

II.C.13

Verantwortlich handeln in der Gesellschaft

Minimalismus und Nachhaltigkeit – Weniger besitzen, bewusster konsumieren?

Kristina Maiwald



© RAABE 2024

© Boris SV/Moment

Kaufen, Besitzen, Anhäufen: Das kann mir, wer schon habend ist. Aber schenkt uns Konsum auch mehr Lebensqualität? Oder bedeutet der Verzicht darauf mehr Zufriedenheit und Freiheit, mehr Verantwortung für unsere Kinder und für die Umwelt? Was brauchen wir für ein gutes Leben? Wie viel Konsum ist möglich, das weltweit menschenwürdiges Leben gewährleistet ist und unsere Lebensgrundlagen bewahrt bleiben? Die Reihe lädt dazu ein, diesen Fragen kritisch nachzugehen.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe: 10

Dauer: 3 Unterrichtsstunden

Kompetenzen: verschiedene Lebensweisen diskutieren, eigene Bedürfnisse und die anderer reflektieren, die Verantwortung des Menschen für Natur und Umwelt erörtern, Möglichkeiten eines nachhaltigen Konsumierens entwickeln

Thematische Bereiche: Natur/Umwelt, Verantwortung, Nachhaltigkeit, Gerechtigkeit, Bedürfnisse, Zukunftsentwürfe

Medien: Texte, Interview, Infografik, Sentenzen

Methoden: Internetrecherche, Diskussion, Plakate, Partnerinterviews, Aktion planen und durchführen, Video drehen

Wie werden die Arbeitsergebnisse gesichert?

Je nach Aufgabentyp wurden verschiedene Formen der Ergebnissicherung gewählt. Dazu gehören Plakate, Präsentationen, Arbeitsblätter sowie Tafelanschiebe.

Weiterführende Medien**Bücher**

- ▶ Derwanz, Heike (Hrsg.): Minimalismus. Ein Reader. transcript Verlag, Bielefeld 2023.
In diesem Reader beleuchten Autorinnen und Autoren aus verschiedenen wissenschaftlichen Perspektiven (z. B. Kulturanthropologie, Kunst- und Designgeschichte, Soziologie, Kulturpsychologie) die Vielschichtigkeit von Minimalismus.
- ▶ Brillaud, Jérôme: Philosophie der Einfachheit. Was wirklich zählt im Leben. Midas Verlag Zürich 2021.
Beobachtet und erläutert wird der aktuelle Trend, einfacher zu leben. Es geht um Motive, um Ziele und darum, dass das Einfache dennoch so schwierig zu realisieren ist. Dabei führt der Blick auch zurück zu bedeutsamen Vertretern von Einfachheit.

Internetseiten für Lehrkräfte

- ▶ <https://www.umweltbundesamt.de/publikationen/jugendliche-und-konsum-i-kommunikationsformate-fuer>
Aktuelle Studie, herausgegeben vom Umweltbundesamt, zum Thema „Jugendliche und Konsum“ mit Handlungsempfehlungen zur Gestaltung nachhaltigkeitsbezogener Jugendkommunikation.

Internetseiten für Jugendliche

- ▶ <https://klima-arena.de/co2-fussabdruckrechner/>
Hier können junge Menschen ihren persönlichen Klima-Fußabdruck berechnen und auswerten lassen. Die Version „Du magst kurz und knackig?“ (unten links) ist besonders für Schülerinnen und Schüler geeignet.
- ▶ <https://www.bmu.de/klimatewissen>
Webseite des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz für Kinder und Jugendliche mit interaktiven Angeboten und Rubriken zu mehr Umweltschutz im Alltag.
- ▶ <https://www.wfi.de/aktiv-werden/tipps-fuer-den-alltag>
Hier finden sich viele Tipps für umweltfreundliches und nachhaltiges Konsumieren, unter anderem auch zur nachhaltiger Mode.

Filme und Dokumentationen

- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=NRtDj6bfnQ>
WDR-Doku „Aussteiger in Deutschland: Leben ohne Strom und Wasser“. „Die Reduzierung auf das Wesentliche ist super!“ So startet die Doku über Oliver Junker-Matthes. Er lebt mit seiner fünfköpfigen Familie eine Art „Aussteigerleben“. Dauer: 29:04 Minuten.

Podcasts

- ▶ <https://www.bpb.de/mediathek/podcasts/522738/retten-und-teilen-nicole-und-najine-engagieren-sich-fuer-suffizienten-konsum/>

Zwei junge Frauen engagieren sich für suffizienten Konsum. Die „bib der dinge“ in Bochum ist eines ihrer Projekte. Die von ihnen geschaffenen Orte sind nicht nur Orte des Teilens, sondern auch des Miteinanders. Dauer: 32:27 Minuten.

- ▶ <https://www.bpb.de/mediathek/podcasts/539193/warum-kaufe-ich-was-ich-nicht-brauche-pause-mit-berater-carl-tillessen/>

Konsumforscher Carl Tillessen erklärt in diesem Fluter-Podcast, warum Kaufen süchtig macht und wie achtsamer Konsum gelingt. Dauer: 15:35 Minuten.

- ▶ <https://www.deutschlandfunkkultur.de/anders-leben-freiheit-durch-weniger-konsum-100.html>

Ein geldfreies Leben: kein Geld annehmen, kein Geld ausgeben – ein Experiment eines 22-jährigen und weitere interessante Berichte von Menschen, die anders leben, um sich freier zu fühlen. Dauer: 29:12 Minuten.

- ▶ <https://www.swr.de/swr2/leben-und-gesellschaft/heike-derwanz-als-easy-der-trend-zu-neuen-einfachheit-100.html>

Die Kulturwissenschaftlerin Heike Derwanz im Interview über den Trend der neuen Einfachheit. Berichtet wird auch über ihre Forschung zum minimalistischen Umgang mit Kleidung. Dauer: 09:28 Minuten.

[Alle Links zuletzt geprüft am 06.06.2024.]

Auf einen Blick

1. Stunde

Thema: Einfach(er) Leben – Ein Trend?

M 1 Die neue Lust am Wenigen – Wofür steht Minimalismus?

M 2 Wir mögen es einfach – Minimalisten berichten

Inhalt: Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit Beispielen minimalistischer Lebensweisen auseinander und erkennen, dass dieses veränderte Bewusstsein in Hinsicht auf Konsum einen Wertewandel in der Gesellschaft widerspiegelt.

2. Stunde

Thema: Kritik am Minimalismus

M 3 Ist ein einfaches Leben immer besser? – Kritik am Minimalismus

Inhalt: Macht ein Leben mit weniger Konsum automatisch zufriedener? Die Lernenden diskutieren diese Frage anhand von kritischen Thesen.

3. Stunde

Thema: Wie trägt Konsum zum Klimawandel bei?

M 4 Konsum und Klimawandel – Der CO₂-Rucksack neuer Sportschuhe

M 5 Infografik – Der CO₂-Fußabdruck pro Kopf in Deutschland

Inhalt: Durch unseren Konsum tragen wir zu Treibhausgasemissionen und damit zum Klimawandel bei. Am Beispiel von neuen Sportschuhen vollziehen die Lernenden die einzelnen Schritte von der Produktion bis zur Entsorgung nach. Sie reflektieren, welche verantwortungsvolle Rolle ihnen damit als Konsumentinnen und Konsumenten zukommt.

4./5. Stunde

Thema: Wie können wir weniger und nachhaltiger konsumieren?

M 6 Nachhaltiger konsumieren – Die R-Regeln

M 7 Tauschen statt Kaufen – Wir organisieren eine Kleidertauschparty

Inhalt: Welche Alternativen gibt es zum Neukauf von Produkten? Die Lernenden recherchieren Tipps zu den R-Regeln und bereiten diese in einem Video anschaulich auf. Sie planen und organisieren eine Kleidertauschparty in der Schule.



6. Stunde

Thema: Konsumverzicht – Chancen und Grenzen

M 8 Ein Jahr ohne Einkaufen – Geht das?

Inhalt: Anhand eines Interviews setzen sich die Lernenden mit Konsumverzicht auseinander. Sie erörtern Motive, Grenzen sowie Chancen und diskutieren abschließend über diese sogenannte „Challenge“.

7. Stunde

Thema: Was brauchen wir wirklich? – Wünsche und Bedürfnisse unterscheiden

M 9 Was will ich, was brauche ich? – Wünsche und Bedürfnisse

M 10 Bedürfnisse und Wünsche – Eine Frage der Perspektive

Inhalt: Was ist lebensnotwendig? Was brauche ich, um mich sicher zu fühlen? Was kann, muss aber nicht sein? Die Lernenden reflektieren ihre Bedürfnisse. Sie vergleichen diese untereinander und erläutern mögliche Gründe für Gemeinsamkeiten und Unterschiede.

8. Stunde

Thema: Wie sieht ein gutes und gerechtes Leben aus?

M 11 Hat „immer mehr“ eine Zukunft? – Die Grenzen des Wachstums

Inhalt: Die Lernenden setzen sich kritisch mit den gesamtgesellschaftlichen Auswirkungen einer konsumorientierten Lebensweise auseinander. Sie entwickeln Visionen für ein gutes Leben und diskutieren die damit verbundenen Erwartungen an Politik, Wirtschaft, an jeden Einzelnen.

M 1

Die neue Lust am Wenigen – Wofür steht Minimalismus?

Die folgenden Titel stammen aus Newslettern, Blogs, YouTube-Videos, Podcasts und Zeitschriften. Es sind Beispiele für einen Lebensstil nach dem Motto „Weniger ist mehr“.



Aufgaben

1. Lies die Titel. Was geht dir spontan durch den Kopf? Tausche dich mit deiner Sitznachbarin / deinem Sitznachbarn aus.
2. Wie könnte ein solches Leben konkret aussehen? Beschreibe in vier bis fünf Sätzen, was du dir darunter vorstellst.

Wahrer Luxus: Dieser Mann besitzt nur 30 Dinge

Einfacher leben: Wie du deinen Alltag mehr genießen kannst

Bewusst weniger in einer komplexen Welt

Worauf es wirklich ankommt: Weniger ist mehr

DOWNSHIFTING macht glücklich

Haste nix? Biste was!!

Weniger Ballast, mehr Glück



© Tony Anderson/DigitalVision

Mehr Materialien für Ihren Unterricht mit RAAbits Online

Unterricht abwechslungsreicher, aktueller sowie nach Lehrplan gestalten – und dabei Zeit sparen.
Fertig ausgearbeitet für über 20 verschiedene Fächer, von der Grundschule bis zum Abitur: Mit RAAbits Online stehen redaktionell geprüfte, hochwertige Materialien zur Verfügung, die sofort einsetz- und editierbar sind.

- ✓ Zugriff auf bis zu **400 Unterrichtseinheiten** pro Fach
- ✓ Didaktisch-methodisch und **fachlich geprüfte Unterrichtseinheiten**
- ✓ Materialien als **PDF oder Word** herunterladen und individuell anpassen
- ✓ Interaktive und multimediale Lerneinheiten
- ✓ Fortlaufend **neues Material** zu aktuellen Themen



Testen Sie RAAbits Online
14 Tage lang kostenlos!

www.raabits.de

