



---

<sup>b</sup>  
**UNIVERSITÄT  
BERN**

**CDE**  
CENTRE FOR DEVELOPMENT  
AND ENVIRONMENT

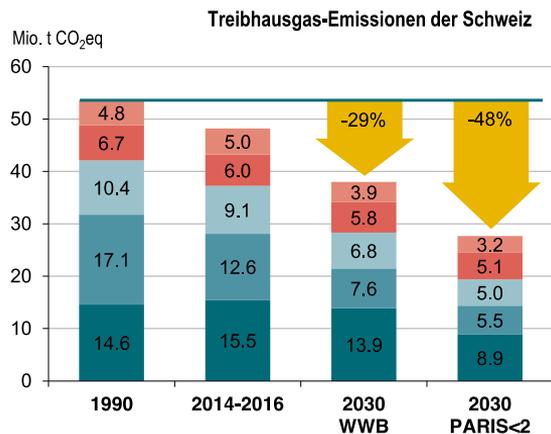
# Mit Suffizienz gegen den Klimawandel

Einsichten aus der Psychologie

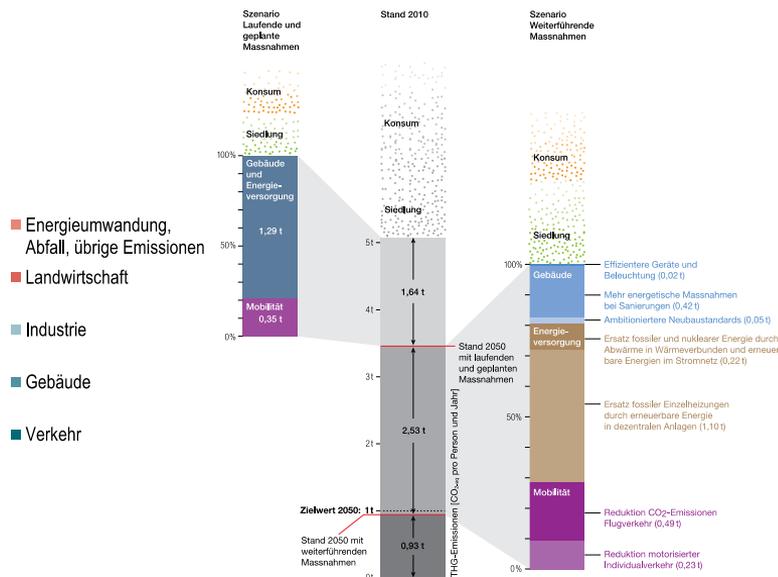
**Stephanie Moser, Universität Bern, Zentrum für Nachhaltige Entwicklung und Umwelt CDE**

ENERGIE Events, Zürich 04. Februar 2020

# Suffizienz – eine Notwendigkeit?



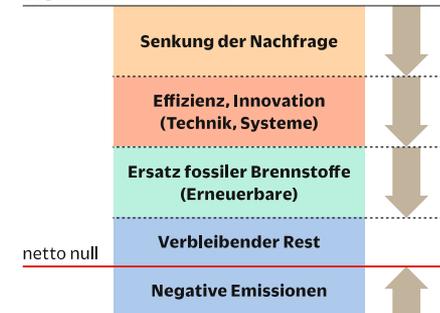
## Potenziale zur Reduktion der Treibhausgasemissionen



## Emissionsfreie Zukunft

### Die erforderlichen Schritte, um einen Netto-null-CO<sub>2</sub>-Ausstoss zu erreichen

CO<sub>2</sub>-Emissionsstand heute



# Effizienz – Konsistenz - Suffizienz



## Effizienz

Ressourcen/Energie effizienter nutzen



## Konsistenz

Erneuerbare Ressourcen/Energie nutzen



## Suffizienz

Insgesamt weniger Ressourcen/Energie nutzen



# Suffizienz

## Gesellschaft

- Entkopplung des Verbrauchs natürlicher Ressourcen – Lebensqualität

Schneidewind, 2018

## Wirtschaft

- Entrümpelung – Entschleunigung – Entkommerzialisierung – Entflechtung

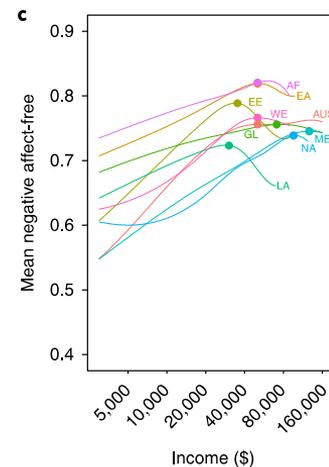
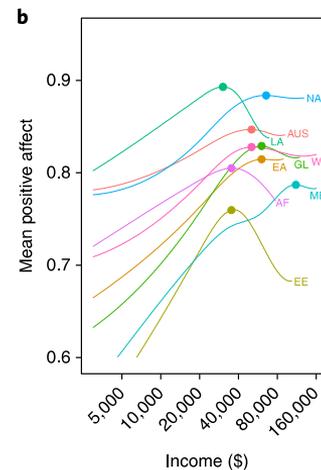
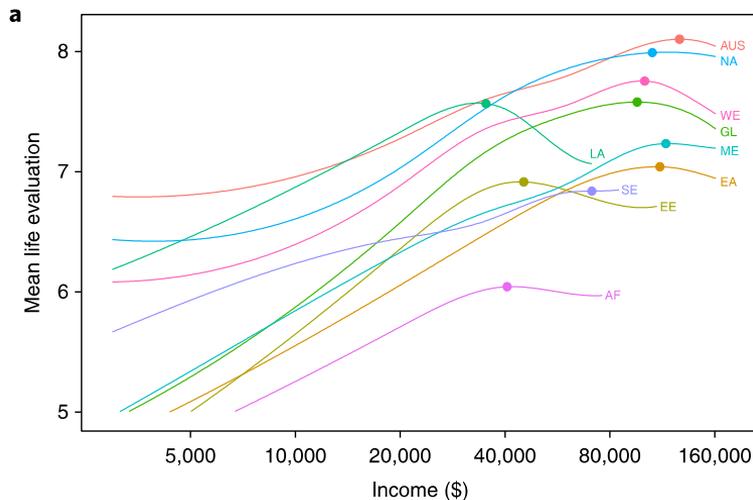
Sachs, 1993; Schneidewind & Palzkill, 2011

## Individuum

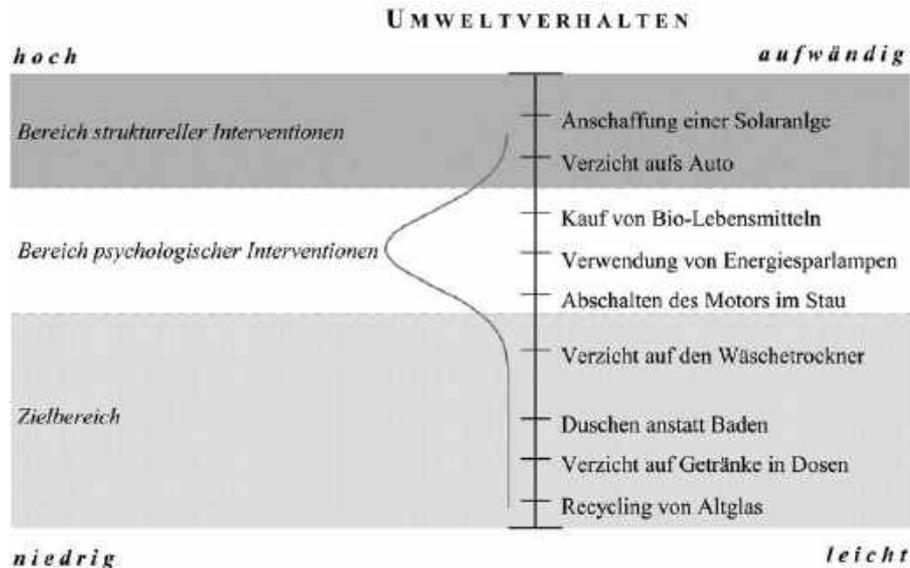
- Verringerte Nachfrage nach ressourcenintensiven Gütern & Dienstleistungen
- Weniger Neuanschaffungen, Re-Dimensionierung, sparsame Nutzung
- Das genügende Mass / weniger ist mehr

Jenny, 2014; 2016

# Zusammenhang zwischen materiellem Wohlstand und subjektivem Wohlbefinden



# Klimafreundliches Verhalten aus psychologischer Perspektive



## Motivation x Schwierigkeit

- Problembewusstsein
- Verantwortungsgefühl
- Positive Ergebniserwartung
- Unterstützende soziale Norm
- Wirksamkeitsüberzeugung
- Übereinstimmung mit Identität

z.B. Hamann et al., 2016

# Ein dritter Weg?

## Suffizienz durch zivilgesellschaftliche Initiativen

- Experimentieren
- Ausprobieren
- Gemeinsam gestalten

## Suffizienz als innere Umkehr

- Informieren
- Beraten
- Überzeugen
- Appellieren



## Suffizienz als politische Herausforderung

- Regulieren
- Anreizsysteme
- Infrastruktur

# Suffizienz-orientierte Initiativen

## Ernährung & Konsum

- Verlängerung der Nutzungsdauer durch Reparieren / Upcycling
- Intensivierung der Nutzung durch Teilen / Weitergeben
- Regionale Kreisläufe, höhere Arbeitsintensität & neue Formen der Beziehung zwischen Konsumierenden & Produzierenden



Kleihd.ch



Bild: A. Lahnen

Repair-cafe.ch



Bild: M. Egbert

Solawi.ch

# Suffizienz-orientierte Initiativen

## Mobilität

- Verlagerung des motorisierten Individualverkehrs hin zu Langsamverkehr
- Teilen der Verkehrsmittel, anstatt diese zu besitzen
- Stadt der kurzen Wege und attraktiven öffentlichen Räume



carvelo2go.ch

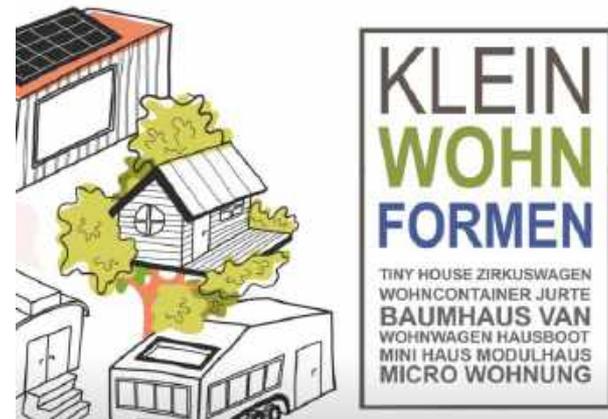


nau.ch

# Suffizienz-orientierte Initiativen

## Wohnen

- Flexible Nutzung, Mehrfachnutzung, Co-Nutzung, Zwischennutzung
- Häuser und Quartiere als integrative Räume
- Vorreiter der Redimensionierung des Wohnraums



# Wohin könnte die Entwicklung gehen?

Initiativen werden genutzt...

- wenn sie einfach erreichbar und zugänglich sind, sowie den Nutzenden auch persönlichen Mehrwert bringen
- wenn für unterschiedliche Nutzende eine Diversität an Initiativen existiert



Integration in den Alltag / Verdichtung der Angebotslandschaft



la-feve.ch



retuna.se

# Wohin könnte die Entwicklung gehen?

Initiativen können unterstützt werden durch...

- Erfahrungsaustausch & bedürfnisgerechte Unterstützung in Bezug auf Professionalisierung
- Angepasste rechtliche Rahmenbedingungen / Infrastruktur / Finanzierung (Einfordern, Bereitstellen)
- Erhöhte Visibilität



Integrierte Planung, Netzwerke, Interessensvertretung



[repair-cafe.ch/de/gruenden](http://repair-cafe.ch/de/gruenden)



Chambre de l'économie  
sociale et solidaire  
APRÈS-GE

[Apres-ge.ch](http://Apres-ge.ch)



[bene-unibe.ch](http://bene-unibe.ch)



[pusch.ch/fuer-gemeinden/suffizienz/toolbox-suffizienz/](http://pusch.ch/fuer-gemeinden/suffizienz/toolbox-suffizienz/)

# Fazit

## Suffizienz als Chance

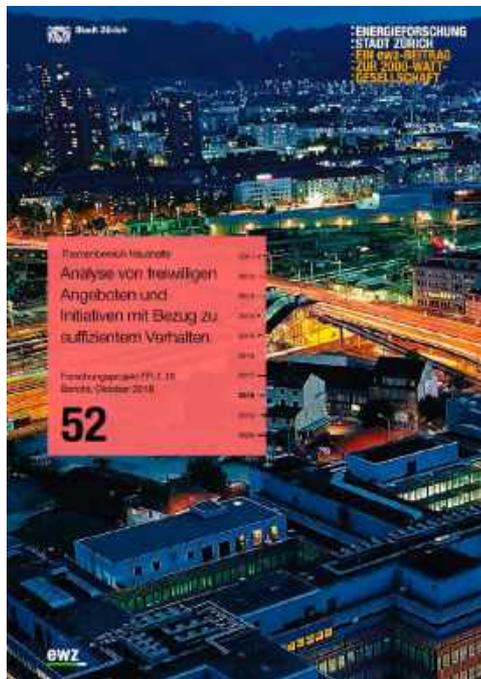
- Weniger ist mehr, wenn eine Reduktion des Energieverbrauchs mit positiven Effekten der Lebensqualität und des Wohlbefindens einhergehen. Suffizienz bietet Chancen für motivierende Narrative.

## Zivilgesellschaftliche Initiativen als Chancen

- Gemeinsam mit neuen Wohn-, Mobilitäts- und Konsummustern experimentieren anstatt zu moralisieren und zu verbieten.

## Wohn-, Quartier- und Stadtplanung als Chance

- Bei Neu- und Umgestaltung Raum für Experimente, Co-Nutzung, Mehrfachnutzung schaffen.



# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Für Fragen und Kommentare: [stephanie.moser@cde.unibe.ch](mailto:stephanie.moser@cde.unibe.ch)

**Diese Forschung entstand in Zusammenarbeit mit**  
Stephan Schmidt & Christoph Bader (CDE, Universität Bern)  
Verena Mack, Ester Osuna & Matthias Holenstein  
(Stiftung Risikodialog)

**Dank Förderung durch Energieforschung Stadt Zürich**  
**Schlussbericht:**

[energieforschung-zuerich.ch/fileadmin/berichte/FP-1.18\\_Bericht.pdf](http://energieforschung-zuerich.ch/fileadmin/berichte/FP-1.18_Bericht.pdf)

# Literaturhinweise

u<sup>b</sup>

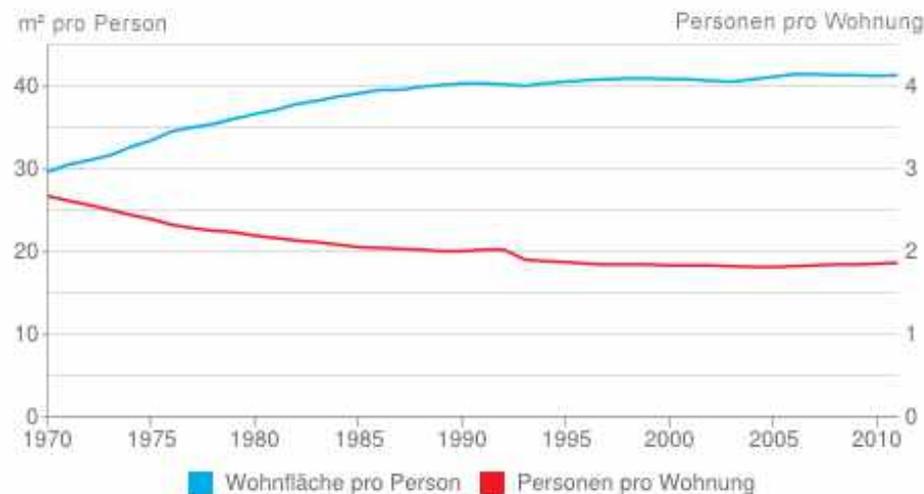
---

<sup>b</sup>  
UNIVERSITÄT  
BERN

CDE  
CENTRE FOR DEVELOPMENT  
AND ENVIRONMENT

- Best, B., Hanke, G., & Richters, O. (2013). Urbane Suffizienz. In P. Schweizer-Ries, J. Hildebrand, & I. Rau (Eds.), *Klimatschutz & Energienachhaltigkeit: Die Energiewende als sozialwissenschaftliche Herausforderung* (pp. 105–117). Universaar.
- Hamann, K., Baumann, A., & Löschinger, D. (2016). *Psychologie im Umweltschutz: Handbuch zur Förderung nachhaltigen Handelns*. Oekom Verlag. [https://www.wandel-werk.org/docs/20171007-Handbuch\\_deutsch.pdf](https://www.wandel-werk.org/docs/20171007-Handbuch_deutsch.pdf)
- Jebb, A. T., Tay, L., Diener, E., & Oishi, S. (2018). Happiness, income satiation and turning points around the world. *Nature Human Behaviour*, 2(1), 33–38. <https://doi.org/10.1038/s41562-017-0277-0>
- Jenny, A. (2014). Suffizienz auf individueller Ebene. *Literaturanalyse zu Psychologische Grundlagen der Suffizienz*. *Energieforschung der Stadt Zürich*. [http://www.energieforschung-zuerich.ch/fileadmin/berichte/Zwischenbericht\\_Suffizienz\\_Literaturanalyse\\_FP-1-7.pdf](http://www.energieforschung-zuerich.ch/fileadmin/berichte/Zwischenbericht_Suffizienz_Literaturanalyse_FP-1-7.pdf)
- Jenny, A. (2016). *Das subjektive genügende Mass. Empirische Erhebung zu Psychologischen Grundlagen der Suffizienz*. *Energieforschung der Stadt Zürich*. [http://www.energieforschung-zuerich.ch/fileadmin/berichte/FP-1.7\\_Bericht\\_Suffizienz.pdf](http://www.energieforschung-zuerich.ch/fileadmin/berichte/FP-1.7_Bericht_Suffizienz.pdf)
- Knutti, R. (2019). Wie wir die Klimawende schaffen. NZZ am Sonntag, 20. Oktober 2019.
- Meier, B., Vogler, C., Moser, C., & Dettli, R. (2018). Überprüfung der Schweizer Klimaziele nach dem 1.5-Grad Bericht des Zürich: Econcept. [https://www.swisscleantech.ch/files/econcept\\_KlimazieleSchweiz\\_nach\\_IPCC\\_1-5-Grad-Bericht.pdf](https://www.swisscleantech.ch/files/econcept_KlimazieleSchweiz_nach_IPCC_1-5-Grad-Bericht.pdf)
- Moser, S., Schmidt, S., Bader, C., Mack, V., Osuna, E., & Holenstein, M. (2018). Analyse von freiwilligen Angeboten und Initiativen mit Bezug zu suffizientem Verhalten. Zürich: *Energieforschung Stadt Zürich*. [energieforschung-zuerich.ch/fileadmin/berichte/FP-1.18\\_Bericht.pdf](http://www.energieforschung-zuerich.ch/fileadmin/berichte/FP-1.18_Bericht.pdf)
- Sachs, W. (1993). Die vier E22 s. Merkposten für einen maßvollen Wirtschaftsstil, in: *Politische Ökologie*, Jg. 11, Nr. 33, S. 69–72
- Scheuthle, H., & Kaiser, F. G. (2008). Person oder Situation? Umweltpsychologische Interventionen zur Änderung individuellen Verhaltens. *Wissenschaft & Umwelt. Interdisziplinär*, 1, 204-213.
- Schneidewind, U. (2018). *Die große Transformation: Eine Einführung in die Kunst gesellschaftlichen Wandels* (Originalausgabe). Fischer Taschenbuch.
- Schneidewind, U., & Palzkill, A. (2011). Nachhaltiges Ressourcenmanagement als Gegenstand einer transdisziplinären Betriebswirtschaftslehre – Suffizienz als Business Case, in: Corsten, H.; Roth, S.: *Nachhaltigkeit – Unternehmerisches Handeln in globaler Verantwortung*, Wiesbaden <https://www.econstor.eu/obitstream/10419/59296/1/716107074.pdf>
- Stadt Zürich (2016). Road-Map 2000 Watt Gesellschaft. Zürich: Stadt Zürich. [https://www.stadt-zuerich.ch/gud/de/index/umwelt\\_energie/2000-watt-gesellschaft/publikationen/roadmap.html](https://www.stadt-zuerich.ch/gud/de/index/umwelt_energie/2000-watt-gesellschaft/publikationen/roadmap.html)

# Suffizienz – eine Notwendigkeit?



Böniger, 2013

Böniger, M. (2013). Wie viel Wohnrum braucht der Mensch? Stadt Zürich: [https://www.stadt-zuerich.ch/prd/de/index/statistik/publikationen-angebote/publikationen/webartikel/2013-03-28\\_Wie-viel-Wohnraum-braucht-der-Mensch.html](https://www.stadt-zuerich.ch/prd/de/index/statistik/publikationen-angebote/publikationen/webartikel/2013-03-28_Wie-viel-Wohnraum-braucht-der-Mensch.html); 04.02.2020