

# Suffizienz: offene Fragen aus Sicht der Humanökologie

*Suffizienzstrategien gelten als unverzichtbar, werden aber bisher weder auf der Makro- noch auf der Meso-Ebene in nennenswertem Umfang entwickelt oder gar umgesetzt. Auch auf der Mikro-Ebene der privaten Haushalte sind suffiziente Lebensstile die Ausnahme – allen Erkenntnissen über ihre Notwendigkeit zum Trotz. Mögliche Gründe will die Deutsche Gesellschaft für Humanökologie auf ihrer Jahrestagung 2024 diskutieren.*

Andreas Ulrich

Deutsche • • •  
• • Gesellschaft  
für Humanökologie

**Sufficiency: Open questions from a human ecological perspective** | GAIA 32/4 (2023): 394–395

**Keywords:** overconsumption, pragmatic consistency, responsibility, sufficiency

Mit dem Thema *Suffizienz* werden Fragen nach der Größenordnung von Stoff- und Energieumsätzen aufgeworfen. Auf der Ebene von Individuen geht es dabei um die Ursachen und Gründe für bestimmte Konsummuster sowie um die Frage nach ihrer Entstehung, Beeinflussbarkeit und Veränderung.<sup>1</sup> Hier wird der Kern humanökologischer Fragestellungen tangiert, die Analyse von Mensch-Umwelt-Beziehungen. Die folgenden Fragen sollen einen Ausblick auf den umfangreichen Problemkomplex ermöglichen.

## Wie viele Genügsame?

Suffizienz als eine auf freiwilliger Basis praktizierte Genügsamkeit kann dann Wirkung zeigen, wenn sie so große Teile der Bevölkerung erfasst, dass sie sowohl ökologisch ins Gewicht fällt als auch geeignet ist, eine Umkehrung der jetzigen Wachstumsdynamik hin zu einem „weniger ist mehr“ einzuleiten. Wie groß müsste die Kohorte der „Genügsamen“ sein, um diese Bedingungen zu erfüllen? Und woran

liegt es, dass die schon jetzt genügsam Lebenden – es gibt sie ja! – offenbar *kaum* Vorbildwirkung entfalten?

## Plausible Narrative

Selbst wenn man – großzügig – als „suffizient“ eine Lebensweise ansetzt, die weniger als fünf Tonnen Kohlendioxid pro Jahr generiert, muss man feststellen, dass von den privaten Haushalten in Mitteleuropa nur eine sehr kleine Minderheit einen suffizienten Lebensstil praktiziert. Und dies gilt auch für Haushalte mit aufgeschlossener Haltung zu Fragen der Ökologie. Auf welcher Ebene sind die Hemmnisse zu verorten, die hier zum Tragen kommen? Geht es um fehlende plausible „Narrative“ von einem anderen, suffizienteren Leben? Woher können die „handlungsleitenden Überzeugungen“ (Sloterdijk 2008) kommen, die aus der Einsicht in die Notwendigkeit von Suffizienz zu einer suffizienten Lebenspraxis führen?

## „Do as I say, don't do as I do“

Schon vor 20 Jahren vermutete Linz (2004), das größte Problem der Suffizienzvermittlung sei die fehlende Glaubwürdigkeit der Vermittler aufgrund *fehlender „pragmatischer Konsistenz“* (Gethmann und Mittelstraß 1992). Die große Mehrheit der Poli-

tiker(innen) wie auch der Wissenschaftler(innen) verfahren ja in der Tat nach einem „Do as I say, don't do as I do“. Die Adressaten wissen das.

Etwas pointierter formuliert: Bezüglich der Notwendigkeit eines suffizienteren Lebens finden sich in der Gesellschaft im wesentlichen zwei Haltungen: einerseits eine *explizite Leugnung* dieser Notwendigkeit, andererseits ihre *implizite Leugnung* bei expliziter (deklamatorischer) Bejahung; hier wird verkündet, man müsse Verbräuche reduzieren, entsprechende Forderungen werden erhoben (vorzugsweise an andere), man zeigt aber durch sein eigenes Verhalten, dass man die Veränderungen für so dringend nicht hält. Ist die oft beklagte Polarisierung der Gesellschaft also schlicht eine in explizite versus implizite Leugner(innen) der suffizienzpolitischen Notwendigkeiten?

## Überkonsum als Überbelohnung?

Wie erklärt sich der Überkonsum aus psychologischer Sicht? Woher rührt der „Überbelohnungsanspruch“ (Sloterdijk 2008)? Muss man so tief gehen wie Scherhorn (1994), das heißt bis zum „Streben nach Selbsterhöhung“ (also in quasi-religiöse Schichten) und seinen Gründen, um die Mechanismen zu verstehen, die zu

Andreas Ulrich, M.A. | Universität Konstanz | Konstanz | DE | andreas.ulrich@uni-konstanz.de

DGH: Dr. Christian Reichel | Generalsekretär DGH | Kastanienallee 40 | 14471 Potsdam | DE | hcreichel@googlemail.com | www.dg-humanoeekologie.de

© 2023 by the author; licensee oekom.  
This Open Access article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).  
<https://doi.org/10.14512/gaia.32.4.12>

<sup>1</sup> In der Studie *Szenarien für ein klimaneutrales Deutschland* heißt es, die Nachfrageseite sei „zentral für das Gelingen“, werde aber „weitgehend ausgeklammert“ (Ragwitz et al. 2023, S. 3).

dem immer weiter ausgreifenden Konsumismus führen?

### Hilft die Glücksforschung?

Die Glücksforschung hat aufgearbeitet, unter welchen Bedingungen Menschen auch ohne wachsenden Besitz beziehungsweise wachsendes Einkommen zufrieden sind (Hunecke 2013, Dallmer 2020, Musikanski et al. 2020). Aber kann sie tatsächlich einen Weg zu mehr Suffizienz aufzeigen? Oder führt ihre tendenzielle Machtblindheit unweigerlich dazu, dass hier eine Illusion von theoretisch zwar möglicher Suffizienz gepflegt wird, die allerdings unter den realen Bedingungen des Kapitalismus an dessen Wachstumszwang (Renditezwang) scheitern muss?

### Maßvolle Verbräuche

Ist die Kategorie „maßvolle Verbräuche“ des Wuppertal-Instituts ein brauchbarer Ansatz?<sup>2</sup> Oder führt sie zu kontraproduktiven Vergleichen innerhalb von Peer-

*überproportional* mehr an Ressourcen als weniger Bemittelte, eine Tendenz, die sich noch verschärft (Chancel 2021). Hier liegen also große, bisher ungehobene Suffizienzpotenziale. Ergeben sich daraus Anforderungen an eine glaubhafte Nachhaltigkeitspolitik? Brauchen wir gar ein ökologisches „Friede den Hütten, Krieg den Palästen“? Und gehört das Eigenheim des Nachbarn (mit seinem Heizkessel aus dem Jahr 1995) in diesem Sinne zu den „Hütten“? Warum darf ein Milliardär private Raumfahrt betreiben, der Nachbar aber nicht seine Heizung behalten?

### Ist das Private politisch?

Der Streit, wie weit die Verantwortung für eine suffizientere Lebensweise der Gesellschaft eine Sache der Politik ist und wie weit sie den Individuen zugesprochen werden kann, ist lang und nicht entschieden. Ist die Fragestellung überhaupt sinnvoll? Verantwortung kann nur von Individuen wahrgenommen werden – sei es in Insti-

## Vieles, was in der Analyse und der Konzeption zur nachhaltigen Transformation wissenschaftlich geklärt worden ist, wird faktisch nicht umgesetzt.

groups? Wie sonst ist sie zu operationalisieren? Geht man davon aus, dass das „Maß“ extern bestimmt werden kann oder muss, das heißt durch Regierungen? Oder setzt man auf Selbstbestimmung, etwa entlang der Linie, die Jenny (2016) als „das subjektiv genügende Maß“ aufgezeigt hat? Und wie groß ist die Gefahr, dass durch *Rebound-Effekte* alle Fortschritte, die der „maßvolle“ Teil der Bevölkerung erreichen würde, durch den „maßlosen“ Teil wieder aufgefressen werden? Ließe sich das politisch steuern?

Schon heute bedeutet die sich immer weiter öffnende „Schere“ bei der Verteilung von Einkommen und Vermögen auch eine sich weiter öffnende Schere bei den Umweltbelastungen: Reiche verbrauchen weit

tutionen oder außerhalb. Ist es also gar keine Frage des Entweder-Oder, sondern geht es um ein Kontinuum von Verantwortung (von wenig Macht bis viel Macht), in dem sich jede/r einen Platz wählt und damit ein implizites Maß an Verantwortung – eben auch für Suffizienz?

### Ausblick auf die Tagung

Vieles, was in der Analyse und der Konzeption zur nachhaltigen Transformation wissenschaftlich geklärt worden ist, wird faktisch nicht umgesetzt. Sowohl institutionelle Trägheiten als auch jene psychologischen Zusammenhänge, wie sie Erich Fromm in *Haben oder Sein* (1976) beschrieben hat, aber auch das Wirtschaftssystem als Ganzes stehen dem offenbar entgegen.

### DGH-Jahrestagung 2024

#### Suffizienz – was ist das menschliche Maß?

23. bis 25. Mai 2024  
Sommerhausen am Main

#### WEITERE INFORMATIONEN:

[www.dg-humanoeologie.de](http://www.dg-humanoeologie.de)

Themenschwerpunkte der Jahrestagung sollen einerseits die Psychologie der Verhaltensänderung und das Wechselspiel von sozialen, Sicherheits- und Selbstwertbedürfnissen sein und andererseits Fragen der gesellschaftlichen Polarisierung im Zusammenhang mit dem Suffizienzgebot.

### Literatur

- Chancel, L. 2021. Global carbon inequality over 1990–2019. *Nature Sustainability* 5: 931–938. <https://doi.org/10.1038/s41893-022-00955-z>.
- Dallmer, J. 2020. *Glück und Nachhaltigkeit: Subjektives Wohlbefinden als Leitmotiv für nachhaltige Entwicklung*. Bielefeld: transcript. <https://doi.org/10.14361/9783839452479>.
- Fromm, E. 1976. *Haben oder Sein. Die seelischen Grundlagen einer neuen Gesellschaft*. Stuttgart: dtv.
- Gethmann, C. F., J. Mittelstraß. 1992. Maße für die Umwelt. *GAIA* 1/1: 16–25. <https://doi.org/10.14512/gaia.1.1.4>.
- Hunecke, M. 2013. *Psychologie der Nachhaltigkeit*. München: oekom.
- Jenny, A. 2016. *Das subjektiv genügende Maß. Psychologische Grundlagen der Suffizienz*. Dissertation, Universität Zürich.
- Linz, M. 2004. *Weder Mangel noch Übermaß: Über Suffizienz und Suffizienzforschung*. Wuppertal Papers 145. Wuppertal: Wuppertal Institut für Klima, Umwelt, Energie. <https://www.econstor.eu/bitstream/10419/21832/3/WP145.pdf>.
- Musikanski, L., R. Phillips, J. Bradbury, J. de Graaf, C. Bliss. 2020. *Happiness, well-being and sustainability: A course in systems change*. New York: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003043232>.
- Ragwitz, M. et al. 2023. *Szenarien für ein klimaneutrales Deutschland. Technologieumbau, Verbrauchsreduktion und Kohlenstoffmanagement*. Schriftenreihe Energiesysteme der Zukunft. München: acatech.
- Scherhorn, G. 1994. Die Unersättlichkeit der Bedürfnisse und der kalte Stern der Knappheit. In: *Das Naturverständnis der Ökonomik: Beiträge zur Ethikdebatte in den Wirtschaftswissenschaften*. Herausgegeben von B. Biervert. Frankfurt am Main: Campus. 224–240.
- Sloterdijk, P. 2008. *Zorn und Zeit*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

<sup>2</sup> <https://wupperinst.org/themen/wohlstand/suffizienz>