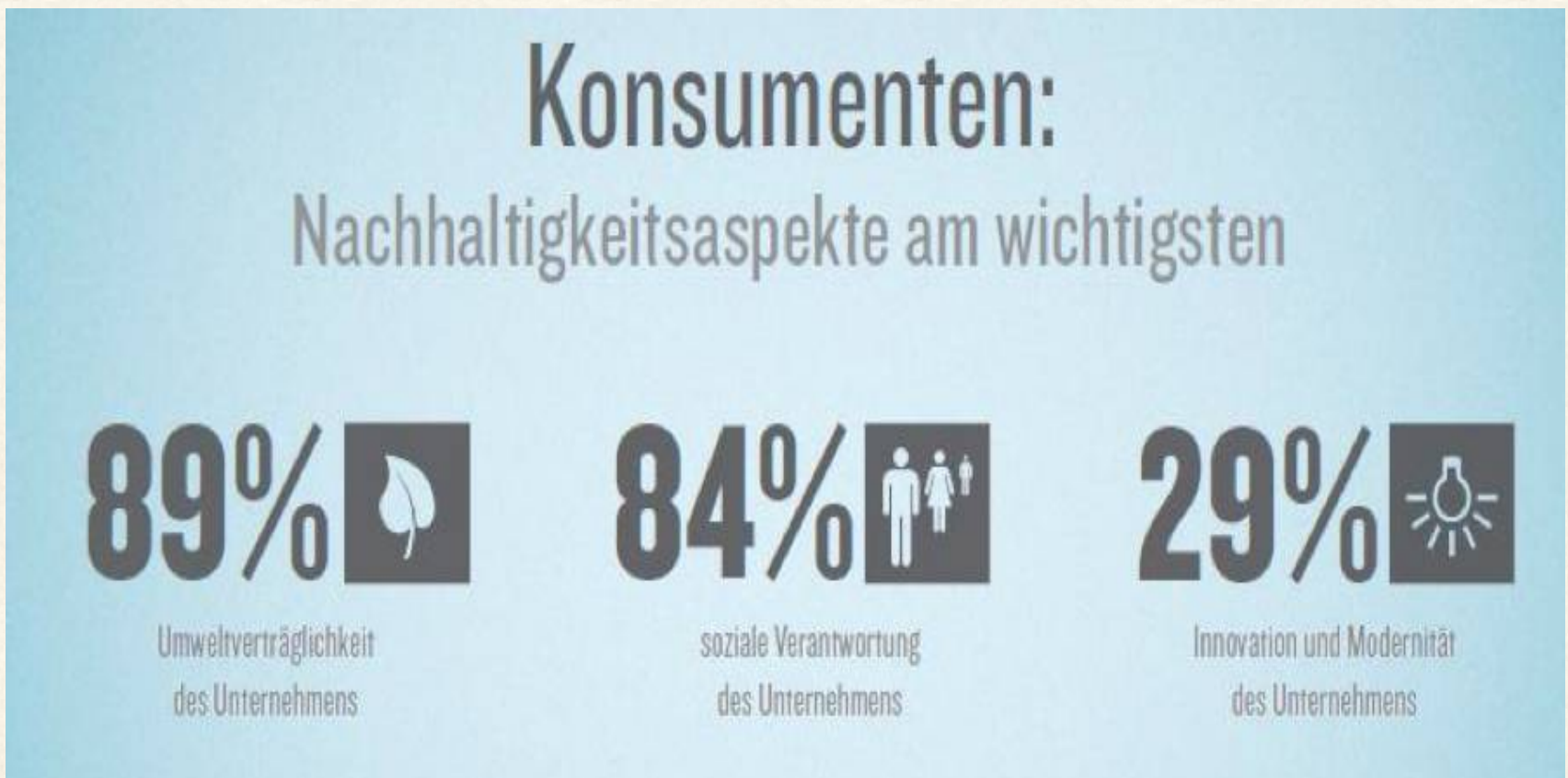


2. Zukunftsfähige Lebensstile für gutes Leben

Studie von Heinrichs (Uni Lüneburg): 1000 BürgerInnen, repräsentativ

Sharing Economy - eine neue Konsumkultur?

Ergebnisse 2



Im Flug auf die Piste.
Mit airberlin ins Stubaital, das Gletschertal
mit Schneesicherheit von Oktober bis Juni!



stubai
SCHARKE'S TAL

Jetzt buchen unter:
airberlin.com/stubaital

airberlin
Your Airline.

Nicht alle Menschen
sind offen
für nachhaltigen
Konsum / Kokonsum!

Greenpeace-Magazin, 2012

37,4 %



23,5 %



25,6 %



13,5 %



postmaterialistische Werte

Affinität zum KoKonsum

(Heinrich, 2014)

2. Zukunftsfähige Lebensstile für gutes Leben

Studie von H. Heinrichs (2014): 1000 Bürger_innen, repräsentativ

Sharing Economy - eine neue Konsumkultur?

Schlussfolgerungen der Studie

- Informationstechnik und Nachhaltigkeitssuche lassen vielfältige Sharing-Angebote entstehen
- Besitzen verliert an Relevanz (weltweite Bewegung), Suche nach Nachhaltigkeit und Lebensqualität wird wichtiger
- Kombination von Motiven: Nachhaltigkeit, Kosten, Flexibilität, Funktion ...
- besonders in städtischen Regionen und für Jüngere attraktiv

2. Zukunftsfähige Lebensstile für gutes Leben

Sharing Economy

– wirklich neue, nachhaltigere Orientierung?

- **Geteilt haben schon unsere Vorfahren**
- **Internet ermöglicht** aber ständige Transparenz, Flexibilität, Verfügbarkeit sowie Vertrauensinstanz (Bewertung)
- **Risiken des digitalen, unregulierten Teilens**
 - Datenmissbrauch "Ist es umsonst, bist Du die Ware"
 - Sozial-/Preisdumping (CleanAgent/dawanda – Selbstausbeutung/prekäre Einkommen?)
 - Missachtung Sicherheitsstandards und Rechte (Uber, AirBnB)
 - Wettbewerbsverzerrung
 - Gegenstand / Bedingungen sind nicht automatisch ökologisch, ökonomisch und sozial ...
- **Sharing ist oft nur digitales Selling - ein Geschäft**

3. Welche Denkfallen sind uns im Weg?

Denkfallen für nachhaltiges Handeln

(basierend auf psychologischer Forschung, N. Peach, 2012 u. P. Schmuck, 2015)

- Klimawandelrisiko betrifft uns alle persönlich
 - Ignorieren, Leugnen, Externalisieren, Problem ernst nehmen
- Wissen reicht aus um zu Handeln
- Mensch ist überwiegend an Eigenutz orientiert
- Wirtschaftswachstum ist dauerhaft möglich
- Geld kann Geld verdienen (Zinsen) und das hat keinen Einfluss auf die Konsumpreise, z.B. bis zu 40%-Anteil
- Land ist Privateigentum und kein Gemeingut
- ...



Wohlstand ist, wenn man mit Geld, das man nicht hat, Dinge kauft, die man nicht braucht, um damit Leute zu beeindrucken, die man nicht mag.

(Alexander von Humboldt)

gutezitate.com

3. Welche Denkfallen und Barrieren sind uns im Weg?

Denkfallen für gutes Leben

(nach M. Hunecke, 2013 mit Bezug zur Positiven Psychologie, Seligman, 2002)

- **Subjektives Wohlbefinden / Lebenszufriedenheit**
 - steige linear mit materiellen Wohlstand
 - sei nicht abhängig von sozialen Vergleichshorizont (Status)
 - Wohlstand an sich mache glücklich und nicht sein Verwendung
- **Missachtung: Wohlbefinden basiert auf aktuellem Erleben**
- **Wohlbefinden nicht nur bis ca. 40% beeinflussbar**
- **Lebenszufriedenheit basiere nicht auf Erinnerung**
 - basiert aber auf Erinnerung emotionaler Schlusereignisse
 - unterschätzt Einfluss alltäglicher, gleichförmiger Prozesse
- **Werte spielen keine wichtige Rolle**

4. Ressourcen für zukunftsfähiges gutes Leben

Lösungen für selbstbestimmt gutes Leben

(nach M. Hunecke, 2013 mit Bezug zur Positiven Psychologie, Seligman, 2002)

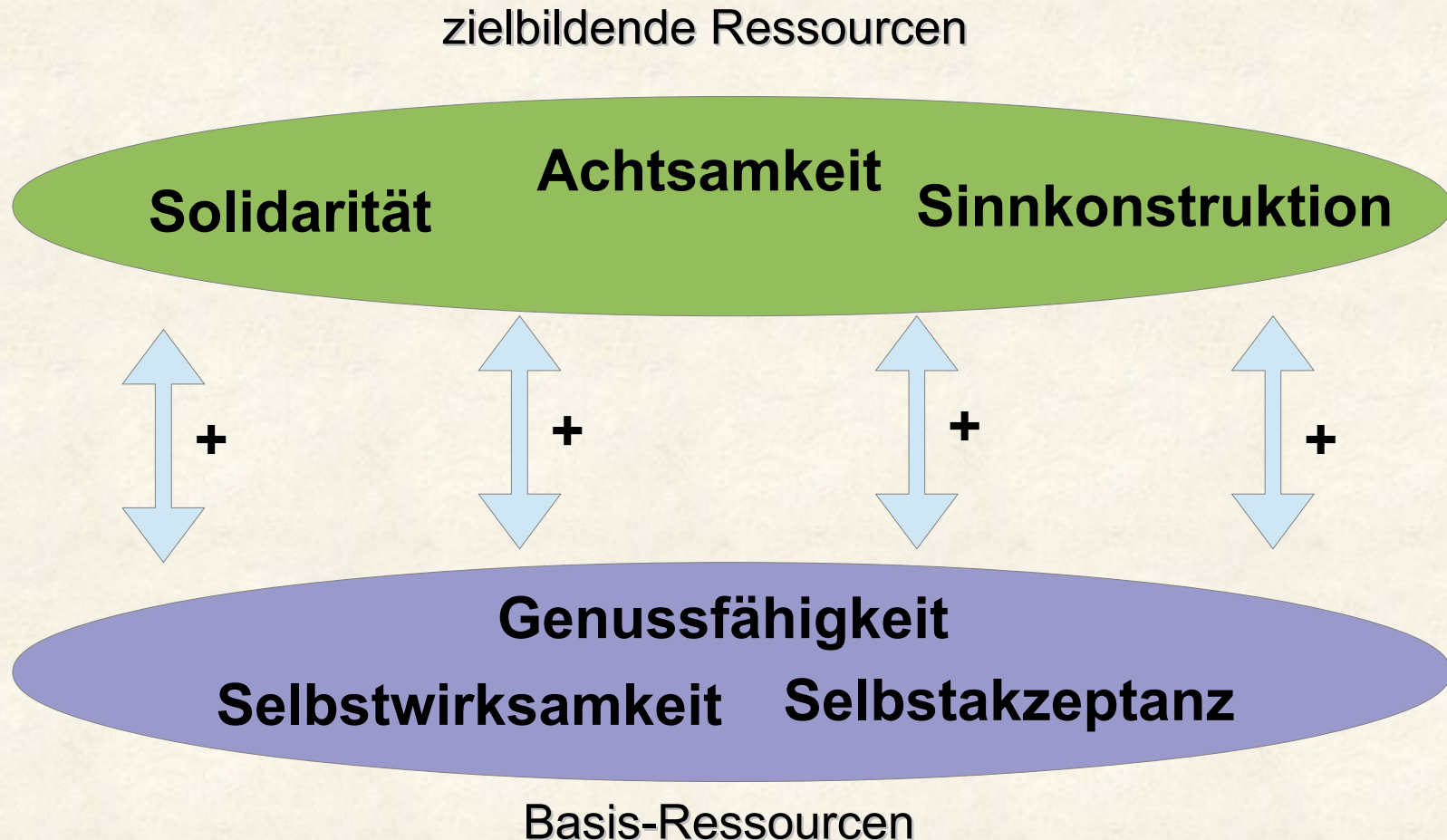
- Unabhängigkeit von Materialismus / Konsum
- Stärkung des Selbstbewusstseins und Wohlbefindens
- Förderung von Teilhabe und sozialen Zusammenhalt
- Aktivieren von Hilfe zur Selbsthilfe
- Veränderung gesellschaftlicher Rahmenbedingungen



4. Ressourcen für zukunftsfähiges gutes Leben

Ressourcen für selbstbestimmt gutes Leben

(nach M. Hunecke, 2013 mit Bezug zur Positiven Psychologie, Seligman, 2002)



4. Ressourcen für zukunftsfähiges gutes Leben

Strategien für selbstbestimmt gutes Leben

(nach M. Hunecke, 2013 mit Bezug zur Positiven Psychologie, Seligman, 2002)

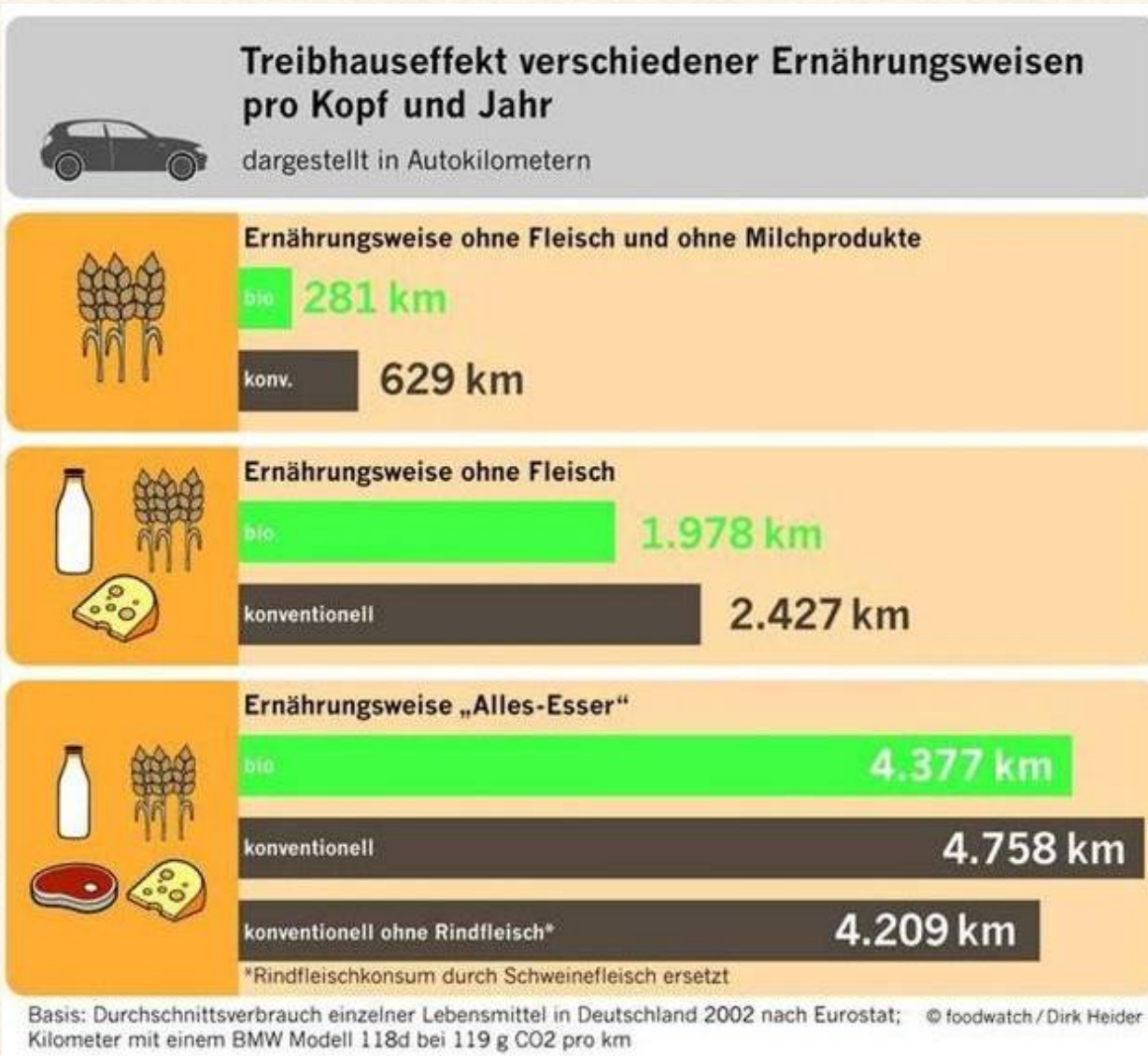
Strategie der guten Lebensführung	Psychische Ressource	Psychologische Funktion	Positive Emotion
Hedonismus	Genussfähigkeit	Erlebnisintensität statt Erlebnisvielfalt Förderung immaterieller Genussquellen	Sinnliche Genüsse Ästhetisch-intellektuelles Wohlbefinden
Zielerreichung	Selbstakzeptanz Selbstwirksamkeit	größere Unabhängigkeit gegenüber sozialen Vergleichsprozessen Stärkung von Handlungskompetenzen	Zufriedenheit Stolz Flow
Sinn	Achtsamkeit Sinnggebung Solidarität	Orientierung an überindividuellen Zielen Motivation zu kollektiven Aktionen	Gelassenheit Sicherheit Zugehörigkeit Vertrauen

***“Du musst selbst die Veränderung werden,
die Du in der Welt sehen willst” (Mahatma Gandhi)***

1. Macht sechs Wochen lang jeden Tag einem weniger bekannten Menschen ein Hilfeangebot, einen Gefallen oder eine kleine Freude!
2. Esst gar kein Fleisch oder halbsoviel wie bisher
3. Wechselt zu einem Öko-Stromanbieter und fliegt nicht
4. Kauft nichts was ihr leihen, teilen, tauschen könnt
5. Macht es gemeinsam, tauscht Euch darüber aus

Vielen Dank für Eure Aufmerksamkeit!

Mehr Bio und weniger Fleisch macht wirklich einen Unterschied!



**Vielen Dank
für Eure
Aufmerk-
samkeit!**

Literatur

Hinding, B. (2002). Muster der psychischen Verarbeitung des globalen Klimawandels und Energiesparen. *Umweltpsychologie*, 6 Jg., 2, 26-45

Linneweber, V. (2004, May 24-28). Fallstudie Sylt - Küstenschutz versus Naturschutz aus Sicht Betroffener. Zur Kommunikation von Naturveränderungen. Paper presented at the 27. Deutscher Naturschutztag 2004 "Neue Horizonte - Zukunftsaufgabe Naturschutz", Potsdam

Peach, N. (2011) Postwachstumsökonomie. Nachhaltigkeit oder Wachstum – beides ist nicht zu haben. Vortrag zum Tag der Nachhaltigkeit an der Hochschule Heilbronn am 26. Oktober 2011.
https://www.hs-heilbronn.de/2967974/Vortrag_Paech.pdf (zuletzt eingesehen: 15.07.2014)

Plapp, T. (2003). Wahrnehmung von Risiken aus Naturkatastrophen. Eine empirische Untersuchung in sechs gefährdeten Gebieten Süd- und Westdeutschlands. Dissertation. In U. Werner (Hrsg.), *Karlsruher Reihe II, Risikoforschung und Versicherungsmanagement*. Verlag Versicherungswirtschaft GmbH: Karlsruhe.

Abbildungen/Fotos

(alle Dateien zuletzt eingesehen: 15.07.2014)

Benitos, José-Manuel (Eigenes Werk) [GFDL (<http://www.gnu.org/copyleft/fdl.html>)], via Wikimedia Commons
<http://commons.wikimedia.org/wiki/File%3AHuman-evolution-man.png>

Greenpeace-Magazin (2012). Mit Airberlin zur Gletscherschmelze. Online-Beitrag vom 30. November 2012.
http://www.greenpeace-magazin.de/uploads/RTEmagicC_Airberlin_Auschnitt.jpg.jpg

Karmakonsum (2012). Bericht der EU-Kommission zu Konsumenten Empowerment vom 17.08.2012.
<http://www.karmakonsum.de/2012/08/17/bericht-der-eu-kommission-zu-konsumenten-empowerment/>

NASA Earth Observatory (NASA Earth Observatory), via Wikimedia Commons
http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/b/ba/The_earth_at_night.jpg

Pingstone, Adrian. Bild nach einem Original von Edward H. Adelson.
http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/6/60/Grey_square_optical_illusion.PNG