

Märkle, Stefanie; Rumberg, Michael; Hägele, Gabriele

## Working Paper

# Die Umsetzbarkeit des Postwachstumsgedankens: Ergebnisse einer 30-Tage-Challenge

VÖÖ Discussion Paper, No. 7/2020

### Provided in Cooperation with:

Vereinigung für Ökologische Ökonomie e.V. (VÖÖ), Heidelberg

*Suggested Citation:* Märkle, Stefanie; Rumberg, Michael; Hägele, Gabriele (2020) : Die Umsetzbarkeit des Postwachstumsgedankens: Ergebnisse einer 30-Tage-Challenge, VÖÖ Discussion Paper, No. 7/2020, Vereinigung für Ökologische Ökonomie (VÖÖ), Heidelberg

This Version is available at:

<https://hdl.handle.net/10419/220335>

#### 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-nc-nd/4.0/>

## Die Umsetzbarkeit des Postwachstumsgedankens: Ergebnisse einer 30-Tage-Challenge

Stefanie Märkle, Michael Rumberg, Gabriele Hägele

Hochschule für Forstwirtschaft Rottenburg

**Zusammenfassung:** In einem experimentellen Projekt wird die Frage untersucht, in wie weit Konsument\*innen bereit sind, ihre Lebensstile den Erfordernissen einer Wirtschaft ohne Wachstum anzupassen. Die Untersuchung erfolgt im Rahmen einer 30-Tage-Challenge an der Hochschule für Forstwirtschaft Rottenburg. Das Ergebnis zeigt, dass die freiwillige Umsetzung von zentralen Prinzipien der Postwachstumsökonomie durch den Einzelnen im Alltag unter den gegebenen Rahmenbedingungen und „Normalitäten“ nur teilweise machbar ist. Wichtige Barrieren sind die persönlichen Kosten und die gesellschaftlichen Konventionen.

**Lizenz/Licence:** Creative Commons BY-NC-ND 4.0. [creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0)

**Herausgeber/Publisher:** Vereinigung für Ökologische Ökonomie e. V., Heidelberg.

c/o: Corinna Vosse, Kaskelstr. 17, 10317 Berlin, Germany. [info@voeoe.de](mailto:info@voeoe.de) · [www.voeeoe.de](http://www.voeeoe.de)

VÖÖ-Diskussionspapiere stellen Forschungsergebnisse und Thesen für eine sozial-ökologische Wirtschaft und Gesellschaft vor.  
VÖÖ discussion papers present research results and theses for a socio-ecological economy and society.



## 1 Einleitung

In ihrem vom Club of Rome in Auftrag gegebenen Forschungsbericht „The Limits to Growth“ warnten die Autoren bereits 1972, dass die Menschheit an ihre Grenzen stoßen wird, sofern sie weiterlebt wie bisher (Meadows et al., 1972). Rockström et al. (2009) weisen in ihrem vielzitierten Werk 2009 auf die Belastungsgrenzen der Ökosysteme hin und nehmen eine Bewertung vor, in welchem Maß diese Belastungsgrenzen heute bereits überschritten sind. In dem 2017 erschienenen Buch „Wir sind dran“ beschreiben Weizsäcker und Wijkman (2017) „was wir ändern müssen, wenn wir bleiben wollen“, denn wir stehen heute wie damals vor unzähligen Herausforderungen ökologischer, ökonomischer und sozialer Natur.

In ökologischer Hinsicht steht aktuell insbesondere der Klimawandel im Mittelpunkt der politischen und gesellschaftlichen Diskussion. Mit dem 2016 in Kraft getretenen Pariser Klimaschutzabkommen wurde das gemeinsame Ziel vereinbart, den Anstieg der globalen Durchschnittstemperatur auf deutlich unter 2 Grad Celsius zu begrenzen (UNFCCC, 2015). Angesichts kontinuierlich steigender globaler Kohlendioxidemissionen (Friedlingstein et al., 2019) erscheint dieses Ziel unter Beibehaltung unserer bisherigen Lebensgewohnheiten zu ambitioniert (Soentgen, 2020). Aber auch der Verlust der biologischen Vielfalt, unter anderem aufgrund der industriellen Landwirtschaft, ist Folge und zugleich unmittelbare Bedrohung unseres aktuellen Gesellschafts- und Wirtschaftsmodells (FAO, 2019).

Hinsichtlich der Frage, wie den aktuellen, vor allem ökologischen Herausforderungen begegnet werden kann, existiert ein großes Spektrum verschiedener Ansichten und Ansätze (z. B. Land, 2016; Schulz und Affolderbach, 2015).

Zuletzt hat die Europäische Kommission beim Amtsantritt von Ratspräsidentin von der Leyen das Konzept eines „Green Deals“ vorgestellt. Ziel dieses Konzepts ist es, auf Basis von Effizienzsteigerung und Kreislaufwirtschaft eine Klimaneutralität im europäischen Wirtschaftsraum zu erreichen (EC, 2019). Unter dem Schlagwort der „Green Economy“ finden sich vergleichbare Konzepte von Bundesministerien (z. B. BMBF, 2016) und Unternehmen (Walz et al., 2017). Auch der Begriff des „Green Growth“ wird in diesem Zusammenhang genutzt, Jänicke (2012) erläutert die Chancen eines „Grünen Wachstums“ durch eine Transformation der Wirtschaft hin zu einer auf „Grüne Technologien“ ausgerichteten Unternehmens- und Produktentwicklung. Einen Verzicht auf Wachstum sieht er nicht als eine valide Option für eine ökologischere Wirtschaftsweise an. Bei den Konzepten des „Grünen Wachstums“ bleibt somit Wirtschaftswachstum weiterhin das Ziel, jedoch mit geringerem Ressourcenverbrauch, dem Schließen von Stoffkreisläufen und dem Einsatz von erneuerbaren Energien und Ressourcen. Um ein solches „Grünes Wachstum“ zu erzielen müssten sich Wachstum und Ressourcenverbrauch sowohl relativ als auch absolut entkoppeln lassen.

Dass insbesondere letzteres möglich ist, bezweifeln Ver-

treter der wachstumskritischen Ansätze. Dabei handelt es sich um alternative Konzepte eines neuen und nachhaltigeren Wirtschaftens jenseits der Wachstumsorientierung. Diese Ansätze haben gemeinsam, dass sie auf eine Gesellschaft abzielen, in der die Menschen genügsamer, unabhängiger und regionaler orientiert leben und arbeiten (Paech, 2013c; Jackson, 2017).

## 2 Ausgangslage und Fragestellung

Es existieren demnach Ideen und Konzepte, wie eine Wirtschaft ohne Wachstum etabliert werden könnte. Allerdings ist die praktische Umsetzung der Postwachstumskonzepte noch wenig untersucht worden. Suffizienz in Privathaushalten wurde von Speck (2016) analysiert. Ihre Untersuchung zeigt, dass sich ein suffizienteres Handeln bis heute nicht durchgesetzt hat, aber möglich ist.

Infrage gestellt wird seitens der Kritiker\*innen einer Postwachstumsökonomie insbesondere die Bereitschaft der Konsument\*innen, ihre Lebensstile den Erfordernissen einer solchen Wirtschaftsweise anzupassen (vgl. z. B. Fücks, 2013). Diese Lücke hinsichtlich der praktischen Umsetzung ist in der vorliegenden Arbeit mit Hilfe eines experimentellen Projektes untersucht worden. Die daraus gewonnenen Erkenntnisse sollen einen Beitrag dazu leisten, den bisherigen Wissensstand hinsichtlich der Umsetzbarkeit und Lebbarkeit der Postwachstumsökonomie in der Praxis zu ergänzen.

In der Untersuchung wurde, (im Hinblick auf ihre Alltags-tauglichkeit bzw. Lebbarkeit), auf suffizienz- und subsistenzorientierte sowie regionalwirtschaftliche Ansätze der Postwachstumsökonomie nach Paech (2013c) zurückgegriffen. Sie bilden den Ausgangspunkt der Untersuchung. Das von Paech entwickelte Konzept der Postwachstumsökonomie wurde aufgrund seiner Konkretheit für die empirische Untersuchung unter den verschiedenen zur Auswahl stehenden Strömungen in der Postwachstumsforschung ausgewählt.

Denn laut Schmelzer (2015) existiert im deutschsprachigen Raum unter dem Begriff Postwachstum „ein vielgestaltiges Feld von Positionen zur sozialökologischen Transformation.“ (Schmelzer, 2015:116). Er unterscheidet fünf Ansätze mit unterschiedlicher gesellschaftlicher Stoßrichtung: konservativ, sozialreformerisch, suffizienzorientiert, kapitalismuskritisch sowie feministisch (a.a.O.: 117 ff.). Schmelzer ordnet Paech und sein Konzept der suffizienzorientierten Denkschule zu. Die Vertreter des suffizienzorientierten, wie auch die des kapitalismuskritischen Ansatzes, halten „eine grundlegende Abkehr vom Wachstum für unumgänglich und erstrebenswert“ (Schmelzer, 2015: 119).

Auf Basis der Auswahl des Postwachstums-Konzepts von Paech lautete die Forschungsfrage demnach:

*Inwieweit lassen sich Suffizienz und Subsistenz, als zentrale Prinzipien der Postwachstumsökonomie nach Niko Paech, von einem/r Einzelnen im Alltag umsetzen?*

Die Untersuchung erfolgte im Rahmen einer „Challenge“, das heißt einem einmaligen Experiment, das innerhalb eines

geschützten Rahmens (Hochschule für Forstwirtschaft Rotenburg) sowie innerhalb eines begrenzten Zeitraums von 30 Tagen durchgeführt wurde. Zentrales Erhebungsinstrument stellte ein speziell entwickeltes Challenge-Tagebuch dar. Die Challenge-Teilnehmer\*innen waren aufgefordert, ihre Umsetzungsziele und -erfolge mit Hilfe eines Tagebuches zu dokumentieren. In Ergänzung dazu wurden ex ante und ex post Daten erhoben, um die Selbstwirksamkeitserwartungen und Erfahrungswerte der Teilnehmenden erfassen zu können. Die dazu verwendeten Methoden waren eine schriftliche Befragung und eine Methode in Anlehnung an Placemat (oder auch Platzdeckchen-Methode genannt, vgl. Pädagogisches Landesinstitut Rheinland-Pfalz, o. J.). Die erhobenen Daten wurden anhand statistischer Verfahren sowie einer qualitativen Inhaltsanalyse ausgewertet.

### 3 Konzept der Postwachstumsökonomie nach Paech

Paech beschreibt in seinem Buch „Befreiung vom Überfluss: Auf dem Weg in die Postwachstumsökonomie“ (2013c) warum eine Postwachstumsökonomie nötig ist und wie sie umgesetzt werden kann. Seine Streitschrift basiert auf drei Thesen. Die *erste These* lautet: „Unser ohne Wachstum nicht zu stabilisierender Wohlstand ist das Resultat einer umfassenden ökologischen Plünderung.“ (Paech 2013c:10).

Paech nennt u.a. körperliche, räumliche und zeitliche Entgrenzung als Ursachen dafür, dass die Menschen über ihre Verhältnisse leben. „Alle Praktiken, welche dazu verhelfen, materiell über seine Verhältnisse zu leben, schmälern auf einem endlichen Planeten die Möglichkeiten anderswo oder in der Zukunft lebender Menschen.“ (Paech 2013c:61). Er bezeichnet dies als Gerechtigkeitsproblem des 21. Jahrhunderts und wirft die Frage auf: „Was darf sich ein einzelnes Individuum an materiellen Freiheiten insgesamt aneignen, ohne sozial oder ökologisch über seine Verhältnisse zu leben?“ (Paech, 2013a:19).

Jeder Mensch dürfe danach lediglich die Menge an ökologischen Ressourcen verbrauchen, mit der die irdische Tragkapazität auf Dauer erhalten werden kann. Einem Individuum stünden zum Beispiel lediglich 2,7 t CO<sub>2</sub> pro Jahr zu. Auf diese Weise ließe sich das Zwei-Grad-Klimaschutzziel erreichen (Paech, 2013c:57). Derzeit liegen die Gesamtemissionen an Treibhausgasen, dominiert von CO<sub>2</sub>, pro Kopf in Deutschland, jedoch zwischen 10 und 11 Tonnen im Jahr (UBA, 2019). Für Paech sind die viel zu hohen Pro-Kopf-Emissionen das Ergebnis bzw. ein Indikator für die „umfassende ökologische Plünderung“ (Paech 2013c:10.).

Die *zweite These* lautet: „Jegliche Anstrengungen, wirtschaftliches Wachstum durch technische Innovationen von ökologischen Schäden zu entkoppeln, sind bestenfalls zum Scheitern verurteilt.“ (Paech, 2013c:10.).

Sie richtet sich damit gegen die in der Einleitung ausgeführten Annahmen und Konzepte des „Grünen Wachstums“. Bei Konzepten rund um diesen Begriff stehen weniger ein

kultureller als ein technischer Wandel im Vordergrund. Dieser soll durch die Schaffung einer möglichst hohen ökologischen Effizienz in allen Bereichen erreicht werden. Während beim „Grünen Wachstum“ der Blick auf Objekte gerichtet wird, es also das Ziel ist, möglichst effiziente und konsistente Produkte, Dienstleistungen und Technologien zu schaffen, ist die Postwachstumsökonomie subjektorientiert und richtet damit den Fokus auf kulturelle Praktiken, auf das soziale Verhalten und Miteinander. (a.a.O.:72 ff.).

Das Schützen der Ökologie bei gleichzeitigem Aufrechterhalten aller individuellen Selbstverwirklichungsansprüche und Gewinnaussichten sieht Paech als einen Widerspruch bzw. das gesamte Konzept des „Grünen Wachstums“ als eine Illusion. Er vertritt die Ansicht, dass wir uns mit einer anderen Konzeption bzw. Definition der nachhaltigen Entwicklung auseinandersetzen müssen und plädiert für die „Befreiung vom Überfluss“ als einzigen Ausweg, denn Reduktion sei das einzig noch verantwortbare Gestaltungsprinzip für die frühindustrialisierten Gesellschaften des globalen Nordens und deren Lebensstile im 21. Jahrhundert.

Seine *dritte These* lautet: „Das Alternativprogramm einer Postwachstumsökonomie würde zwar auf eine drastische Reduktion der industriellen Produktion hinauslaufen, aber erstens die ökonomische Stabilität der Versorgung (Resilienz) stärken und zweitens keine Verzichtslösung darstellen, sondern sogar die Aussicht auf mehr Glück eröffnen.“ (Paech, 2013c:10).

Weil, laut Paech, jegliche Konsumhandlung nicht ohne Zeitverbrauch zu haben sei, werde die Zeit zum Engpassfaktor und die einzelnen Konsumoptionen könnten infolgedessen nur noch flüchtig „angetriggert“ werden. Hierdurch bleibe die positive Wirkung des rein rechnerisch zunehmenden Konsumwohlstandes aus oder kehre sich ggf. sogar um (Paech, 2013b: 201).

Ein solcher Konflikt durch Konsumhandlungsaktionen könne nur dann verhindert werden, wenn der „Wohlstandsballast“ abgeworfen werde und die Konzentration auf das Wesentliche in den Vordergrund rücke. Suffizienz speise sich infolgedessen nicht nur aus der Notwendigkeit, ökologische Verantwortung zu übernehmen, weil es für die meisten ökologischen Probleme keine technischen Lösungen gebe, sondern folge neben der Logik der Verantwortung gleichzeitig der des Selbstschutzes.

Vor dem Hintergrund dieser drei Thesen kommt Paech zu dem Schluss, dass es der Beseitigung jeglicher Ursachen für Wachstumsabhängigkeiten und -zwänge bedürfe, um zu einer ökologisch und sozial zukunftsfähigen Ökonomie zu gelangen. Eine solche Transformation benötige insgesamt fünf Schritte des Abtragens überflüssiger Ansprüche (siehe Abb. 1).

Dabei ist, so hat Paech in einem Interview geäußert, jedoch zu beachten, dass „[d]ie Befähigung zu einer maßvolleren Lebensführung [...] Menschen, die darin ungeübt sind, nicht einfach aufoktroiert werden [kann]. Erst wenn eine gewisse Quantität an Menschen, die Rede ist von einer sogenannten »kritischen Masse«, als Postwachstumspioniere

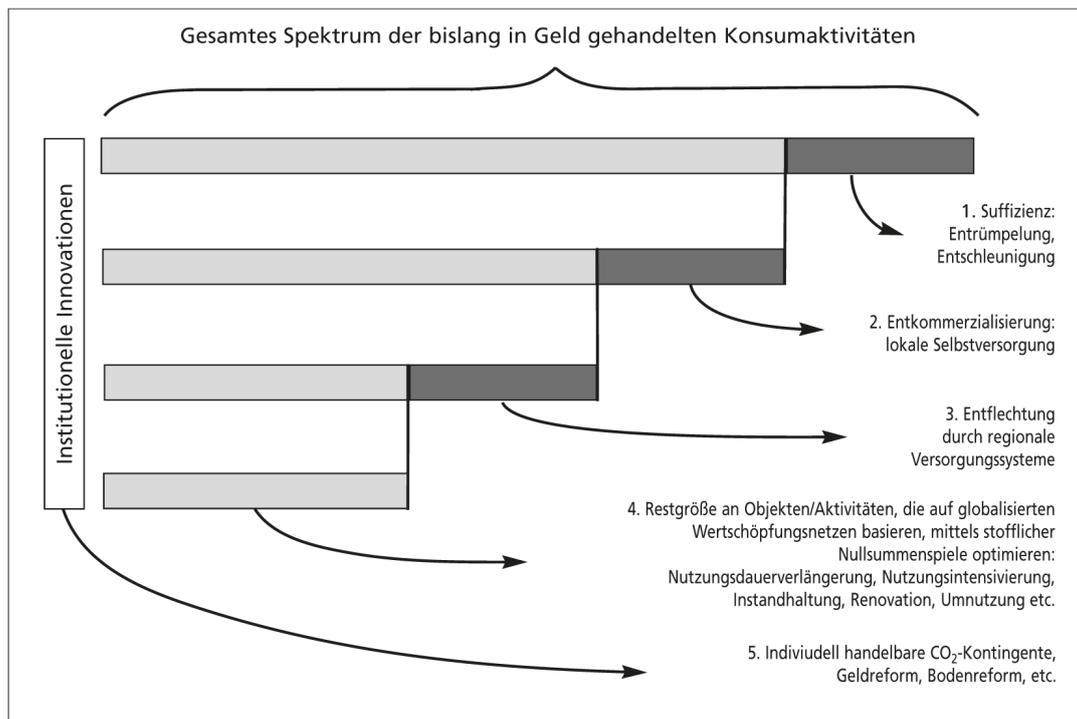


Abbildung 1: Fünf Schritte zur Postwachstumsökonomie: Reduktion und Umbau. Quelle: Paech, 2009:30.

in Erscheinung tritt, kann die Politik den Mut fassen, daran anzuknüpfen und diesen Entwicklungspfad zu unterstützen.“ (Storz, 2017: 6.).

#### 4 Beschreibung des Hochschulprojekts

Bei dem durchgeführten Projekt handelt es sich um ein hochschuldidaktisches Mikroprojekt, das an der Hochschule für Forstwirtschaft Rottenburg (HFR) durchgeführt und das im Rahmen von „HUMUS – Hochschuldidaktisch und -methodisch unterstützte Selbstinitiierung von Lernprozessen an HAWen in Baden-Württemberg“ vom baden-württembergischen Landesministerium für Wissenschaft, Forschung und Kunst gefördert wurde.

Die HFR ist eine staatliche Hochschule für angewandte Wissenschaften mit Sitz in Rottenburg am Neckar in Baden-Württemberg. Die Besonderheit dieser Hochschule ist, dass alle Studiengänge am Prinzip der Nachhaltigkeit ausgerichtet sind. Die HFR wurde u.a. fünf Mal in Folge durch die deutsche UNESCO-Kommission als Projekt der UN-Dekade „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ ausgezeichnet und ist die kleinste Exzellenzhochschule Deutschlands. Außerdem ist sie eine der ersten Hochschulen in Baden-Württemberg mit der Auszeichnung „Fairtrade-University“.

Mit knapp 1100 Studierenden aus insgesamt fünf Bachelor- und drei Masterstudiengängen, sowie der Hochschule angehörigen Mitarbeiter\*innen, war der Kreis der potenziellen Challenge-Teilnehmer\*innen am Projekt definiert. Die Auswahl gewährleistete eine einfache Erreichbarkeit, diente aber auch dem Ziel, einen geschützten Rahmen zu

bieten.

Das Projekt ermöglichte es den Studierenden und Mitarbeiter\*innen der HFR, ein theoretisches gesellschaftliches Konzept in der praktischen Umsetzung zu erproben. Die Idee hierfür entstand im Rahmen der Lehrveranstaltung „Postwachstumstheorie und Gemeinwohlökonomie“ im Zusammenhang mit der Frage nach der Umsetzbarkeit der vorgestellten Gesellschaftsmodelle. Das Projektteam setzte sich aus drei Studierenden, begleitet von einer wissenschaftlichen Mitarbeiterin und einem Hochschuldozenten, zusammen.

Im Rahmen einer ersten Informationsveranstaltung wurde das Konzept der Postwachstumsökonomie und das damit verbundene Challenge-Projekt an der Hochschule einem breiten Publikum vorgestellt. Mit dieser ersten Veranstaltung sollte das Interesse der Zuhörerschaft am Thema Postwachstum geweckt und eine Motivation zur Teilnahme an der 30-Tage-Challenge geschaffen werden. An dieser Veranstaltung nahmen ca. 90 Zuhörer\*innen teil.

#### 5 Untersuchungsmethodik

Die grundsätzliche Zielsetzung des Projekts und seine Erkenntnisinteressen, die sowohl auf ein vertieftes Verstehen als auch auf ein zuverlässiges Zählen und Messen gerichtet waren, erforderten einen breit angelegten Forschungsansatz. Hierfür erschien die Kombination qualitativer und quantitativer Methoden zweckmäßig. Auf Basis dieser Grundsatzentscheidung wurde ein experimentelles Untersuchungsdesign entwickelt, bei dem zu drei verschiedenen Zeitpunkten – zum Projektstart, während der Projektdurchführung und zum

Projektabschluss – mit Hilfe verschiedener Messinstrumente Daten erhoben wurden.

Im Vorfeld der eigentlichen Challenge – zum *Projektstart* – sollten in erster Linie Selbstwirksamkeitserwartungen und Einschätzungen der Teilnehmer\*innen erhoben werden. Hierfür kam ein Fragebogen zum Einsatz, der von den Teilnehmer\*innen im Rahmen der Auftaktveranstaltung ausgefüllt wurde. Die erhobenen Daten wurden mit Hilfe einfacher deskriptiver Statistik ausgewertet.

Als Grundlage der Untersuchung – während der eigentlichen *Projektdurchführung* – diente das Buch „Befreiung vom Überfluss: Auf dem Weg in die Postwachstumsökonomie“ von Paech (2013c). Um innerhalb einer begrenzten Zeitspanne (30 Tage) zu erkunden, inwieweit es Einzelnen möglich ist, postwachstumsökonomie-kompatible Praktiken im Alltag umzusetzen, war es in einem ersten Schritt notwendig, auf Basis der von Paech formulierten zentralen Schritte zur Postwachstumsökonomie diejenigen zu identifizieren, die unmittelbar von einem Einzelnen beeinflusst bzw. gestaltet werden können. Dies trifft (vgl. Abb. 1), auf die folgenden ersten drei Schritte zu:

1. Suffizienz, Entrümpelung, Entschleunigung
2. Entkommerzialisierung, lokale Selbstversorgung
3. Entflechtung durch regionale Versorgungssysteme

In einem nächsten Schritt musste dieses theoretische Konzept so aufbereitet werden, dass dessen identifizierter Kern bestehend aus Suffizienz, Subsistenz sowie Regionalität für die Teilnehmer\*innen „lebbar“ wird. Hierfür wurden, entliehen aus dem Konzept des ökologischen Fußabdrucks (Brot für die Welt, 2019) vier Lebensbereiche identifiziert, die sich von einem Einzelnen steuern lassen: Mobilität, Ernährung, Konsum sowie Leben und Wohnen.

Für diese vier Lebensbereiche wurden auf Basis verschiedener Literatur (vgl. z. B. Koglin/Rohde, 2016; Öko Challenge, 2017) beispielhaft Praktiken für eine suffiziente, subsistente und regional orientierte Lebensweise in den jeweiligen Bereichen ermittelt, um einen Handlungs- und Orientierungsleitfaden zu erstellen, der es den Teilnehmer\*innen ermöglichte, diese in ihren Alltag zu integrieren. Dieser Handlungs- und Orientierungsleitfaden wurde als Challenge-Tagebuch zur Dokumentation der individuellen Erfahrungen und zur Reflexion des eigenen Verhaltens entwickelt.

Das Tagebuch enthielt eine Kurzanleitung für das Vorgehen in den folgenden 30 Tagen sowie Vorschläge zur Verhaltensdokumentation. Daran schloss sich eine kurze Einführung zum Thema „Wachstum ohne Grenzen?“ an. Die Teilnehmer\*innen wurden dazu aufgefordert, ihren aktuellen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck zu berechnen und einzutragen. Dies sollte vor allem die Selbstreflexion anregen.

Im Hauptteil des Tagebuchs ging es um die Darstellung der Verhaltenszielbereiche und die Erfassung der täglichen Zielerreichungsgrade bei der Umsetzung der Praktiken für eine suffiziente, subsistente und regionalisierte Lebensweise.

Die formulierten Ziele in den vier Lebensbereichen sind in den Tabellen 1 bis 4 dargestellt.

Die Zielverfolgung innerhalb der Challenge wurde im Wochenrhythmus angelegt, sodass jede Woche eine Zielbestimmung stattfand. Damit konnten sich die Teilnehmer\*innen innerhalb der vier Zielbereiche an unterschiedlichen Varianten während der 30 Tage erproben. Pro Lebensbereich waren (pro Woche) mindestens drei der vorgegebenen Ziele auszuwählen, wobei die Option bestand, sich ein Ziel selbst zu bestimmen. Mit Hilfe der Zielabfrage sollten die Teilnehmer\*innen täglich dokumentieren, ob das Ziel erreicht/nicht erreicht wurde. Außerdem war mit Hilfe einer endpunktbenannten Skala von 1 (leicht) bis 4 (sehr schwer) zu dokumentieren, wie schwierig dieses Ziel umzusetzen war. Letztlich bekamen die Teilnehmer\*innen jede Woche die Möglichkeit, Kommentare zur jeweiligen Woche in einem Freifeld einzutragen.

Der letzte Teil des Tagebuchs bestand aus einem Informationsteil über die Lebensbereiche (vgl. Abb. 2) sowie Tipps zur Umsetzung.

Während des gesamten Challenge-Zeitraums wurden die Teilnehmer\*innen von der Projektgruppe mittels Informationen und Anregungen rund um das Thema Postwachstum begleitet. Dies sollte vor allem die Durchhaltungsmotivation stärken, aber auch die Bedeutung des Experimentes herausstellen.

#### Mobilität

M1	Verzicht auf Flugreisen
M2	Kurzstrecken zu Fuß oder mit dem Rad zurücklegen
M3	Überwiegende Nutzung des ÖV bei längeren Strecken (regional)
M4	PKW-Nutzung über Car-Sharing oder Fahrgemeinschaften
M5	<i>Eigenes Wahlziel</i>
M6	<i>Eigenes Wahlziel</i>

Tabelle 1: Ziele im Bereich Mobilität.

#### Ernährung

E1	Weniger Fleisch (evtl. auch weniger tierische Produkte)
E2	Kauf und Verzehr saisonaler Produkte
E3	Energieeffizient kochen
E4	Überwiegend bio statt konventionell
E5	Vermeiden von Foodwaste
E6	Kauf und Verzehr regionaler Produkte
E7	Weitestgehender Verzicht auf verarbeitete Produkte
E8	<i>Eigenes Wahlziel</i>
E9	<i>Eigenes Wahlziel</i>

Tabelle 2: Ziele im Bereich Ernährung.

<b>Konsum</b>	
K1	Kauf regional hergestellter Gebrauchsgüter/ Dienstleistungen (Made in Germany, Lokal, Regional, ...)
K2	Gebrauchsgüter tauschen (z. B. Teilnahme an Tauschringen) oder verschenken
K3	Gebraucht kaufen
K4	Gebrauchsgüter leihen/teilen (gemeinschaftliche Nutzung)
K5	Pflege / Instandhaltung von Gebrauchsgütern oder Reparieren statt Neukaufen
K6	Upcycling statt wegwerfen
K7	Erwerb von Kompetenzen zur Anfertigung von Produkten bzw. Leistungen/ Selbermachen
K8	Verzichten statt Kaufen
K9	<i>Eigenes Wahlziel</i>
K10	<i>Eigenes Wahlziel</i>

Tabelle 3: Ziele im Bereich Konsum.

<b>Leben &amp; Wohnen</b>	
L1	Keine Geräte auf Standby / nicht gebrauchte Geräte ausschalten
L2	Verzicht auf ein / mehrere elektrische Gerät(e)
L3	Nutzung von Akkus anstatt Batterien
L4	Wasch- und Geschirrspülmaschine voll beladen und richtig dosieren
L5	Wasserverbrauch reduzieren
L6	Verzicht auf Plastik / Verpackungsmüll reduzieren
L7	<i>Eigenes Wahlziel</i>
L8	<i>Eigenes Wahlziel</i>

Tabelle 4: Ziele im Bereich Leben &amp; Wohnen.

Nach ungefähr zwei Wochen lud das Projektteam die Teilnehmer\*innen zu einem Halbzeit-Treffen ein. Im Fokus stand vor allem ein Erfahrungsaustausch der Teilnehmenden, sowie mit dem Projektteam. Die finale Auswertung der Challenge-Tagebücher nach Ablauf der 30 Tage erfolgte wiederum mittels deskriptiver Statistik.

Mit dem *Abschlussworkshop* sollte ein Forum geschaffen werden, in dem die Teilnehmer\*innen ihre Erfahrungen mitteilen und diskutieren konnten. Zudem war das Forum auch eine erste Station, bei der Eindrücke zum Verlauf der Challenge eingesammelt werden konnten. Es gab die Möglichkeit für Rückmeldungen zu Fragen der Attraktivität und Umsetzbarkeit und von Barrieren des Ansatzes im Alltag.

Das Projektteam wählte im Vorfeld folgende Leitthemen aus:

1. Was hat gut geklappt?
2. Was war eher schwierig?
3. Wie war das Challenge-Konzept?
4. Welche Perspektive ergibt sich aus den Erfahrungen für die Zukunft?

In Anlehnung an die sog. Platzdeckchen-Methode (auch „Placemat“ genannt) (vgl. Pädagogisches Landesinstitut Rheinland-Pfalz, o. J.) wurde für jedes Thema eine „Papier-Tischdecke“ mit ca. drei bis vier Fragen vorbereitet.

Diese Art der Selbstreflexion diente nicht nur der Dokumentation der Erfahrungen der Teilnehmer\*innen, sondern zeichnete gleichzeitig auch das Stimmungsbild nach der Challenge. Zur Auswertung der Datenerhebung wurde die qualitative Inhaltsanalyse – mit der Analysetechnik der Strukturierung – nach Mayring (2015) eingesetzt.

# Mobilität

## Schon gewusst?

### Flugreisen

„Ein Flug von Deutschland auf die Malediven und zurück (Entfernung: 2 x 8.000 km) verursacht pro Person eine Klimawirkung von über fünf Tonnen CO<sub>2</sub>. Mit einem Mittelklassewagen können Sie dafür mehr als 30.000 km fahren.“<sup>2</sup>

Laut Bundesumweltamt ist Fliegen damit **die klimaschädlichste Art sich fortzubewegen**.

Ob ein Mensch klimafreundlich lebt, hängt also maßgeblich von seinen Flugreisen ab.

Über [www.atmosfair.de](http://www.atmosfair.de) kannst Du den CO<sub>2</sub>-Fußabdruck Deines Fluges berechnen (kompensieren).

### Motorisierter Individualverkehr (MIV)

„Fast 95 Prozent der CO<sub>2</sub>-Emissionen des Mobilitätssektors werden im Straßenverkehr erzeugt.“<sup>3</sup>

Über [www.dekra.de/de-de/co2-rechner/](http://www.dekra.de/de-de/co2-rechner/) kannst Du ermitteln, wie viel CO<sub>2</sub> Dein Auto produziert.

Eine **bewusstere Autonutzung** und der Umstieg auf **klimafreundliche Verkehrsmittel** wie Fahrrad, Bus und Bahn können laut der gemeinnützigen Beratungsgesellschaft co2online bereits einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz leisten.

#### Mach mit

Autofreier Tag an der Hochschule (Juni)

Fahrgemeinschaften zur Hochschule bilden über ILIAS

<sup>2</sup> <https://www.umweltbundesamt.de/umwelttipps-fuer-den-alltag/mobilitaet/flugreisen#textpart-1>

<sup>3</sup> <https://www.co2online.de/klimaschuetzen/mobilitaet/einfuehrung-oekologisch-reisen-mobil-sein/>

## Klimafreundlich unterwegs

### Tipps und Anregungen



Immer wenn möglich sollte man auf Flugreisen und Autofahren verzichten.

- Arbeiten, einkaufen und erholen möglichst in der Region
- Kurzstrecken zu Fuß oder mit dem Rad zurücklegen
- Überwiegend öffentliche Verkehrsmittel nutzen wie Bus und Bahn (Auto max. 833 km pro Monat)
- Lastenrad nutzen (selbstbauen): [www.werkstatt-lastenrad.de](http://www.werkstatt-lastenrad.de)

Und wenn es zwischendurch nicht ohne Auto geht:

- Einkaufsgemeinschaften bilden
- Carsharing
- Mitfahrgelegenheiten: [www.blablacar.de](http://www.blablacar.de), [www.fahrgemeinschaft.de](http://www.fahrgemeinschaft.de), [www.bessermittfahren.de](http://www.bessermittfahren.de), [www.mifaz.de](http://www.mifaz.de) (für Pendler)
- Effizienz durch spritsparende Fahrweise  
(Fahren mit niedriger Drehzahl, regelmäßiges Überprüfen des Reifendrucks, Nutzen der Motorbremse, Verzicht auf Klimaanlage...)

Abbildung 2: Informationsteil Mobilität.

## 6 Ergebnisse

Im Folgenden werden die Ergebnisse der Untersuchung zum Zeitpunkt der jeweiligen Datenerhebungen dargestellt.

Insgesamt wurden bei der Auftaktveranstaltung zum *Projektstart* 44 Fragebögen ausgefüllt und von den Teilnehmer\*innen zur Auswertung abgegeben. Die soziodemographische Abfrage ergab folgendes Bild:

- Bei 9 von 44 Teilnehmer\*innen handelte es sich um Mitarbeiter\*innen der HFR. Der andere Teil – 35 Teilnehmer\*innen – setzte sich aus Studierenden zusammen.
- Das Alter der Teilnehmenden variierte zwischen 19 und 55 Jahren. Der Altersdurchschnitt lag bei 27 Jahren.
- Während der Altersdurchschnitt bei den Mitarbeiter\*innen bei 38 Jahren lag, betrug der Altersdurchschnitt bei den Studierenden 24 Jahre.
- Abzüglich zwei Personen ohne Angabe nahmen an der Studie 20 weibliche sowie 22 männliche Personen teil.

Im Durchschnitt schätzten die Befragten zum Projektstart ihren derzeitigen Lebensstil als ausgewogen (Tendenz zu relativ suffizient) ein, wobei die weiblichen Teilnehmerinnen ihren derzeitigen Lebensstil als suffizienter einschätzten als die männlichen Teilnehmer. Zwischen Studierenden und Mitarbeiter\*innen konnte kein Unterschied festgestellt werden. Die Frage nach bereits gelebten Praktiken in Verbindung mit Postwachstumsansätzen bejahten alle Teilnehmenden. Besonders oft wurden „Bewusster Konsumverzicht“, die „Nutzungsverlängerung“ und die „Gemeinschaftsnutzung“ als bereits realisierte Aktivitäten benannt.

Im Schnitt schätzten die Teilnehmenden die Umsetzung eines postwachstumstauglichen Lebensstils in Anlehnung an Paech als eher schwierig ein.

Bei der Frage nach Barrieren für die Umsetzung des Postwachstumsgedankens (von Stengel (2011) formuliert) gab ein überwiegender Teil der Befragten an, dass sie „Persönliche Kosten“ sowie „Kapitalismus“ für große Barrieren bei der Umsetzung hielten, gefolgt vom „Konsumismus“. „Bestehende Konventionen“ und „Verantwortung“ wurden hingegen kaum als eine Barriere angesehen.

Im Schnitt schätzten die Teilnehmer\*innen ihre erwartete Erfolgsquote auf 63 %. Die Erfolgsquotenannahme der Mitarbeiter\*innen war mit 51 % deutlich niedriger als die Erfolgsquotenannahme der Studierenden mit 67 %. Beim Vergleich zwischen Frauen und Männern lag die erwartete Erfolgsquote der weiblichen Teilnehmerinnen bei 57 %, während die männlichen Teilnehmer eine Erfolgsquote von 68 % erwarteten.

Die Auswertung der Challenge-Tagebücher nach der Projektdurchführung resultierte in folgenden Ergebnissen:

Insgesamt wurden 23 Challenge-Tagebücher von 44 ausgegebenen Tagebüchern von den Teilnehmer\*innen zur Aus-

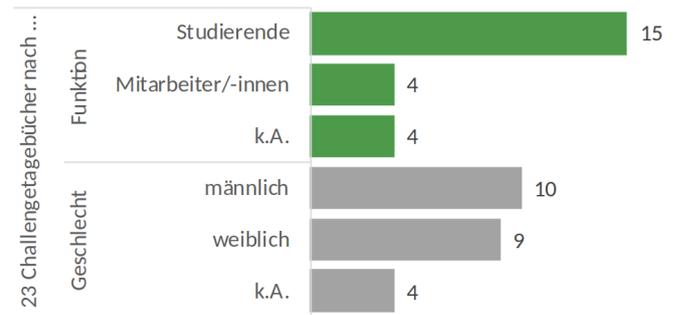


Abbildung 3: Anzahl abgegebener Challenge-Tagebücher.



Abbildung 4: Durchschnittlicher CO<sub>2</sub>-Fußabdruck (t/Jahr) zu Beginn der Challenge.

wertung abgegeben (vgl. Abb. 3). Dies ergibt eine „Durchhalterate“ von 52 %.

Der von 16 Teilnehmer\*innen zu Projektbeginn berechnete CO<sub>2</sub>-Fußabdruck liegt, wie in Abb. 4 dargestellt, im Schnitt bei 7,97 t pro Jahr. Hier gibt es zwischen Studierenden und Mitarbeiter\*innen einen signifikanten Unterschied. Während der CO<sub>2</sub>-Ausstoß der Studierenden bei 7,37 t pro Jahr liegt, emittieren die Mitarbeiter\*innen mit 11,73 t pro Jahr rund 60 % mehr CO<sub>2</sub>.

Innerhalb des 30-tägigen Experiments wählten die Teilnehmer\*innen 993 Ziele aus. Aus den Bereichen Mobilität, Konsum sowie Leben & Wohnen waren es im Durchschnitt jeweils 2,5 Ziele pro Woche und im Bereich Ernährung im Durchschnitt drei Ziele. Jede/r Teilnehmer/in wählte somit durchschnittlich fast 11 Ziele pro Woche aus.

Die Häufigkeit der gewählten einzelnen Ziele ist in den Abb. 5–8 dargestellt:

Im Bereich Mobilität wurde das Ziel „Kurzstrecken zu Fuß oder mit dem Rad zurücklegen“ (75mal) am häufigsten ausgewählt.

Im Bereich Ernährung wurden die Ziele „Überwiegend bio statt konventionell“ (47 mal) und „Vermeiden von Foodwaste“ (46 mal) am häufigsten ausgewählt.

Das Ziel „Verzicht statt Kaufen“ (68 mal) wurde mit deutlichem Abstand am häufigsten für den Bereich Konsum ausgewählt.

Im Bereich Leben & Wohnen ist das Ziel „Erwerb von Kompetenzen zur Anfertigung von Produkten bzw. Dienstleistungen“ (71 mal) das am häufigsten ausgewählte Ziel. Danach folgt „Keine Geräte auf Standby/nicht gebrauchte Geräte abschalten“ (61 mal).

Der Schwierigkeitsgrad der Zielerreichung (pro Tag) wur-

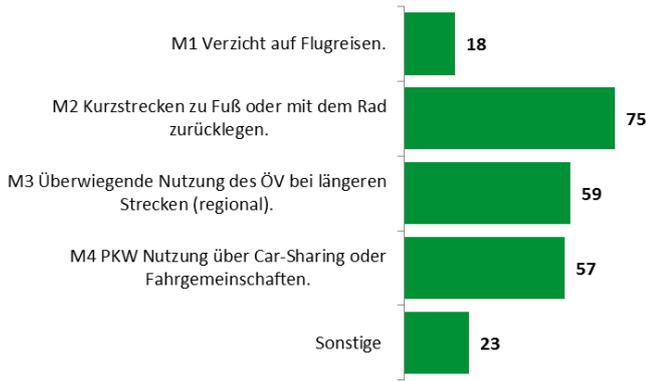


Abbildung 5: Anzahl der gewählten Ziele im Bereich Mobilität.

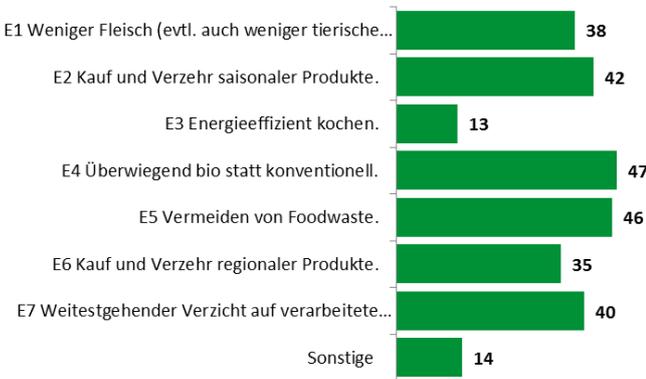


Abbildung 6: Anzahl der gewählten Ziele im Bereich Ernährung.

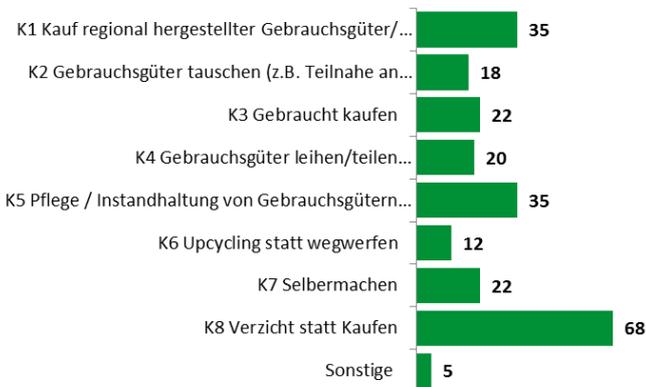


Abbildung 7: Anzahl der gewählten Ziele im Bereich Konsum.

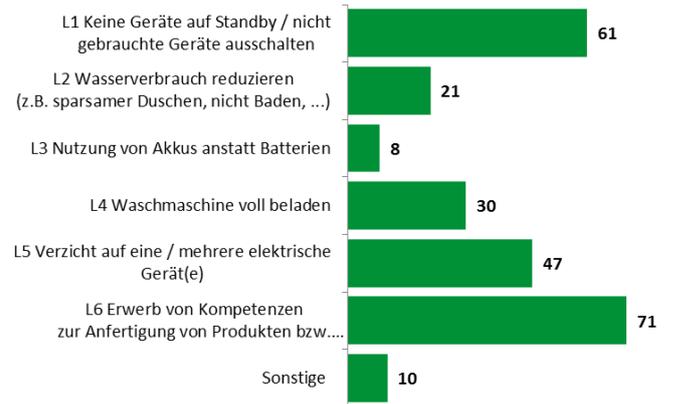


Abbildung 8: Anzahl der gewählten Ziele im Bereich Leben & Wohnen.

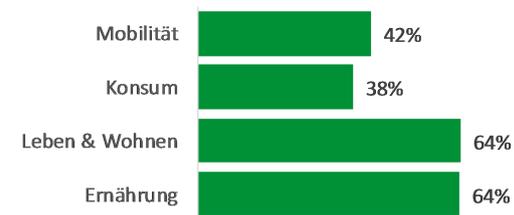


Abbildung 9: Durchschnittliche realisierte Erfolgsquote der Teilnehmer\*innen nach Kategorien.

de im Schnitt mit „mittel“ bewertet. Keines der vorgegebenen Ziele wurde im Durchschnitt als „sehr schwer“ oder „schwer“ bewertet. Mobilität war die einzige Kategorie, deren Zielerreichung die Teilnehmer\*innen im Durchschnitt als „leicht“ bewerteten.

Die durchschnittliche realisierte Erfolgsquote lag bei 52 %. Deutliche Unterschiede gab es zwischen den Bereichen Ernährung, Leben & Wohnen (jeweils 64 %) und den Bereichen Mobilität, Konsum (jeweils etwa 40 %) (vgl. Abb. 9).

Tendenziell waren die weiblichen Teilnehmerinnen erfolgreicher (vgl. Abb. 10) als die männlichen Teilnehmer. Bei der Unterscheidung zwischen den Studierenden und Mitarbeiter\*innen waren die Studierenden mit 55 % deutlich erfolgreicher in der Umsetzung als die Mitarbeiter\*innen mit 36 % Erfolgsquote.

Bei den gesteckten Zielen ergibt sich hinsichtlich der realisierten Erfolgsquote – vgl. Abb. 11–14 – folgendes Bild:

Im Bereich Mobilität sticht insbesondere die hohe Erfolgsquote von 64 % für das Ziel „Kurzstrecken zu Fuß und mit dem Rad zurücklegen“ (M2) hervor, während im Bereich Ernährung alle vorgegebenen Ziele eine Erfolgsquote von über 50 % aufweisen, mit dem Ziel „Vermeiden von Foodwaste“ (E5) mit 82 % an der Spitze. Eine sehr heterogene Zielerreichungsquote zeigt sich im Bereich Konsum mit Quoten von 6 % bis 70 %. Das Ziel „Gebrauchsgüter leihen und

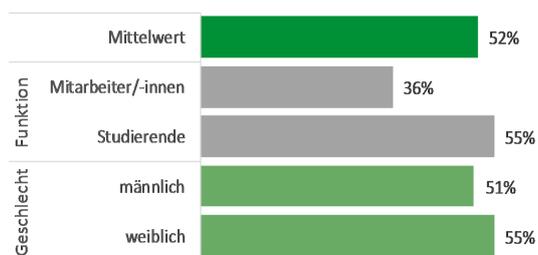


Abbildung 10: Durchschnittliche tatsächliche Erfolgsquote der Teilnehmer\*innen.

teilen“ (K4) schneidet hier mit 70 % am erfolgreichsten ab. Im Bereich Leben und Wohnen erzielen die Ziele „Keine Geräte auf Stand-by“ (L1) und „Verzicht auf ein/mehrere elektrische Geräte“ (L5) mit jeweils 80 % Erfolgsquote die höchsten Werte.

Am *Abschlussworkshop* nahmen insgesamt neun Personen teil, davon waren vier weiblich und fünf männlich, sieben Studierende, und zwei Mitarbeiter\*innen.

Die Teilnehmer\*innen waren positiv überrascht von der Aktualität des Themas Postwachstum und empfanden dieses als sehr interessant. Zudem waren die Teilnehmer\*innen von der Fülle an gut umzusetzenden Alternativen, die es im Alltag gibt, beeindruckt. Das immer wieder Neuentdecken verschiedener Handlungsalternativen, die einen persönlichen und gesellschaftlichen Mehrwert bringen, wirkte sich motivierend auf die Teilnehmer\*innen aus. Laut den Angaben fiel den Teilnehmer\*innen am Abschlussworkshop, im Gegensatz zur Gesamtgruppe, die Umsetzung der Ziele im Bereich Mobilität, insbesondere der Autoverzicht, leicht. Als nächster erfolgreich gestalteter Lebensbereich wurde das Thema Ernährung genannt. Insbesondere das Ziel, auf Fleisch zu verzichten, fiel den Teilnehmer\*innen leicht.

Negativ überrascht hatte die Teilnehmer\*innen mehrheitlich die Menge an Verpackungsmüll/ Plastik, die sie produzieren. Diesen Themenkomplex empfanden sie zudem auch als eher schwierig bei der Erreichung ihrer Ziele. Mangels Alternativen konnten die Teilnehmer\*innen diese Ziele nicht zu ihrer Zufriedenheit erreichen, teilweise wurde Resigna-

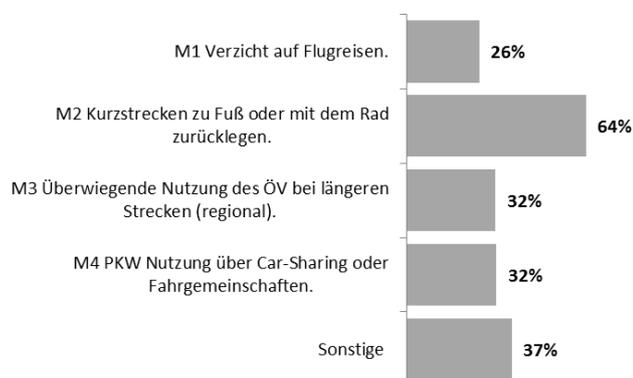


Abbildung 11: Erfolgsquote Bereich Mobilität.

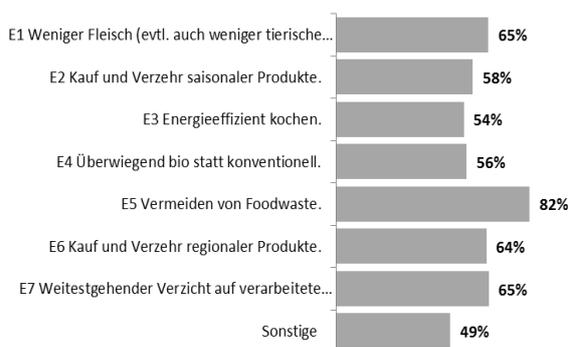


Abbildung 12: Erfolgsquote Bereich Ernährung.

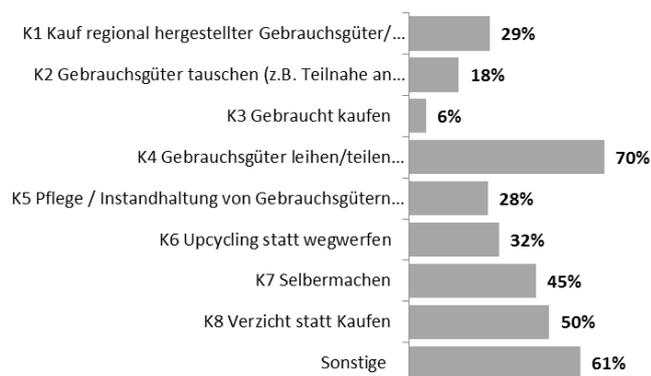


Abbildung 13: Erfolgsquote Bereich Konsum

tion benannt. Als schwierig empfunden wurde außerdem der soziale Druck bei der Umsetzung der Ziele, in Anbetracht der Herausforderung, sich anders zu verhalten als die breite Masse. Überrascht waren die Teilnehmenden von der Erkenntnis, wie schwierig es ist, in verschiedenen Lebensbereichen parallel das eigene Verhalten zu verändern. Dies war auch ein Grund, warum die Challenge von einigen abgebrochen wurde. Gewohnheit, soziales Umfeld und Mangel an Alternativen/Zeit wurden als die größten Hindernisse bei der Umsetzung beschrieben.

Die Herangehensweise, Struktur und Umsetzung der Challenge wurde generell als gelungen angesehen. Die Begrenzung auf 30 Tage empfanden die Teilnehmer\*innen als wichtig. Teilweise war diese Möglichkeit des Ausprobierens über einen begrenzten Zeitraum eine wichtige Motivation für die Teilnehmer\*innen.

Mit Blick auf die Zukunft konnten sich die Teilnehmer\*innen durch die Challenge neue Alltagsroutinen beim Einkauf aneignen. Die Challenge hat bei den Teilnehmer\*innen vor allem im Bereich Leben & Wohnen zu Veränderungen des Lebensstils geführt. Mehrheitlich glaubten die Teilnehmer\*innen, ihren neuen Lebensstil nach der Challenge beizubehalten.

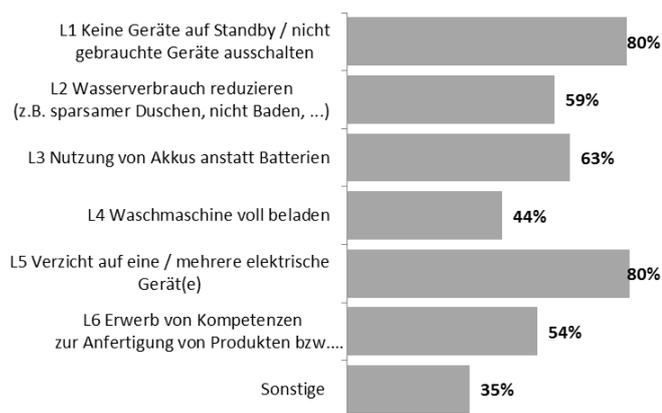


Abbildung 14: Erfolgsquote Bereich Leben &amp; Wohnen

## 7 Diskussion

Die grundsätzliche Herangehensweise, die Struktur und die Umsetzung der Postwachstums-Challenge wurden von den Teilnehmer\*innen des Abschluss-Workshops als gelungen empfunden. Mit Blick auf die Vorgehensweise und die angewandten Methoden lassen sich dennoch verschiedene Schwächen der Untersuchung bzw. des Experiments identifizieren.

Zunächst ist festzuhalten, dass die final zur Verfügung stehende Anzahl von 23 Tagebüchern aufgrund der geringen Zahl nur bedingt als Grundlage für mögliche Erkenntnisse aus dieser Untersuchung dienen kann. Auf eine Diskussion der Ergebnisse zu der Sub-Gruppe der Mitarbeiter\*innen wurde aufgrund der kleinen Anzahl ( $n = 4$ ) verzichtet. Dazu kommt, dass auf der einen Seite für ein solches Projekt eine Organisation wie eine Hochschule einen guten Experimentierrahmen für neue Konzepte und Ideen bildet, es aber nicht übersehen werden darf, dass die Untersuchungsgruppe nicht als repräsentativ für die Allgemeinheit angesehen werden kann. Zum anderen ist die Hochschule aufgrund ihrer thematischen Ausrichtung – und somit auch die Gruppe der hier Arbeitenden und Studierenden – nicht repräsentativ für Arbeitende und Studierende in Deutschland. Schließlich ist festzuhalten, dass, auch wenn es von den Teilnehmenden nicht genannt wurde, der Umfang (12 Ziele pro Woche) und der Detaillierungsgrad der Dokumentation (täglich) gegebenenfalls auch einen Beitrag zur der geringen „Durchhaltequote“ bzw. den begrenzten Erfolgsquoten beigetragen hat. In einem zukünftigen Projektdesign würde das Projektteam einen größeren Freiheitsgrad für die Teilnehmer\*innen anstreben.

Betrachtet man den starken Rückgang der Teilnehmerzahl von 90 Zuhörer\*innen bei der Informationsveranstaltung vor Projektbeginn hin zu den 9 Teilnehmer\*innen beim Abschlussworkshop, so lassen sich verschiedene Vermutungen anstellen. Eine mögliche Interpretation ist, dass die Challenge methodisch und/oder inhaltlich zu anspruchsvoll für die Teilnehmer\*innen war. Bezüglich des methodischen Anspruchs wurden bereits entsprechende Ausführungen gemacht.

Es scheint jedoch auch so zu sein, dass die Inhalte der Postwachstums-Challenge zu hohen Abbruchraten bei den Teilnehmer\*innen geführt haben. Und das, obwohl sich die Teilnehmer\*innen hinsichtlich ihrer Affinität zum Thema Postwachstum in der Befragung zu Projektbeginn als „ausgewogen“, mit Tendenz zu „relativ suffizient“ eingeschätzt haben, bereits alle Teilnehmenden Vorerfahrungen mit entsprechenden Praktiken benannt hatten und der CO<sub>2</sub>-Fußabdruck der Teilnehmenden relativ niedrig war.

Gewohnheit wird als einer der Hauptgründe für einen Abbruch bzw. die nicht Erreichung der Ziele genannt. Dies stimmt tendenziell mit der in der schriftlichen Befragung zu Projektbeginn von den Teilnehmern\*innen durchgeführten Gewichtung der Barrieren (nach Stengel, 2011) überein. „Persönliche Kosten“ werden dort von den Teilnehmer\*innen für eine der größten Barrieren gehalten. Daraus lässt sich schließen, dass der Wille, etwas zu tun, und auch die Erkenntnis, dass etwas getan werden muss, zwar anfangs vorhanden ist, eine Umsetzung jedoch meist dann scheitert, wenn eine persönliche Grenze erreicht ist. Dies ist laut Kopatz (2016) dann der Fall, wenn die Umsetzung bisherige Alltagsroutinen tangiert. Eine Umsetzung wird dann als nicht mehr machbar empfunden. Die persönliche Grenze ist hierbei von Mensch zu Mensch unterschiedlich. Dies trifft genau auf das von Paech beschriebene Dilemma zu. Nach seiner Aussage „[...] begegnen einem tagtäglich Menschen, die der Notwendigkeit des Reduzierens unverträglicher Praktiken bedingungslos zustimmen, um sich dann auf der Hacke umzudrehen, um ein Auto zu besteigen oder ein Flugticket zu lösen.“ (Peters, 2012: 318). Daraus lässt sich schlussfolgern, dass die Postwachstumsökonomie durch einen Einzelnen im Alltag soweit umsetzbar ist, bis die persönliche Grenze des „Wollens“ erreicht ist.

Überraschend ist das Ergebnis, dass der soziale Druck bei der Umsetzung der Ziele, in Anbetracht der Herausforderung, sich anders zu verhalten als die breite Masse, als große Schwierigkeit empfunden wurde. Dies ist insofern interessant, als dass soziale Konventionen in der Vorabfrage als Barriere eher gering eingeschätzt wurden, deckt sich aber mit den Ergebnissen von Speck (2016). Es scheint somit neben der persönlichen Barriere der „Persönlichen Kosten“ eine weitere Barriere der „Sozialen Kosten“ zu geben. Zur Überwindung dieser Barriere bedarf es wohl einer Community, sprich zahlreichen Menschen, die ebenfalls nach dieser Idee leben. In diesem Punkt kann Paech somit zugestimmt werden, wenn er über die Notwendigkeit des Aufbaus sozialer Netzwerke spricht. Ein an der Idee des Postwachstums orientierter Lebensstil ist damit insoweit für einen Einzelnen umsetzbar, als dass er selbst bereit ist, höhere persönliche Kosten zu tragen und von einem Umfeld umgeben ist, das diese Idee mitträgt.

Ein Blick auf die Häufigkeit der gewählten Ziele zeigt zunächst eine große Pluralität, was die Häufigkeit der Wahl der einzelnen Ziele betrifft. Ein bestimmtes Muster lässt sich hier nicht erkennen. Auch wurden zur Motivation der Auswahl der einzelnen Ziele keine Daten erhoben. Interessant

ist, dass Ziele, die sehr eng mit den Kern-Forderungen von Paech (2013c) nach Suffizienz und Subsistenz (vgl. Abb. 1) verbunden sind, am häufigsten von den Teilnehmer\*innen gewählt wurden bzw. die Teilnehmenden sich dieser Ziele angenommen haben. Dazu zählen das Ziel „Verzicht statt Kaufen“ für den Bereich Konsum und das Ziel „Erwerb von Kompetenzen zur Anfertigung von Produkten bzw. Dienstleistungen“ für den Bereich Leben und Wohnen.

Die durchschnittliche realisierte Erfolgsquote bei den einzelnen Zielen liegt bei 52 %. Dieser Wert liegt etwas unter aber im Bereich der erwarteten Erfolgsquote von 63 %. Dies lässt die Schlussfolgerung zu, dass die Teilnehmenden ihre Möglichkeiten relativ realistisch einschätzen konnten.

Interessant ist, dass die weiblichen Teilnehmerinnen im Vorfeld des Experiments ihre Erfolgsquote auf 57 % und die männlichen Teilnehmer auf 68 % schätzten. In der Umsetzung jedoch schnitten weiblichen Teilnehmerinnen mit 55 % erfolgreicher ab als die männlichen Teilnehmer mit 51 %. Es lässt sich festhalten, dass die männlichen Teilnehmer ihre Erfolgchancen überschätzten bzw. in der Umsetzung nicht so erfolgreich waren wie angenommen.

Überraschend ist auch, dass sich hinsichtlich der vier Lebensbereiche eine Zweiteilung ergibt, die nicht einfach erklärt werden kann: In den Bereichen Ernährung, sowie Leben & Wohnen liegt die durchschnittliche Erfolgsquote bei 64 %. In den Bereichen Mobilität sowie Konsum bei um die 40 %. Das Ergebnis im Bereich Mobilität irritiert insofern, als Mobilität die einzige Kategorie war, deren Zielerreichung die Teilnehmer\*innen im Durchschnitt als „leicht“ bewertet haben.

Hinsichtlich der einzelnen Ziele und deren Erfolgsquoten zeigt sich wie bereits bei der Auswahl der Ziele kein Muster. Auch hier wäre es mit Blick auf die Zukunft empfehlenswert, die Gründe für die Zielerreichung bzw. -verfehlung bei den einzelnen Zielen zu erheben. Es ist allein zu beobachten, dass der Bereich Ernährung eine eher homogene Zielerreichungsquote hat, während die drei anderen Bereiche eher stark unterschiedliche Quoten für die einzelnen Ziele zeigen

Die Erwartung der Teilnehmer\*innen, ihren neuen Lebensstil nach der Challenge beizubehalten, wird von der Literatur gestützt. Nach der Ansicht von Kopatz (2016) ist unser Leben durch Alltagsroutinen geprägt. Wäre das anders, könnten wir unseren Alltag kaum bewältigen, denn ein ständiges Abwägen von Eventualitäten wäre aufwendig und anstrengend. „Auf Dauer würde es uns zermürben, bei jedem Einkauf überlegen zu müssen, welches Stück Butter und welche Packung Milch im Einkaufswagen landen soll.“ (Kopatz, 2016:61). Die meisten Entscheidungen treffen wir deshalb einmalig auf Basis der zu diesem Zeitpunkt verfügbaren Informationen. Für die Zukunft bedeutet das, dass es auch erstmal dabei bleibt. Sofern sich die Erfahrungen der Challenge bei den Teilnehmenden somit bereits als Verhaltensmuster verfestigt haben, besteht eine faire Chance, diese Muster auch beizubehalten.

## 8 Fazit

Abschließend lässt sich die zu Beginn gestellte Forschungsfrage anhand der Ergebnisse dieses kleinen Experiments wie folgt beantworten: Die freiwillige Umsetzung von zentralen Prinzipien der Postwachstumsökonomie durch den Einzelnen im Alltag ist, wie die im Rahmen der vorliegenden Untersuchung erreichte Erfolgsquote von 52 % zeigt, unter den gegebenen Rahmenbedingungen und „Normalitäten“ nur teilweise machbar. Und dies obwohl in dem vorliegenden Projekt die Dauer des Versuchs auf 30 Tage stark begrenzt war und eine themenaffine Gruppe an Studierenden und Mitarbeiter\*innen einer Hochschule angesprochen wurde. Wichtige Barrieren sind die persönlichen Kosten und die gesellschaftlichen Konventionen. Um beide Barrieren zu überwinden und im Sinne des Ansatzes von Paech eine kritische Masse zu erreichen, erscheinen den Autoren, über den Willen des Einzelnen zur Veränderung und einem geeigneten sozialen Umfeld hinaus, weitere Faktoren notwendig. Diese könnten politische Rahmensetzungen und ein verändertes Verhalten von Wirtschaftsakteuren sein. In beiden Fällen mit dem Ergebnis der Verringerung der genannten Barrieren.

Die vorliegende Untersuchung ergänzt damit den bisherigen Stand des Wissens zum Thema Umsetzbarkeit der Postwachstumsökonomie insofern, als dass sie aufzeigt, dass es bei der Umsetzung im Alltag Grenzen gibt, bei dem, was man durch Motivation und Durchhaltevermögen erreichen kann. Damit leistet sie hoffentlich einen kleinen Beitrag zu einem bisher wenig erforschten Bereich der Postwachstumsökonomie, dessen Bedeutung sicherlich noch weiter wachsen wird.

## Literatur

- BMBF** (2016): Green Economy: Gesellschaftlicher Wandel. Bundesministerium für Bildung und Forschung. <https://www.bmbf.de/de/green-economy-gesellschaftlicher-wandel-564.html>. Abgerufen am 22. Februar 2020.
- Brot für die Welt** (2019): Schätze Deinen ökologischen Fußabdruck. [https://www.brot-fuer-die-welt.de/fileadmin/mediapool/blogs/Kuestner\\_Johannes/arbeitsblatt\\_fussabdrucktest.2019.pdf](https://www.brot-fuer-die-welt.de/fileadmin/mediapool/blogs/Kuestner_Johannes/arbeitsblatt_fussabdrucktest.2019.pdf). Abgerufen am 22. Februar 2020.
- EC** (2019): Der europäische Grüne Deal. Mitteilung der Kommission an das Europäische Parlament, den Europäischen Rat, den Rat, den Europäischen Wirtschafts- und Sozialausschuss und den Ausschuss der Regionen. European Commission COM(2019) 640 final. [https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/european-green-deal-communication\\_de.pdf](https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/european-green-deal-communication_de.pdf). Abgerufen am 22. Februar 2020.
- FAO** (2019): The State of the World's Biodiversity for Food and Agriculture. In: Bélanger, J; Pilling, D. (Hrsg.): FAO Commission on Genetic Resources for Food and Agriculture Assessments. Food and Agriculture Organization of the United Nations, Rome. <http://www.fao.org/3/CA3129EN/CA3129EN.pdf>. Abgerufen am 22. Februar 2020.
- Friedlingstein** et al. (2019): The Global Carbon Budget 2019. *Earth Syst. Sci. Data*, 11, Seite 1783–1838.
- Fücks, R.** (2013): *Intelligent wachsen. Die grüne Revolution*. München: Carl Hanser Verlag.
- Jackson, T.** (2017): *Wohlstand ohne Wachstum – das Update*. München: oekom Verlag.
- Jänicke, M.** (2012): "Green growth": From a growing eco-industry to economic sustainability. *Energy Policy* 48, S. 13–21.
- Koglin, I. & Rohde, M.** (2016): *Und jetzt retten wir die Welt!. Wie du die Veränderung wirst, die du dir wünschst. Das Handbuch für Idealisten und Querdenker*. Stuttgart: Franckh-Kosmos Verlags-GmbH & Co. KG.
- Kopatz, M.** (2016): *Ökoroutine. Damit wir tun, was wir für richtig halten*. München: oekom Verlag.
- Land, R.** (2016): Der ökologische Umbau der Industriegesellschaft braucht fundierte ökonomische Konzepte. In: *Momentum Quartely*, 5/3, S. 139–155.
- Mayring, P.** (2015): *Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken* (12. Auflage). Weinheim und Basel: Beltz Verlag.
- Meadows, D.H.; Meadows, D.L.; Randers, J.; Behrens, W.** (1972): *The limits to growth*. Washington D.C.: Potomac.
- Öko Challenge (o.V.)** (2017): *Die Öko-Challenge – Bewusst leben und konsumieren*. München/Grünwald: Verlag Komplet-Media GmbH.
- Pädagogisches Landesinstitut Rheinland-Pfalz** (o.J.): *Placemat (Platzdeckchen-Methode)*. [https://heterogenitaet.bildung-rp.de/fileadmin/user\\_upload/lernen-in-vielfalt.bildung-rp.de/03\\_Materialien/3\\_2\\_Aktivierung/3\\_2\\_5\\_Placemat/Placemat.Download.pdf](https://heterogenitaet.bildung-rp.de/fileadmin/user_upload/lernen-in-vielfalt.bildung-rp.de/03_Materialien/3_2_Aktivierung/3_2_5_Placemat/Placemat.Download.pdf). Abgerufen am 15. August 2019.
- Paech, N.** (2009): Die Postwachstumsökonomie – ein Vademecum. In: *Zeitschrift für Sozialökonomie*, 160-161/2009, S. 28–31.
- Paech, N.** (2013a): Maßvolle Lebensstile – Lob und Reduktion. In: oekom e.V. – Verein für ökologische Kommunikation (Hrsg.), *Vom Rechten Maß – Suffizienz als Schlüssel zu mehr Lebensglück und Umweltschutz*, S. 16–22. München: oekom verlag.
- Paech, N.** (2013b): Wege aus der Wachstumsdiktatur. In: Welzer, H./Wiegandt, K. (Hrsg.), *Wege aus der Wachstumsgesellschaft*, S. 200–219. Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Paech, N.** (2013c): *Befreiung vom Überfluss. Auf dem Weg in die Postwachstumsökonomie* (4. Auflage). München: oekom verlag.
- Peters, G.** (2012): Im Gespräch mit: Niko Paech – Postwachstumsökonomie. In: Woynowski, B., Becker, P., Bertram, A., Bhandari, S., Burger, J., Haver, M., Janssen, A., Lange, J., Miyazaki, J., Peters, G., Ruf, F., Schneider, J., Sempach, J., & Wang, C. (Hrsg.): *Wirtschaft ohne Wachstum?! Notwendigkeit und Ansätze einer Wachstumswende*, S. 316–321. Freiburg: Institut für Forstökonomie.
- Rockström, J., W. Steffen, K. Noone, Å. Persson, F. S. Chapin, III, E. Lambin, T. M. Lenton, M. Scheffer, C. Folke, H. Schellnhuber, B. Nykvist, C. A. De Wit, T. Hughes, S. van der Leeuw, H. Rodhe, S. Sörlin, P. K. Snyder, R. Costanza, U. Svedin, M. Falkenmark, L. Karlberg, R. W. Corell, V. J. Fabry, J. Hansen, B. Walker, D. Liverman, K. Richardson, P. Crutzen, und J. Foley** (2009): Planetary boundaries: exploring the safe operating space for humanity. *Ecology and Society* 14(2): 32.
- Schmelzer, M.** (2015): Spielarten der Wachstumskritik. Degrowth, Klimagerechtigkeit, Subsistenz – eine Einführung in die Begriffe und Ansätze der Postwachstumsbewegung. In: *Le Monde diplomatique, Kolleg Postwachstumsgesellschaften* (Hrsg.): *Atlas der Globalisierung*, S. 116–121. Berlin: TAZ.
- Schulz, C. & Affolderbach, J.** (2015): Grünes Wachstum und alternative Wirtschaftsformen. *Geographische Rundschau* 67(5), S. 4-9.
- Speck, M.** (2016): *Konsum und Suffizienz*. Wiesbaden: SpringerVS.
- Soentgen, J.** (2020): Am Ende des Zwei-Grad-Ziels. *Merkur* 74 / 849, S. 22–33.
- Stengel, O.** (2011): Weniger ist schwer. Barrieren in der Umsetzung suffizienter Lebensstile und wie wir sie überwinden können. In: *GAIA*, 20/1, S. 26–30.
- Storz, W.** (2017): Warum nicht weniger?. Weniger reicht. In: *OXI. Wirtschaft für Gesellschaft. Die Monatszeitung, Juni-Ausgabe* 2017, S. 6–7.
- UBA** (2019): *Treibhausgas-Emissionen in Deutschland*. <https://www.umweltbundesamt.de/daten/klima/treibhausgas-emissionen-in-deutschland>. Abgerufen am 22. Februar 2020.
- UNFCCC** (2015): *Paris agreement*. [https://unfccc.int/sites/default/files/english\\_paris\\_agreement.pdf](https://unfccc.int/sites/default/files/english_paris_agreement.pdf). Abgerufen am 15. August 2019.
- Walz, R.; Gotsch, M.; Gandenberger, C.; Peters, A.; Günther, E.** (2017): *Nachhaltiges Wirtschaften: Stand der Transformation zu einer Green Economy*. Working Paper Sustainability and Innovation No. 03–2017. Fraunhofer ISI.
- Weizsäcker, E.U. & Wijkman, A.** (2017): *Wir sind dran. Güterlosh: Gütersloher Verlagshaus*.