

Kühl, Jana

**Book Part**

## Praktiken und Infrastrukturen gelebter Suffizienz

**Provided in Cooperation with:**

ARL – Akademie für Raumentwicklung in der Leibniz-Gemeinschaft

*Suggested Citation:* Kühl, Jana (2019) : Praktiken und Infrastrukturen gelebter Suffizienz, In: Abassiharofteh, Milad Baier, Jessica Göb, Angelina Thimm, Insa Eberth, Andreas Knaps, Falco Larjosto, Vilja Zebner, Fabiana (Ed.): Räumliche Transformation: Prozesse, Konzepte, Forschungsdesigns, ISBN 978-3-88838-089-1, Verlag der ARL - Akademie für Raumforschung und Landesplanung, Hannover, pp. 65-79, <https://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0156-0891053>

This Version is available at:

<https://hdl.handle.net/10419/204540>

**Standard-Nutzungsbedingungen:**

Die Dokumente auf EconStor dürfen zu eigenen wissenschaftlichen Zwecken und zum Privatgebrauch gespeichert und kopiert werden.

Sie dürfen die Dokumente nicht für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, öffentlich zugänglich machen, vertreiben oder anderweitig nutzen.

Sofern die Verfasser die Dokumente unter Open-Content-Lizenzen (insbesondere CC-Lizenzen) zur Verfügung gestellt haben sollten, gelten abweichend von diesen Nutzungsbedingungen die in der dort genannten Lizenz gewährten Nutzungsrechte.

**Terms of use:**

*Documents in EconStor may be saved and copied for your personal and scholarly purposes.*

*You are not to copy documents for public or commercial purposes, to exhibit the documents publicly, to make them publicly available on the internet, or to distribute or otherwise use the documents in public.*

*If the documents have been made available under an Open Content Licence (especially Creative Commons Licences), you may exercise further usage rights as specified in the indicated licence.*



<https://creativecommons.org/licenses/by-nd/3.0/de/>

*Kühl, Jana:*

## **Praktiken und Infrastrukturen gelebter Suffizienz**

URN: urn:nbn:de:0156-0891053



CC-Lizenz: BY-ND 3.0 Deutschland

S. 65 bis 79

Aus:

*Abassiharofteh, Milad; Baier, Jessica; Göb, Angelina; Thimm, Insa;  
Eberth, Andreas; Knaps, Falco; Larjosto, Vilja; Zebner, Fabiana (Hrsg.):*

**Räumliche Transformation – Prozesse, Konzepte, Forschungsdesigns.**

Hannover 2019

Forschungsberichte der ARL 10

Jana Kühl

## PRAKTIKEN UND INFRASTRUKTUREN GELEBTER SUFFIZIENZ

### Gliederung

- 1 Einleitung
- 2 Gesellschaftliche Transformation – Kontext und Ziele
- 3 Auf dem Weg zu einer postmaterialistischen Gesellschaft
- 4 Suffizienz und gesellschaftliche Transformation
- 5 Suffizienz als soziale Innovation gestalten
- 6 Empirischer Fokus
- 7 Fazit und Ausblick

Literatur

### Kurzfassung

Die Verringerung anthropogener Umweltbelastungen als Teil einer „Großen Transformation“ ist eine zentrale Herausforderung unserer Zeit. Doch stehen die Ambitionen diesbezüglich im Widerspruch zu einem konsumistischen Selbstverständnis westlicher Gesellschaften. Um eine Transformation anzustoßen, können Praktiken gelebter Suffizienz, wie sie bereits in Ansätzen zu finden sind, als Vorbilder zur Ausgestaltung sozialer Innovationsprozesse herangezogen werden. Ausgehend von alternativen Wohn- und Lebenskonzepten können ressourcensparende Lebensweisen abseits etablierter Lebenskonzepte identifiziert werden. Von ihnen lassen sich mentale Infrastrukturen ableiten, die alternative Lebensweisen motivieren, sowie Bedarfe an Infrastrukturen schlussfolgern, die Suffizienz ermöglichen.

### Schlüsselwörter

Suffizienz – nachhaltige Lebensweisen – soziale Innovation –Alltagspraktiken – Go-Along

### Practices and infrastructures for living sufficiency

#### Abstract

Limiting the human-caused environmental impact as part of the “Great Transformation” is one of the main challenges of our time. Ambitions to broaden sustainable ways of living fail on the lifestyles of consumer societies in western countries. It is proposed that subcultural groups that already practice sufficiency in social and spatial niches can give inspiring examples for initiating and leading processes of social innovations, in which practices of sufficiency gradually get adapted in society. Analysing their way of living, one can learn about resource-conserving practices. At the same time, these

practices show which infrastructures are needed for enabling sufficiency. In addition, the motivations and ideals of these pioneers could be taken up to push practices of sufficiency in society.

### **Keywords**

Sufficiency – sustainable lifestyle – social innovation – mundane practices – go-along

## **1 Einleitung**

Die Eingrenzung des Klimawandels ist eine zentrale Debatte unserer Zeit. Doch scheint diese Debatte kaum Einfluss auf gesellschaftliche Lebensweisen zu haben. Sei es ein häufiger Fleischkonsum, häufige PKW-Fahrten und Flugreisen oder allgemein ein steter Konsumdrang – Praktiken mit klimaverändernden und umweltschädlichen Folgen gehören meist selbstverständlich zum Alltag derjenigen, die es sich leisten können. Demgegenüber braucht es gerade eine nachhaltige Lebensweise der breiten Gesellschaft, um umweltschädliche und klimaverändernde anthropogene Einflüsse zu minimieren (WBGU 2011: 84). Um entsprechende Lebensweisen zu fördern, kann das Konzept der Suffizienz Orientierung bieten. Suffizienz ist ein Lösungsansatz vorwiegend westlich orientierter Nachhaltigkeitsstrategien, die in Fortführung des Brundtland-Berichts entstanden sind (WCED 1991). Der Ansatz konkretisiert das Normativ nachhaltiger Lebensweisen, indem es einen verantwortungsvollen Konsum als notwendige Maßnahme zum Klimaschutz herausstellt und die praktische Umsetzung anleitet. Dabei zielt Suffizienz darauf ab, nicht mehr als nötig zu konsumieren und die Umwelt und ihre natürlichen Ressourcen nicht in vermeidbarer Weise zu belasten (Sachs 2015). Während diese Ziele im Widerspruch zu der Praxis westlicher Konsumgesellschaften stehen, bilden sich immer wieder Nischen, in denen Lebensweisen praktiziert werden, die der Suffizienz in weiten Teilen gerecht werden. Sie liefern Ideen und Vorbilder, mit denen sich auf Suffizienz gerichtete Lebensweisen denken lassen. Auch können sie ein Anstoß für soziale Innovationsprozesse sein, in denen sich das gesellschaftliche Selbstverständnis wie auch die Alltagspraxis zugunsten umweltverträglicherer Lebensweisen wandelt.

Der Artikel möchte einen Diskussionsbeitrag zur Transformationsforschung leisten, indem er den Begriff der Suffizienz im Kontext der „Großen Transformation“ gemäß dem Wissenschaftlichen Beirat der Bundesregierung Globale Umweltveränderungen (WBGU) aufgreift. Zunächst werden die Ziele einer gesellschaftlichen Transformation mithilfe des Ansatzes einer Postwachstumsgesellschaft erweitert. Hierauf aufbauend verdeutlicht das Konzept der Suffizienz die in einer gesellschaftlichen Transformation angestrebten Lebensweisen und zeigt, wie Suffizienz als soziale Innovation Verbreitung erfahren kann. Hierzu werden Formen gelebter Suffizienz als Vorbild alternativer Praktiken vorgeschlagen und ein Forschungsdesign umrissen, mit dem diese Praktiken aufgespürt und als Anstoß sozialer Innovationen aufgegriffen werden können.

## 2 Gesellschaftliche Transformation – Kontext und Ziele

In der sozialwissenschaftlichen Thematisierung des Klimawandels sind für den deutschen Kontext insbesondere Arbeiten des WBGU diskursprägend. Seine Ausführungen verdeutlichen, dass eine drastische Reduzierung klimabeeinflussender Emissionen erforderlich ist, um die Negativfolgen des Klimawandels zu begrenzen und die natürlichen Lebensgrundlagen des Menschen zu schützen. Als maßgeblich klimaverändernd sind dabei anthropogen verursachte Emissionen anzuführen, die durch eine ressourcenintensive Wirtschafts- und Lebensweise stetig steigen. Um diese Einflüsse im erforderlichen Maße zu reduzieren, bedarf es neben technischen Klimaschutzmaßnahmen vor allem eines wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Wandels. In der Konsequenz ruft der WBGU die „Große Transformation“ zu einer klimaverträglichen Gesellschaft aus (WBGU 2011: 420). Die Transformation wird als eine große Transformation verstanden, da sie globale Trends zu verändern versucht und eine neue Form des anthropogenen Wirkens als eine dekarbonisierte und ressourceneffiziente (Welt-) Wirtschaft und Gesellschaft anstrebt (WBGU 2011: 87). Hierzu braucht es einen „umfassenden Wandel, der einen Umbau der nationalen Ökonomien und der Weltwirtschaft (...) vorsieht, um irreversible Schädigungen des Erdsystems sowie von Ökosystemen und deren Auswirkungen auf die Menschheit zu vermeiden“ (WBGU 2011: 417). Dabei sind vor allem westliche Industrieländer angesprochen. Der hier praktizierte Lebensstil verursacht im globalen Vergleich einen überdurchschnittlichen Ressourcenverbrauch sowie extreme Umweltbelastungen, die in großen Teilen zulasten der Produktions- und Abbauländer außerhalb der westlichen Welt gehen. Der WBGU (2011) appelliert, sozial gerecht und ökologisch verantwortungsvoll mit natürlichen Ressourcen umzugehen und natürliche Lebensgrundlagen zu erhalten. Dabei wird ein gesellschaftlicher Wandel zu einer Notwendigkeit erklärt, die jeden betrifft. Transformation meint hier eine sozio-ökologische Transformation, die sozial gerechte und ökologisch nachhaltige Wirtschafts- und Lebensweisen verfolgt (Schiemann/Wilmsen 2017: 8). Um dies zu erreichen, „müssen sich nicht nur Produktions- und Konsummuster verändern, sondern auch Anreizsysteme, Institutionen, normative Maximen und Wissenschaftsdisziplinen (allen voran die Wirtschaftswissenschaften)“ (WBGU 2011: 98). So vollzieht sich ein Wandel erst im Zusammenwirken von technischen Neuerungen und wirtschaftlichen, soziokulturellen und politischen Veränderungen, aus denen neue Praktiken sowie neue infrastrukturelle und institutionelle Handlungsrahmen hervorgehen. Während das Erfordernis eines Wandels weitgehend auf Konsens trifft, herrscht im wissenschaftlichen Diskurs Uneinigkeit darüber, wie ein solcher Wandel erfolgen sollte. Entscheidend für das Gelingen einer Transformation ist, dass Gesellschaften nachhaltige Wirtschafts- und Lebensweisen aktiv tragen (WBGU 2011: 84). Derzeit scheint jedoch weder gesellschaftlich noch politisch mehrheitlich eine Abkehr von der Konsumgesellschaft und ihrem Wachstumsduktus verfolgt zu werden, sodass der Anstoß zur aktiven Veränderung ausbleibt (vgl. Welzer 2011). Der WBGU (2011: 84) identifiziert zwar einen weltweit zu beobachtenden Wertewandel zugunsten von Nachhaltigkeit und Umweltschutz. Ebenso stellen Erhebungen des Umweltbundesamtes für den deutschen Kontext ein wachsendes Umweltbewusstsein fest (BMUB/UBA 2017). Jedoch spiegelt sich dies kaum in einer umweltbewussten Lebensweise wider. Die angestrebte Transformation macht Änderungen von Routinen erforderlich, die meist schwerfallen (vgl. John 2013). Es bedarf einer Veränderung des ressourcen-

intensiven Konsumverhaltens, einhergehend mit einer Einschränkung von Annehmlichkeiten, die auf Konsumgütern und materiellem Wohlstand basieren. Doch allein das Wissen über das „richtige“ Tun erzeugt offenbar noch keinen ausreichenden Handlungsdruck. Diese Veränderungen erscheinen unbequem und werden vermutlich mehrheitlich erst umgesetzt, wenn hierdurch individuelle Bedrohungen abgewandt werden können, ein individueller Anreiz hierfür erkennbar ist (z. B. zur Inszenierung des eigenen Lebensstils und zum Erwerb sozialen Kapitals) oder wenn Veränderungen durch Verhaltenserwartungen der eigenen sozialen Bezugsgruppen sowie durch Verordnungen erforderlich werden. Mit Fragen der individuellen Verhaltensänderung beschäftigen sich vor allem psychologische und anthropologische Arbeiten (vgl. u. a. Hübner 2012), während die räumliche Planung wie auch die sozialwissenschaftliche Raumforschung stärker darauf fokussiert ist, gesellschaftliche und politische Prozesse sowie handlungsrelevante Kontexte einer Transformation zu betrachten.

Blickt man auf die westliche Gesellschaft der Gegenwart, lassen sich durchaus bereits Errungenschaften zum Klimaschutz erkennen, wie etwa die Nutzung regenerativer Energien. Ebenso sind Veränderungen in gesellschaftlichen Konsumpraktiken zu beobachten, wie etwa ein wachsender Absatz von Fair-Trade- und Bioprodukten (Wenzel/Kirig/Rauch 2008). Diese partiellen Anpassungen stellen jedoch keine umfassende Lösung dar. Der Konsum nachhaltiger Produkte etwa kann konsumbedingte Umweltschäden partiell begrenzen. Die Ursachen ökologischer Probleme – das Wachstumsstreben kapitalistischer Wirtschaftssysteme sowie ein gesellschaftliches Streben nach Glück, Selbstwert und Befriedigung durch Konsum und nach immer mehr – bleiben bestehen (vgl. Paech 2016). Auch die Strategie des WBGU scheint in der Logik dieses Konsumismus zu verharren. Sie propagiert den Konsum nachhaltiger Produkte, die einen „moralischen Mehrwert“ verschaffen, sowie „das (Selbst-)Bewusstsein, etwas Nützliches und Gutes für die Um- und Nachwelt zu tun und dafür von anderen anerkannt zu werden“ (WBGU 2011: 274). Hier wird eine Befriedigung („moralischer Mehrwert“, „etwas Nützliches und Gutes“) und eine soziale Anerkennung („(Selbst-)Bewusstsein“, „anerkannt zu werden“) über Konsum forciert und damit eine partielle Modifikation der Konsumgewohnheiten angeregt, nicht aber ein Wandel zu einer konsequent ressourcensparenden, umweltschonenden und sozial verantwortungsvollen Lebensweise. Dem folgend sehen Kritiker anstelle einer Transformation das Erfordernis einer grundlegenden Transition im Sinne der Überwindung kapitalistischer Wirtschafts- und Gesellschaftssysteme sowie der hieran geknüpften gesellschaftlichen Naturverhältnisse (Brand 2014; vgl. u. a. Jonas 2017). Zur Überwindung diese Pfadabhängigkeit kapitalistischer Logiken bieten Ansätze einer postmaterialistischen Gesellschaft Anhaltspunkte.

### 3 Auf dem Weg zu einer postmaterialistischen Gesellschaft

Gesellschaftliche Lebensweisen sind in vieler Hinsicht durch sozial geteilte Vorstellungen von einem guten Leben geleitet. Ein gutes Leben meint dabei eine gelungene oder zufriedenstellende Form der Lebensgestaltung und äußert sich als persönliches Glück im Sinne von Erfüllung. Dabei ist das gute Leben zu verstehen als „eine Handlung, ein von Vernunft und Gefühl geleitetes Tätigsein“ (WBGU 2011: 84). Wie sich ein gutes

Leben gestaltet, ist je nach Gesinnungen, Werthaltungen und Überzeugungen höchst unterschiedlich. Auch dienen moralische Vorstellungen als Leitlinien und Grenzen, innerhalb derer das Streben nach einem guten Leben ausgestaltet wird (vgl. Ott/Voget 2013). In westlichen Konsumgesellschaften ist das gute Leben vorwiegend über einen materiellen Wohlstand definiert, einhergehend mit einem sozialen Status, der sich materiell ausdrückt. Hier ist das „Tätigsein“ von dem individuellen Nutzwert geleitet sowie von dem Bestreben, das persönliche Glück durch Konsumgüter zu mehren (vgl. Haubl 2009). Im Kontrast hierzu lässt sich unter dem Ziel einer ressourcensparenden und umweltverträglichen Wirtschafts- und Lebensweise eine postmaterialistische Haltung denken, die alternative Pfade zum Wachstumsgedanken des Kapitalismus aufzeigt.

Das Konzept eines Postmaterialismus geht auf Inglehart (1977) zurück und steht für eine Werthaltung, die sich von einer Konsumorientierung und dem Streben nach materiellem Reichtum löst. Fromm (1976) spricht in ähnlicher Weise von einem postmaterialistischen Lebensstil. Dieser und die ihm zugrunde liegenden Werthaltungen sind zugleich Kern einer Postwachstumsökonomie. Sie konzipieren eine Wirtschaftsweise, die ohne Wachstum auskommt und natürliche Ressourcen möglichst wenig beansprucht (Jackson 2009; Schulz 2012; Paech 2016). Gleichzeitig schlägt sie ein Verständnis eines guten Lebens vor, das sich auf Erkenntnisse der Glücksforschung stützt. Demnach führt eine Mehrung materiellen Wohlstands nicht per se zu einer Mehrung der persönlichen Zufriedenheit (Haubl 2009: 4 f.). Die Konsumgesellschaft ist eine Überflussesgesellschaft, in der die Mehrheit über mehr als nötig verfügt und permanent neue Konsumbedürfnisse suggeriert werden (Paech 2016: 110 f.). Dieser Suggestion folgend, investieren Mitglieder einer Konsumgesellschaft ihre individuellen Ressourcen in die Erwerbsarbeit, um sich Konsumgüter leisten zu können und sich so eine Erfüllung zu verschaffen. Doch die Erfüllung bleibt aus, solange weiterhin andere Konsumgüter unerreicht bleiben, und mit ihnen nicht ausgeschöpfte Versprechen des Erwerbs von Sozialstatus, Glück und Zufriedenheit (Haubl 2009: 5 f.). Es braucht noch mehr Einkommen, um diese zu erlangen. Gleichzeitig müssen im Erwerbsalltag infolge betrieblicher Optimierungen vielfach mehr Aufgaben abgeleistet werden, wodurch ein Zeit- und Leistungsdruck am Rande der Überforderung provoziert wird (Böhle 2018: 77 f.; Haubl/Hausinger/Voß 2013). Mit dieser Belastung mehrten sich Symptome wie Frustration, aber auch Depressionen und Burn-out, stressbedingte Gesundheitsprobleme sowie gesellschaftliche Spannungen und Missgunst. Erwerbsarbeit und Konsumstreben werden demnach mehr zur physischen und psychischen Last, als dass hieraus ein Wohlstand resultiert (Best/Hanke/Richters 2013: 2). Stengel (2011: 16) spricht in diesem Zusammenhang von einer „Pathologie der Moderne“. Eine postmaterialistische Lebensweise möchte diesen Zirkel durchbrechen und verortet die Erfüllung gerade in einem Lösen von Konsum und Besitztümern. Eine Befreiung von überflüssigem Konsum ermöglicht demnach eine Befreiung von der unbefriedigenden Suche nach Erfüllung durch materielle Güter und mindert damit zugleich die Abhängigkeit vom Gelderwerb. Stattdessen öffnen sich Kapazitäten zur Selbstverwirklichung durch eine möglichst freiheitliche Lebensgestaltung. Der Selbstwert und der soziale Status messen sich hier nicht an Besitz, sondern an immateriellen Reichtümern, wie sozialen Beziehungen, Selbstwirksamkeit sowie Entschleunigung, frei verfügbare Zeit und Muße zur persönlichen Entfaltung (Zeitsouveränität) (Paech

2016: 126). Ebenso befreit ein Weniger an Besitz von Lasten und materiellen Verlustängsten. Frei nach Fromm (1976) liegt die Erfüllung nicht im „Haben“, sondern im „Sein“, losgelöst von materiellen Besitztümern und Statussymbolen.

Auch der WGBU führt das Ideal eines guten Lebens an, das sich an postmaterialistischen Werten orientiert: „Es beruht nicht einzig oder vornehmlich auf einer großen Zahl materieller Güter, auf Annehmlichkeiten oder Genüssen, sondern auf der Erfüllung von Menschlichkeit in einem umfassenden, für Mitmenschen und Umwelt zuträglichen Sinn. Dazu gehört die Entfaltung des Selbst, d.h. der einer Person gegebenen Möglichkeiten, ebenso wie der Gemeinnutzen, die Übernahme von Verantwortung für das allgemeine Wohl sowie eine Reihe von Gerechtigkeitsprinzipien. ‚Gutes Leben‘ ist in aller Regel von der Erfüllung bestimmter Grundbedürfnisse abhängig, auch vom Vorhandensein individueller Spielräume und Optionen, die durch materielle Standards abgesichert sein müssen. Darüber hinaus spielen – transkulturell – immaterielle Faktoren beim ‚pursuit of happiness‘ eine Rolle, wie die Anerkennung durch Andere, die Einbettung in Gemeinschaften und Netzwerke verschiedener, vor allem familiärer Art, aber auch die Erfüllung ästhetischer und hedonistischer Genüsse“ (WGBU 2011: 85). Eine gesellschaftliche Transformation kann damit von einem Bild des guten Lebens geleitet werden, das sich an einer postmaterialistischen Werthaltung orientiert. Diesem Plädoyer folgend, kann das Konzept der Suffizienz aufzeigen, wie sich dieses Bild in gesellschaftliche Lebensweisen überführen lässt.

#### 4 Suffizienz und gesellschaftliche Transformation

Suffizienz (lateinisch *sufficere* = ausreichen, genügen) steht für einen maßvollen Umgang mit natürlichen Ressourcen durch einen genügsamen, weniger materialistisch orientierten Lebensstil (vgl. Kleinhüchelkotten 2005). Das Konzept hat seinen Ursprung im Dreiklang der Nachhaltigkeitsstrategie, nach der ein Zusammenwirken von Suffizienz, Effizienz und Konsistenz zur Umsetzung von Nachhaltigkeitszielen führt (Huber 1995). Effizienz meint hier eine Steigerung der Ressourcenproduktivität. Konsistenz zielt auf die Verwendung naturverträglicherer Technologien und Substanzen sowie auf eine Optimierung von Stoffströmen in der Produktion ab, um negative Umwelteinflüsse zu mindern. Suffizienz, Konsistenz und Effizienz werden vor allem im Kontext ökonomischer Interessen aufgegriffen, um eine Entkopplung wirtschaftlichen Wachstums von Ressourcenverbrauch und Emissionen herbeizuführen und ein ökologisch verträgliches Wachstum zu ermöglichen (Huber 2000). Suffizienz dient hier als Ergänzung und Korrektiv zu Effekten der Konsistenz und Effizienz. Demgegenüber betonen Ansätze einer Postwachstumsökonomie, dass ein Wirtschaftswachstum nicht mit den Erfordernissen des Klimaschutzes vereinbar ist (Linz 2002; Paech 2005). Der Ressourcenverbrauch und die Emissionen, die durch Produktionen sowie durch Konsumpraktiken verursacht werden, steigen in globaler Perspektive stärker, als sie durch Maßnahmen der Effizienz- und Konsistenzstrategie verringert werden können (Stengel 2011: 134). Damit kann eine nachhaltige Entwicklung innerhalb der natürlichen Grenzen des Wachstums nur durch eine konsequente Einsparung von Ressourcen erreicht werden (vgl. Schiemann/Wilmsen 2017). Hieran anschließend wird Suffizienz als Voraussetzung zur Erreichung ökologischer Ziele sowie als Beitrag zur Förderung der globalen Verteilungsgerechtigkeit betont. „Dem kritisierten Effizienzprinzip kann



hier das Konzept der Suffizienz gegenübergestellt werden, die Frage also, wie (vor allem im „Globalen Norden“) materieller Konsum reduziert werden kann, ohne die Zufriedenheit bzw. das Wohlergehen der Menschen negativ zu beeinträchtigen, und gleichzeitig durch gerechtere Ressourcenverteilung zur Verbesserung der Lebenssituation in wirtschaftlich benachteiligten Bevölkerungsgruppen und Regionen beizutragen“ (Schulz 2012: 266). Dabei umfasst Suffizienz zweierlei: „Im engeren Verständnis bildet sie das Pendant zur Effizienz, richtet sich auf den Minderverbrauch von Ressourcen und ist damit quantitativ ausgerichtet. Das weitere Verständnis richtet sich auf einen neuen Sinn von Wohlstand und auf den kulturellen Wandel, der seine Voraussetzung wie sein Ergebnis ist“ (Linz 2002: 13). Ebenso wird Suffizienz als gesamtgesellschaftliche Aufgabe verstanden: „Sie richtet sich auf die Einsicht und das Verhalten von Einzelnen, Gruppen, Körperschaften, Institutionen. Sie betrifft die politische Planung so sehr wie das Tun der Einzelnen“ (Linz 2002: 12). In den Strategien des WGBU findet Suffizienz keine explizite Beachtung, wenngleich eine ökologisch verantwortungsvolle, ressourcensparende Lebensweise zu den Kernzielen der Transformation zählen. Versteht man Suffizienz als Konzept, das nachhaltige Lebensweisen nicht nur fordert, sondern auch als gelebte Praxis konkretisiert, lässt sich hiermit die praktische Implementierung einer gesellschaftlichen Transformation verfolgen.

Suffizienz zu praktizieren, erfordert eine freiwillige Mäßigung, die von einem Verantwortungsbewusstsein für Natur und Umwelt geleitet ist und auf einem postmaterialistischen Verständnis von Wohlstand und Lebensqualität basiert (Ott/Voget 2013). Damit nähert sich das Konzept der Strömung der selbstgewählten Einfachheit (*voluntary simplicity*) an (vgl. u. a. Elgin/Mitchell 1977). Ohne Suffizienz operationalisieren zu wollen (vgl. hierzu Kleinhüchelkotten 2005), meint Suffizienz einen „Verzicht auf oder die Reduzierung von besonders ressourcenintensiven Güterarten (z. B. Fernseher, Fleisch), ein Weniger an Größe, Funktionen oder Komfort (eine kleinere Wohnung, ein Auto ohne Klimaanlage), den Ersatz von Gütern durch qualitativ andere (Fahrrad statt Auto), die Verlängerung der Nutzungsdauer, eine seltenere Nutzung (z. B. von elektrischen Geräten), die Eigenproduktion oder auch die gemeinsame Nutzung“ (Fischer/Gießhammer 2013: 9, Herv. i. Orig.). Doch ist mindestens eine Frage noch weitgehend ungeklärt: Wie kann sich diese Lebensweise etablieren? Kritiker betiteln Suffizienz im Sinne des Postmaterialismus als idealistisch und nicht umsetzbar (Linz 2002). So läge es in der Natur des Menschen, nach mehr zu streben (Lütge 2013). Der Leitgedanke einer Entmaterialisierung der Lebensweise wird als Einschränkungen unter Verlust des bestehenden Lebensstandards gedeutet (Kleinhüchelkotten 2005: 56 f.). Auch erscheint in der Gegenwartsgesellschaft ein Weniger an Konsum und Konsumgütern als ein sozialer Abstieg (Linz 2002: 8). Vorschläge für ökologisch verantwortungsvolle Praktiken werden als „Ökodiktatur“ verpönt und insbesondere von politisch konservativer und wirtschaftsliberaler Seite abgewehrt (vgl. Adler/Schacht-schneider 2010). Wer Suffizienz in einer an Konsum und Statuserwerb ausgerichteten Gesellschaft praktiziert, bricht mit dem gesellschaftlichen Mainstream und provoziert eine soziale Ausgrenzung (Jackson 2009). Diesen Konsumismus innerhalb der Gesellschaft zu überwinden, bedeutet eine „innere Umkehr“ bestehender Handlungslogiken und damit ein Umdenken, das einem kulturellen Umbruch gleichkommt (Best/Hanke/Richters 2013: 107). Ansätze hierfür können sein, die etablierten Logiken eines Konsumismus argumentativ zu delegitimieren und eine „mentale, habituelle und emotionale Gebundenheit“ an etablierte Handlungsmuster einer Konsumgesellschaft zu überwin-

den (Welzer 2011: 34). Für einen solchen Wandel bedarf es „new structures that provide capabilities for people to flourish, and particularly to participate fully in society, in less materialistic ways“ (Jackson 2011: 161). An diese Erkenntnis wiederum schließt sich die Suche nach Möglichkeiten an, jenen Wandel zu verwirklichen. Gemäß dem WBGU etwa sollen für einen gesellschaftlichen Wandel „geeignete Narrative des Wandels entwickelt werden, um diese über kreative Formen der Wissenskommunikation in den Alltagsdiskurs einzuspeisen und dort weiter zu entfalten“ (WBGU 2011: 24). Diese Aufgabe scheint komplex: „Das täglich neu aufgeblätterte Journal aller verfügbaren Dinge bildet ein selbstevidentes Universum, gegen das schwerlich anezählt werden kann, vor allem, weil der größte Anteil der mentalen Infrastrukturen eben gar nicht reflexiv, keine Frage von Wahl und Entscheidung und gar kein Angebot ist, sondern schlicht eine massiv so-seiende Welt, in die man hineingeboren wird und deren Geschichte über sich selbst man pausenlos mit seiner eigenen Biographie, seinen Werten, seinen Konsumententscheidungen, seiner Karriere weitererzählt“ (Welzer 2011: 32). Zur Verbreitung von Suffizienz braucht es demnach Narrationen mit Leitbildqualitäten, die ein erstrebenswertes Gegenbild zum Konsumstreben zeichnen und eine alternative Entwicklungsrichtung zeigen. Um etablierte Handlungsweisen in diese Richtung aufzubrechen, müssen diese Narrationen jedoch zusätzlich in die Lebenspraxis übersetzt werden. Als ein Ansatz lässt sich hier die Betrachtung von Suffizienz als soziale Innovation diskutieren.

## 5 Suffizienz als soziale Innovation gestalten

Soziale Innovationen gelten neben technischen Innovationen als zentraler Lösungsweg einer Transformation (WBGU 2011: 23). Sie umfassen „neue Wege, Ziele zu erreichen, insbesondere neue Organisationsformen, neue Regulierungen, neue Lebensstile, die die Richtung des sozialen Wandels verändern, Probleme besser lösen als frühere Praktiken, und die deshalb wert sind, nachgeahmt und institutionalisiert zu werden“ (Zapf 1994: 33). Mit dem Prozess sozialer Innovation geht eine Neugestaltung, Neuordnung oder auch Neuschöpfung einher, die in sozialen Prozessen erdacht, ausgehandelt und aufgegriffen wird und sich schließlich in einer Neukonfiguration sozialer Praktiken niederschlägt (Howaldt/Schwarz 2010: 89). Diese Neukonfiguration lässt sich dabei nicht allein durch ein wachsendes Umweltbewusstsein erreichen (vgl. Kapitel 2). Das Wissen über das „richtige“ Tun erreicht „lediglich den kognitiven Teil unseres Orientierungsapparats; der weitaus größere Teil unserer Orientierungen, der über Routinen, Deutungsmuster und unbewusste Referenzen – kurz: über den Habitus – organisiert ist, bleibt davon völlig unbeschadet“ (Welzer 2011: 38). Soziale Innovationen vollziehen sich demnach erst mit einer Veränderung jener habitualisierten Orientierungen, die soziale Praktiken implizit anleiten (Howaldt/Schwarz 2017: 240). Nach Welzer (2011) lassen sich diese habituellen Orientierungen als mentale Infrastrukturen umschreiben. Sie sind das Abbild gesellschaftlicher Dispositions- und Wertesysteme sowie kultureller Kontexte und leiten Routinen, Gewohnheiten, Wahrnehmungs- und Deutungsmuster an (Welzer 2011: 30). Um soziale Innovationen zugunsten einer auf Suffizienz gerichteten Lebensweise anzuregen, wären also spezifische Orientierungen zu initiieren, an denen sich Praktiken gelebter Suffizienz ausrichten. Doch wie gelingt dies?

Soziale Innovationen sind soziale Prozesse, die sich als Wandel konkreter sozialer Praktiken vollziehen (Howaldt/Schwarz 2017). Diese Praktiken können durch spezifische Orientierungen mentaler Infrastrukturen in sinnhafter Weise angeleitet werden. Gleichzeitig werden mentale Infrastrukturen selbst in sozialen Praktiken geformt, verbreitet und reproduziert. Um mentale Infrastrukturen zu verändern, müssen sich demnach Praktiken ändern, die als Vorbild für Praktiken anderer dienen (Welzer 2011: 39). Schwarz/Howaldt/Kopp (2015) sprechen hier von sozialen Innovationen durch einen Wechsel von Erfindungen (neuer Praktiken) und Nachahmung. Die zur Nachahmung vorgesehene Vorbildfunktion kommt in der Konzeptualisierung gesellschaftlicher Transformationsprozesse den Pionieren zu (WBGU 2011: 256 ff.). Pioniere sind Einzelpersonen oder kleinere Gruppen, die Veränderungen initiieren und gestalten, indem sie Bestehendes neu denken und Alternativen ausprobieren. Ebenso sind sie an der Verbreitung neuer Ideen beteiligt (WBGU 2011: 419). Als solche Pioniere lassen sich subkulturelle Gruppen denken, die in sozialen und räumlichen Nischen alternative Lebenskonzepte verfolgen und dabei Aspekte der Suffizienz praktizieren (Adler 2016: 16). Sie sind nicht nur entscheidende Akteure, die „die Grenzen des etablierten Gesellschaftskonzeptes (in diesem Fall einer weitgehend auf der Nutzung fossiler Energieträger beruhende Wirtschaftsweise oder high carbon economy) plausibel aufzeigen können und über (attraktive) Leitbilder (Narrative) verfügen, an denen sich der gesellschaftliche Wandel ausrichten kann“ (WBGU 2011: 90). Ihre Praktiken sind Vorbilder auf abstrakt-sinnhafter Ebene, die sich als handlungsleitende mentale Infrastrukturen im engeren Sinne beschreiben ließen. In ihrem Tun zeigen sie bestimmte Motivationen und moralische Leitlinien, die sich zur Adaption anbieten. So lässt sich etwa ein sichtbar verantwortungsvoller Umgang mit der Umwelt als moralischer Maßstab zur Ausrichtung gesellschaftlicher Lebensweisen aufgreifen. Auch können ihre Ertüchtigung, ihr Eifer und schließlich das Sichtbarmachen eines (alternativen) gelungenen Lebenskonzeptes dazu verhelfen, eine auf Suffizienz ausgerichtete Lebensweise als machbar und erstrebenswert vorzuleben. So lässt sich Suffizienz durch ihr Vorbild einer erfüllenden Lebenspraxis aus den Beschränkungs- und Verzichtsassoziationen lösen (Best/Hanke/Richters 2013: 8). Darüber hinaus haben sie ein Know-how entwickelt, wie sich Suffizienz praktisch leben lässt, und liefern so Orientierung zur Umsetzung einer auf Suffizienz gerichteten Lebensweise (Adler 2016: 4). Zur Umsetzung dieser Praktiken wiederum braucht es neben Know-how, Motivation und moralischen Leitlinien angemessene Handlungsbedingungen. Hier eröffnen sich aus den Erfahrungen der Pioniere Schlüsse bezüglich institutioneller Infrastrukturen als formale Rahmen, die Suffizienz ermöglichen und Handlungsoptionen für ein anderes Agieren anbieten.

Aufbauend auf die dargelegten konzeptionellen Annahmen lässt sich die Gestaltung sozialer Innovationsprozesse als Aufgabe verstehen, das gesellschaftliche Wollen und das praktische Können zu gestalten. Diese Gestaltungsleistung wiederum kann auf die Gestaltung von Infrastrukturen übertragen werden. Infrastrukturen meint hier „die Gesamtheit der materiellen, institutionellen und personellen Einrichtungen und Gegebenheiten, die der arbeitsteiligen Wirtschaft (Unternehmen, Haushaltungen, Behörden) zur Verfügung stehen“ (Frey 2005: 469). Infrastrukturen gestalten Funktionen im gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Interesse aus. In dieser Eigenschaft tragen sie auch zum „praktischen Können“ einer gelebten Suffizienz bei. Soziale Innovationen

vollziehen sich innerhalb bestimmter materieller und institutioneller Rahmenbedingungen, die einen Möglichkeitsraum sozialer Praktiken aufspannen. Hierunter ermöglichen oder erleichtern Infrastrukturen im Sinne physischer Nutzungsangebote und Hilfsmittel Praktiken gelebter Suffizienz (Shove/Pantzar/Watson 2012: 121). Ebenso können diese Infrastrukturen zur Adaption einer nachhaltigen Lebensweise einladen. So ermöglicht etwa ein Ausbau von Radschnellwegen als Verkehrsinfrastruktur ein zügiges Radfahren auf neuen Routen bzw. legt diese Praktik zugleich nahe. Ebenso strukturieren Radschnellwege die Möglichkeiten des Radfahrens und schließen andere Mobilitätspraktiken wie z. B. die PKW-Nutzung aus. Zugleich wird durch die Schaffung dieser Infrastrukturen der Stellenwert des Radverkehrs formal anerkannt und auch symbolisch hervorgehoben. Ebenso wie materielle Infrastrukturen können institutionalisierte Regelungen, wie etwa Verordnungen sowie Ge- und Verbote, die Verbreitung von Suffizienz fördern, einfordern und gesellschaftlich legitimieren. Folgt man der Wirkungsweise von Infrastrukturen weiter, lässt sich die Gestaltung des „Wollens“ anhand von Orientierungen und Sinnmustern mentaler Infrastrukturen konkretisieren. Mentale Infrastrukturen ermöglichen bestimmte Praktiken, indem sie diese zunächst denkbar machen und darüber hinaus sinnhaft legitimieren. Sie strukturieren Praktiken entlang sozial geteilter Orientierungen und implizieren bestimmte Praktiken als erstrebenswert oder angemessen. Diese Strukturierungs- und Orientierungsleistung mentaler Infrastrukturen wird durch Vorbilder erfolgreich gelebter Suffizienz inspiriert und kann ebenso über Vorbilder zur strategischen gesellschaftlichen Verbreitung aufgegriffen werden. Gleichzeitig erfordert ein Können die Adaption eines praktischen Know-hows zur Verwirklichung einer auf Suffizienz gerichteten Lebensweise, die ebenfalls durch praktische Vorbilder gelingen kann.

## 6 Empirischer Fokus

Vorbilder, die soziale Innovationen zugunsten einer gelebten Suffizienz anzuregen vermögen, zeigen konkrete Praktiken, in denen Suffizienz beobachtbar ist und somit praktisch nachgeahmt werden kann (Howaldt/Schwarz 2017: 241). Nach einem weit gefassten Verständnis lassen sich jene Praktiken als gelebte Suffizienz verstehen, die Ressourcen einsparen oder zugunsten umweltverträglicherer Lösungen substituieren. Diese Praktiken sind ein Ergebnis praktischer Lernprozesse, wie sich Suffizienz verwirklichen lässt. Die hieraus gewonnenen Erfahrungen werden durch die empirische Beobachtung sichtbar und ermöglichen so gesellschaftliche Adaptionsprozesse (Schwarz/Howaldt/Kopp 2015). Dabei berührt Suffizienz einen Wandel in sämtlichen Lebensbereichen, wie Freizeit, Arbeitsleben, Versorgung mit Gütern, Ernährung, Energienutzung sowie Mobilität und Wohnen (Howaldt/Schwarz 2017: 241). Zur empirischen Beobachtung dieser Praktiken ließe sich die Wohnsituation als Ausgang verschiedener Lebensbereiche wählen. Hier beginnt für gewöhnlich der Verlauf der praktischen Lebensführung, sodass sich Praktiken verschiedener Lebensbereiche ausgehend von der Wohnsituation nachverfolgen lassen. Zugleich bildet die Wohnsituation selbst den Mittelpunkt lokaler Lebenswelten, in denen sich alternative Praktiken vollziehen können (Best/Hanke/Richters 2013: 112). Um Praktiken gelebter Suffizienz auszumachen, bieten sich dabei lokale Lebenswelten an, die sich als Orte konkreter oder realer Utopien postmaterialistischer Gesellschaften beschreiben lassen (Ho-

waldt/Schwarz 2017: 243). Gemeint sind damit Orte, an denen Lebensweisen praktiziert werden, die sich dem Konsumismus zumindest in Teilen widersetzen und in denen weniger materielle Ressourcen beansprucht werden. Hierzu lassen sich alternative Wohninitiativen hypothetisch als Orte gelebter Utopien vorschlagen. Sie repräsentieren Stereotype einer alternativen Lebensführung, die empirisch zu verifizieren ist. Die Auswahl typischer Wohninitiativen dient als Heuristik, um Praktiken und Orientierungen gelebter Suffizienz aufzuspüren. Diese sollen Angebote für eine gesellschaftliche Adaption aufzeigen und Schlussfolgerungen über Infrastrukturen ermöglichen, die Suffizienz fördern können. Ebenso machen die gewählten Wohn- und Lebensformen die raumstrukturelle Bedingtheit gelebter Suffizienz greifbar. Konkret werden Wohninitiativen betrachtet, deren Initiatoren geteilte sozial-ökologische Ziele verfolgen und praktisch Sozial- bzw. Systemkritik üben. Es wird vermutet, dass Menschen, die entsprechende Wohnformen wählen, mindestens teilweise sozial-ökologische Ideale als handlungsleitende Orientierungen teilen, während die Wohn- und Lebensform einen maßvollen Umgang mit natürlichen Ressourcen impliziert. Die heuristischen Typen von Wohninitiativen sind wie folgt charakterisiert:

- > Im Typ „sozial-ökologische Genossenschaft“ dienen in ökologischer Bauweise errichtete, genossenschaftlich organisierte Siedlungen als Anzeiger sozial-ökologisch ausgerichteter Lebensweisen, wie sie in einem institutionalisierten Kontext Umsetzung finden. Hierzu gehören idealtypisch Genossenschaftssiedlungen in Mehrfamilienhausbebauung, die über ökologische Gebäudestandards und gemeinschaftliche Garten- und Nutzflächen verfügen. Sie liefern materielle Arrangements und soziale Settings für eine potenziell ökologisch verantwortungsvolle Lebensweise. Ebenso weisen die Institutionalisierung als Genossenschaft sowie die Praxis einer solidarischen Mietpreisstaffelung auf ein soziales Verantwortungsbewusstsein und ein Abweichen von kapitalistischen Logiken hin.
- > Im Typ „alternatives Wohnen“ werden Initiativen und Projekte betrachtet, die ohne rechtliche Legitimation bestehen, geduldet werden, und/oder denen temporär eine rechtliche Zulässigkeit eingeräumt wird. Als Besonderheit dieses Typs verkörpert die gewählte Wohnform einen Protest gegen das kapitalistische Wirtschaftssystem und praktiziert Initiativen für bezahlbaren Wohnraum. Die Beteiligten praktizieren damit alternative Lebensweisen in Abgrenzung zum gesellschaftlichen Mainstream. Charakteristisch ist hierbei ein Leben in Einfachheit, aus dem sich ein reduzierter Ressourcenverbrauch im Vergleich zum gesellschaftlichen Durchschnitt ergibt. Als Hinweis hierauf sind die betrachteten Wohnformen nur partiell an die öffentliche Versorgungsinfrastruktur (insb. Strom und Wasser) angebunden. Auch besteht eine unterdurchschnittliche Ausstattung mit technischen Geräten, wie Haushaltsgeräten und Unterhaltungselektronik.
- > Der Typ „Aussteiger“ betrachtet provisorisch und eigenhändig errichtete, informelle Unterkünfte als Anzeiger alternativer Lebensweisen. Hierzu zählen abgeschlossene singuläre Behausungen mit einfachen Ausstattungsstandards, deren Bewohnerinnen und Bewohner typischerweise als Aussteiger bezeichnet werden, die in Abkehr von den gängigen Erwerbsmustern der kapitalistischen Konsumgesellschaft alternative Lebensstrategien zu praktizieren versuchen. Idealtypisch

verfolgen sie ein Leben ohne regulären Gelderwerb unter Beschränkung auf ein Minimum materieller Ausstattung. Dieser Typus wird primär im außerdeutschen Kontext in Südeuropa und Südostasien verortet.

Die so konstruierten Orte dienen als Ausgang ethnographischer *Go-Alongs* (Kusenbach 2003; Kühl 2016). Bewohnerinnen und Bewohner dieser Orte werden als potenzielle Pioniere gelebter Suffizienz in ihrem Alltag begleitet, um ihrer Praxis der Lebensgestaltung näher zu kommen und so mentale, materielle wie institutionelle Infrastrukturen identifizieren zu können, die Suffizienz befördern. Tabelle 1 operationalisiert hierzu die gesuchten Hinweise zur Förderung von Suffizienz.

	<b>Gegenstand</b>	<b>Ziel</b>	<b>Empirischer Blick</b>	<b>Gestaltungsebene</b>
Wollen	Mentale Infrastrukturen	Identifikation handlungsleitender Orientierungen	Überzeugungen Motivationen Emotionen	Lebensweise
		Praktische Wissensvermittlung	Sichtbares Know-how	
Können	Materielle Infrastrukturen	Schaffung förderlicher Nutzungsangebote	Materiell vermittelte Möglichkeiten	Lebensräume
	Institutionelle Infrastrukturen	Anschub durch Anreize und Beschränkungen	Regeln und Verordnungen	Verbindliche Rahmen

Tab. 1: Empirische Hinweise auf Gestaltungsmöglichkeiten gelebter Suffizienz / Quelle: Eigene Darstellung

In der beobachteten Praxis der begleiteten Pioniere werden handlungsleitende Orientierungen erkennbar, die Anhaltspunkte über mentale Infrastrukturen zur gesellschaftlichen Implementierung einer veränderten Lebenspraxis liefern. Hierzu zählen Überzeugungen, Motivationen und Emotionen, die zeigen, wie ein „Wollen“ angeregt werden kann. Ebenso bilden die Praktiken der Pioniere performative Vorbilder zur Neuorientierung von Routinen sowie zur Adaption praktischen Know-hows, wie Suffizienz gelebt werden kann. Daneben zeigen sich materielle Infrastrukturen, die suffiziente Praktiken ermöglichen. Auch lässt sich ableiten, welche institutionellen Rahmen Suffizienz befähigen und legitimieren. Mit diesem Einblick in Infrastrukturen, die ein

Wollen und ein Können gelebter Suffizienz bedingen, können Alternativen zum Mainstream der Konsumgesellschaften aufgezeigt werden. Auch lässt sich erkennen, was Suffizienz behindert. Dabei geht es weniger um die Benennung konkreter Praktiken der Suffizienz, als vielmehr darum, den Blick auf alternative Ideen zu öffnen und Angebote und Möglichkeiten zur praktischen Adaption herauszustellen.

## 7 Fazit und Ausblick

Der dargelegte Ansatz verdeutlicht Möglichkeiten zur strategischen Umsetzung einer gesellschaftlichen Transformation vor dem Hintergrund des Suffizienzprinzips. Konkret lassen sich hierzu aus der Beobachtung bereits bestehender Praktiken gelebter Suffizienz politische Programme und Maßnahmen der räumlichen Planung ableiten, die durch eine strategische Gestaltung geeigneter Infrastrukturen Impulse für die Veränderung sozialer Praktiken geben. Dabei sollte es das Ziel sein, gesellschaftliche Selbstverständnisse des Konsumismus aufzuweichen. Viele Ansätze, die im Kontext einer Transformation verfolgt werden, setzen bei einem Wandel im Kleinen an, etwa wenn Projekte lokal erprobt und Potenziale ihrer Verbreitung ausgelotet werden. Wenige Ansätze und Initiativen streben demgegenüber nach Veränderungen bestehender Gesellschaftssysteme und hierin etablierter Selbstverständnisse und Praxisformen (Howaldt/Schwarz 2017: 243). Genau dies erscheint jedoch notwendig, um den Pfad der nicht-nachhaltigen Lebensweisen überwinden zu können. Einige Autoren, wie Jonas (2017), gehen einen Schritt weiter und fordern eine Neubestimmung der anthropozentrischen Mensch-Umwelt-Verhältnisse als Ausgang eines gesellschaftlichen Wandels. Hier steht die Diskussion von Konzepten und Lösungen weitgehend am Anfang. Der dargelegte Ansatz kann dabei helfen, Vorbilder für unkonventionelle Formen der Lebensführung zu identifizieren, um hierüber Ideen davon zu entwickeln, was es heißt, Suffizienz zu leben. Gesucht sind gerade Möglichkeiten zur Überwindung des Mainstreams zugunsten postmaterialistischer Denk- und Handlungsweisen, in der die Umwelt als Schutzgut behandelt wird.

Inwiefern sich postmaterialistische Denk- und Handlungsweisen verbreiten, unterliegt sozialen Aushandlungen. Dieser Aspekt konnte in diesem Beitrag nicht betrachtet werden, ist aber von zentraler Bedeutung für die Verbreitung der konzipierten alternativen Lebensweisen. So ist etwa zu fragen, wie eine auf Suffizienz gerichtete Praxis eine ebensolche Normalität erlangen kann, wie sie derzeit etablierten Praktiken inhärent ist (Link 2013; Jaeggi 2014). Maßgebend sind hier insbesondere Interessenskoalitionen, Machtbeziehungen und Regime, die gesellschaftliche Gefüge durchsetzen und handlungsleitende Sinnmuster schaffen. So muss zunächst das Selbstverständnis einer weitgehend nicht-nachhaltigen Lebensweise überwunden werden, um Suffizienz zu etablieren. Dabei bieten mentale und materielle Infrastrukturen Potenziale, neben sachlichen Argumentationen emotionale Anreize und praktische Möglichkeiten zugunsten nachhaltiger Lebensweisen aufzuzeigen. Jedoch wird ein Wandel schwer ohne eine „Politik der Suffizienz“ gelingen, die institutionelle und infrastrukturelle Rahmenbedingungen liefert (Best/Hanke/Richters 2013: 110 ff.).



---

## Literatur

- Adler, F. (2016): Transformation zur Postwachstumsgesellschaft – ja, aber wie und wer? Jena. = Working Paper der DFG-Kollegforscher\_innengruppe Postwachstumsgesellschaften 3/2016.
- Adler, F.; Schacht Schneider, U. (2010): Green new deal, Suffizienz oder Ökosozialismus? Konzepte für gesellschaftliche Wege aus der Ökokrise. München.
- Best, B.; Hanke, G.; Richters, O. (2013): Urbane Suffizienz. In: Schweizer-Ries, P.; Hildebrand, J.; Rau, I. (Hrsg.): Klimaschutz & Energienachhaltigkeit. Die Energiewende als sozialwissenschaftliche Herausforderung. Saarbrücken.
- BMUB – Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, Bau und Reaktorsicherheit; UBA – Umweltbundesamt (Hrsg.) (2017): Umweltbewusstsein in Deutschland 2016. Ergebnisse einer repräsentativen Bevölkerungsumfrage. Berlin/Dessau-Roßlau.  
[https://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/376/publikationen/umweltbewusstsein\\_deutschland\\_2016\\_bf.pdf](https://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/376/publikationen/umweltbewusstsein_deutschland_2016_bf.pdf) (17.07.2018).
- Böhle, F. (2018): Arbeit und Belastung. In: Böhle, F.; Voß, G. G.; Wachtler, G. (Hrsg.): Handbuch Arbeitssoziologie. Bd. 2: Akteure und Institutionen. 2. Aufl. Wiesbaden, 59-98.
- Brand, U. (2014): Transition und Transformation: Sozialökologische Perspektiven. In: Brie, M. (Hrsg.): Futuring. Perspektiven der Transformation im Kapitalismus über ihn hinaus. Münster, 242-280.
- Elgin, D.; Mitchell, A. (1977): Voluntary simplicity. In: Planning Review 5 (6), 13-15.
- Fischer, C.; Gießhammer, R. (2013): Mehr als nur weniger. Suffizienz: Begriff, Begründung und Potenziale. = Öko-Institut Working Paper 2/2013.  
[www.oeko.de/oekodoc/1836/2013-505-de.pdf](http://www.oeko.de/oekodoc/1836/2013-505-de.pdf) (01.08.2018).
- Frey, R. (2005): Infrastruktur. In: Ritter, E.-H. (Hrsg.): Handwörterbuch der Raumordnung. Hannover, 469-475.
- Fromm, E. (1976): Haben oder Sein. Die seelischen Grundlagen einer neuen Gesellschaft. München.
- Haubl, R. (2009): Wahres Glück im Waren-Glück? In: APuZ – Aus Politik und Zeitgeschichte (32/33), 3-8.
- Haubl, R.; Hausinger, B.; Voß, G. G. (Hrsg.) (2013): Riskante Arbeitswelten. Zu den Auswirkungen moderner Beschäftigungsverhältnisse auf die psychische Gesundheit und die Arbeitsqualität. Frankfurt/M.
- Howaldt, J.; Schwarz, M. (2010): Soziale Innovation – Konzepte, Forschungsfelder und -perspektiven. In: Howaldt, J.; Jacobsen, H. (Hrsg.): Soziale Innovation. Auf dem Weg zu einem postindustriellen Innovationsparadigma. Wiesbaden, 87-108.
- Howaldt, J.; Schwarz, M. (2017): Die Mechanismen transformativen Wandels erfassen. Plädoyer für ein praxistheoretisches Konzept sozialer Innovationen. In: GAIA – Ecological Perspectives for Science and Society 26 (3), 239-244.
- Huber, J. (1995): Nachhaltige Entwicklung durch Suffizienz, Effizienz und Konsistenz. In: Fritz, P.; Huber, J.; Levi, H. W. (Hrsg.): Nachhaltigkeit in naturwissenschaftlicher und sozialwissenschaftlicher Perspektive. Stuttgart, 31-46.
- Huber, J. (2000): Industrielle Ökologie. Konsistenz, Effizienz und Suffizienz in zyklusanalytischer Betrachtung. In: Simonis, U. E. (Hrsg.): Global Change. Baden-Baden.
- Hübner, G. (2012): Vom Wissen zum Handeln. Strategien zur Förderung naturverträglichen Verhaltens. In: Erdmann, K.-H.; Schell, C. (Hrsg.): Natur zwischen Wandel und Veränderung. Ursache, Wirkungen, Konsequenzen. Berlin, 193-212.
- Inglehart, R. (1977): The silent revolution. Changing values and political styles among western publics. Princeton, NJ.
- Jackson, T. (2009): Prosperity without growth. Economics for a finite planet. London.
- Jackson, T. (2011): Societal transformations for a sustainable economy. In: Natural Resources Forum 35 (3), 155-164.
- Jaeggi, R. (2014): Kritik von Lebensformen. Berlin.
- John, R. (2013): Alltägliche Nachhaltigkeit. Zur Innovativität von Praktiken. In: Rückert-John, J. (Hrsg.): Soziale Innovation und Nachhaltigkeit. Wiesbaden, 103-132.
- Jonas, M. (2017): Transition or transformation? A plea for the praxeological approach of radical socio-ecological change. In: Jonas, M.; Littig, B. (Hrsg.): Praxeological political analysis. London.
- Kleinhüchelkotten, S. (2005): Suffizienz und Lebensstile. Ansätze für eine milieuorientierte Nachhaltigkeitskommunikation. Berlin.
- Kühl, J. (2016): Walking Interviews als Methode zur Erhebung alltäglicher Raumproduktionen. In: Europa Regional 23 (2), 35-48.



- Kusenbach, M. (2003): Street Phenomenology. In: Ethnography 4 (3), 455-485.
- Link, J. (2013): Versuch über den Normalismus. Wie Normalität produziert wird. Göttingen.
- Linz, M. (2002): Warum Suffizienz unentbehrlich ist. In: Linz, M. (Hrsg.): Von nichts zu viel: Suffizienz gehört zur Zukunftsfähigkeit. Über ein Arbeitsvorhaben des Wuppertal Instituts. Wuppertal, 7-26. = Wuppertal Papers 125.
- Lütge, C. (2013): Suffizienz aus Sicht einer modernen Ethik. Keine sinnvolle Idee. In: Politische Ökologie 135, 33-38.
- Ott, K.; Voget, L. (2013): Suffizienz: Umweltethik und Lebensstilfragen. In: Beckers, J.O.; Preußger, F.; Rusche, Th. (Hrsg.): Dialog – Reflexion – Verantwortung. Zur Diskussion der Diskurspragmatik; Dietrich Böhler zur Emeritierung. Würzburg.
- Paech, N. (2005): Nachhaltigkeit zwischen ökologischer Konsistenz und Dematerialisierung: Hat sich die Wachstumsfrage erledigt? In: Natur und Kultur 6 (1), 52-72.
- Paech, N. (2016): Befreiung vom Überfluss. Auf dem Weg in die Postwachstumsökonomie. München.
- Sachs, W. (2015): Suffizienz. Umriss einer Ökonomie des Genug. In: wuf UmweltWirtschaftsForum 23 (1-2), 3-9.
- Schiemann, C.; Wilmsen, F. (2017): Umsetzungsmöglichkeiten postwachstumsökonomischer Suffizienz- und Subsistenzansätze in der urbanen Praxis? Bremen.
- Schulz, C. (2012): Post-Wachstums-Ökonomien – (k)ein Thema für die Wirtschaftsgeographie? In: Zeitschrift für Wirtschaftsgeographie 56 (4), 264-273.
- Schwarz, M.; Howaldt, J.; Kopp, R. (2015): Soziale Innovation im Wechselspiel von Erfindung und Nachahmung – Eine praxistheoretische Perspektive mit Rekurs auf die Sozialtheorie von Gabriel Tarde. In: Österreichische Zeitschrift für Soziologie 40 (4), 411-428.
- Shove, E.; Pantzar, M.; Watson, M. (2012): The dynamics of social practice. Everyday life and how it changes. Los Angeles.
- Stengel, O. (2011): Suffizienz. Die Konsumgesellschaft in der ökologischen Krise. München. = Wuppertaler Schriften zur Forschung für eine nachhaltige Entwicklung 1.
- WBGU – Wissenschaftlicher Beirat der Bundesregierung Globale Umweltveränderungen (2011): Welt im Wandel. Gesellschaftsvertrag für eine Große Transformation. Hauptgutachten. Berlin.
- WCED – World Commission on Environment and Development (1991): Our common future. (Brundtland Report). Oxford.
- Welzer, H. (2011): Mentale Infrastrukturen. Wie das Wachstum in die Welt und in die Seelen kam. Berlin.
- Wenzel, E.; Kirig, A.; Rauch, C. (2008): Greenomics. Wie der grüne Lifestyle Märkte und Konsumenten verändert. München.
- Zapf, W. (1994): Über soziale Innovationen. In: Zapf, W. (Hrsg.): Modernisierung, Wohlfahrtsentwicklung und Transformation. Berlin, 23-40.

---

## Autorin

*Jana Kühl (\*1984) studierte Geographie, Soziologie und Öffentliches Recht an der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel und promovierte an der Fakultät Raumplanung der TU Dortmund zum Thema „Grün in der Stadt“. Derzeit ist sie an der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel tätig und bearbeitet dort eine Akzeptanzstudie zum Einsatz autonomer Busse im ÖPNV. Zu ihren Forschungsthemen zählen nachhaltige Mobilität, städtisches Grün sowie gesellschaftliche Denk- und Handlungsweisen. Daneben widmet sie sich der Weiterentwicklung qualitativer Methoden im Kontext raumbezogener Praktiken.*