

# Eine zeitökonomische Theorie der Suffizienz

*Niko Paech*

## Zusammenfassung

Die innerhalb des Nachhaltigkeitsdiskurses dominante Idee einer ökologischen Modernisierung, basierend auf technischem Fortschritt, scheidet immer offenkundiger, weil das damit zugleich induzierte Nachfragewachstum jeden Entlastungseffekt überkompensiert. Damit geraten Begründungszusammenhänge ins Visier, die eine Reduktion von Ansprüchen an materielle Selbstverwirklichung – insbesondere Konsum, Mobilität, Flächenbeanspruchung und elektronische Infrastrukturen betreffend – plausibel erscheinen lassen. Die zeitökonomische Logik der Suffizienz könnte dazu beitragen, Reduktionsstrategien eine eigene Rationalität jenseits ethischer Imperative zu verleihen. Diese Rationalität beruht auf zwei Prämissen, nämlich dass erstens individuell aufzubringende Zeit eine notwendige Bedingung für den Nutzen stiftenden Effekt einer Konsumhandlung und zweitens das individuell verfügbare Zeitkontingent eine nicht vermehrbare Ressource darstellt. Wer in materieller Optionenvielfalt zu versinken droht, leistet durch Reduktion keinen Verzicht, sondern befreit sich von Überfluss. Sich klug jener Last zu entledigen, die viel Zeit kostet, aber nur minimalen Nutzen stiftet, führt im Übrigen zu mehr Unabhän-



### **Niko Paech**

apl. Prof. Dr. Niko Paech ist Wirtschaftswissenschaftler und vertritt den Lehrstuhl für Produktion und Umwelt an der Carl von Ossietzky Uni-

versität Oldenburg. Er forscht unter anderem in den Bereichen Klimaschutz, nachhaltiger Konsum, Sustainable Supply Chain Management, Nachhaltigkeitskommunikation, Diffusionsforschung, Innovationsmanagement und Postwachstumsökonomik. Er ist Vorsitzender der Vereinigung für Ökologische Ökonomie (VÖÖ), gehört darüber hinaus diversen anderen Einrichtungen und Netzwerken des Nachhaltigkeitsbereichs an.

gigkeit vom volatilen Marktgeschehen, von Geld und Erwerbsarbeit.

Schlüsselwörter: Suffizienz, Konsum, Nachhaltigkeit, Zeitökonomik, Umwelteinstellungen

## Abstract

### **The economics of time as a theoretical framework for sufficiency**

The idea of ecological modernization by means of technological progress which dominates the sustainability debate fails obviously. Therefore, convincing arguments for reductions of the demand for material

goods, mobility, soil, electronic hardware – are of interest. This could be supported by the logic of sufficiency using the economics of time approach. The latter is based on two assumptions. Firstly, to provide any benefits from consumer activities a minimum of one's own time must be invested. Secondly, from a personal perspective the available time budget cannot be increased. Reduction, for those who are in danger of drowning in the diversity of material options, is not an act of renunciation, but instead of liberating oneself from excess. Furthermore, cleverly freeing oneself of burdens that consume a great deal of time, but are only of minimal benefit, also lead to greater independence from volatile market events, from money and waged labour.

Key words: Sufficiency, Consumption, Sustainability, Economics of Time, Environmental Attitudes

## 1 Nachhaltigkeitsleistung als Reduktionsleistung

Das Misslingen „nachhaltiger“ Wachstumsstrategien lässt sich trotz massiver Green New Deal-Beschallung kaum mehr verhehlen. Eine ökologische Entkopplung des Wirtschaftswachstums mittels technologischer Innovationen, basierend auf Effizienz (s. Schmidt-Bleek 2000; von Weizsäcker, Hargroves & Smith, 2010), geschlossenen Kreisläufen (s. Huber, 1995) und erneuerbaren Energien (s. Scheer, 1999) ist bislang systematisch gescheitert oder trug sogar zu einer Flut neuer Umweltschäden bei.<sup>1</sup> Um das Bruttoinlandsprodukt (BIP) zu steigern, bedarf es eines Zuwachses an geldwerten

Leistungsübertragungen. Deshalb haben BIP-Zuwächse infolge zusätzlicher Produktion eine Entstehungsseite und infolge zusätzlichen Einkommens eine Verwendungsseite. Beide Seiten müssten ökologisch neutralisiert werden, um ein „grünes“ Wachstum zu erzeugen. Es wären demnach zusätzliche Güter zu produzieren, die als geldwerte Leistungen von mindestens einem Anbieter zu einem Nachfrager übertragen werden, deren Herstellung, physischer Transfer, Nutzung und Entsorgung jedoch keine Flächen-, Materie- und Energieverbräuche verursacht (Entstehungsseite). Abgesehen davon, dass für dieses Problem bislang weder theoretisch, noch empirisch überzeugende Lösungen gefunden wurden, verbleibt als zweite Herausforderung die ebenfalls ökologisch zu neutralisierende Verwendungsseite. Denn wie könnte unter demokratischen Bedingungen sichergestellt werden, dass für das zusätzliche Einkommen ausschließlich Güter erworben werden, die keine ökologischen Spuren hinterlassen?

Somit bleibt nur eine Konsequenz: Das Ausmaß industriell-arbeitsteiliger Versorgungssysteme, deren Output zum Wachstum des Bruttoinlandsproduktes beiträgt, muss reduziert werden. Nicht technologische Anpassung, sondern Rückbau, insbesondere die Reduktion nicht verantwortbarer Mobilitäts-, Konsum- und sonstiger Komfortansprüche ist das einzige noch verbleibende Mittel.

Folglich könnte sich die Suche nach funktionsfähigen Nachhaltigkeitsstrategien verstärkt auf das Prinzip der „Suffizienz“ (BUND & Misereor, 1996, Princen, 2005, Paech, 2005, Stengel, 2011) konzentrieren. Suffizienz ist keineswegs, wie selbst in der Fachliteratur bisweilen fälschlicherweise dargelegt, eine nahe Verwandte des nachhaltigen Konsums, sondern dessen Wider-

part. Sie verkörpert den Nicht-Konsum, be- ruht also auf Reduktionsleistungen. Die Substitution bisher verwendeter Güter durch ökologischeren Varianten liefe ledig- lich auf eine Effizienz- oder Konsistenz- höhung hinaus. Suffizienz entspräche dann keinem eigenständigen Konzept, sondern bestenfalls einer nachfrageseitigen Anpas- sung an herkömmliche Entkopplungsstrate- gien. Zugleich ist Suffizienz keine auch nur entfernte Verwandte des Verzichts. Denn es spricht weitaus mehr als ein ethischer Impe- rativ dafür, zukunftsfähige Versorgungsmu- ster als Befähigung zur Genügsamkeit aufzu- fassen. Unter den Bedingungen zunehmen- der Reizüberflutung kann Suffizienz zum reinen Selbstschutz werden. Für jene, die unter ständig neuen Lawinen materieller Selbstverwirklichungsoptionen zu versin- ken drohen, kann es wohl kaum Askese be- deuten, sich von überflüssigem Wohlstands- schrott zu befreien. Das Suffizienzprinzip konfrontiert die verzweifelte Suche nach weiteren Steigerungen von Güterwohlstand und Bequemlichkeit mit einer simplen Gegenfrage: Von welchen „Energiesklaven“, Konsum- und Komfortkrücken ließen sich übervolle Lebensstile und schließlich die ge- samte Gesellschaft befreien?

Im Folgenden sollen Begründungszusam- menhänge skizziert werden, die den vermeintlichen Widerspruch zwischen ökonomischer Rationalität und suffizienten Hand- lungsmustern aufheben. Dabei zeichnen sich Anknüpfungspunkte zur (umwelt-) psychologischen Forschung ab: Wie lassen sich eine schleichende zeitökonomische Es- kalation, der Verlust an ökonomischer Resi- lienz und die daraus resultierenden Angst- und Überforderungsphänomene psycholo- gisch deuten? Dieser Beitrag soll ohne An- spruch auf Vollständigkeit einige Schnittstel- len aufzeigen, an denen die Umweltpsycholo- gie zur Fundierung der „Postwachstums-

ökonomie“ (Paech, 2008, 2012) beitragen könnte, zu deren elementaren Bedingungen auch die Suffizienz zählt.

## 2 Kurzer Ausflug in die ökonomische Logik der Maßlosigkeit

Innerhalb der traditionellen Mikroökono- mik wird der Effekt einzelner Konsumakti- vitäten mit Hilfe einer Nutzenfunktion dar- gestellt. So lässt sich jedem Gut ein Nutzen- index zuweisen, welcher mit der Konsum- menge variiert. Das zu analysierende Ent- scheidungsproblem besteht darin, ein be- grenztes Einkommen unter Berücksichti- gung gegebener Preise dergestalt auf die verfügbaren Güter zu verteilen, dass ein möglichst hohes Niveau an Gesamtnutzen resultiert. Anstelle von Nutzen ließe sich auch von subjektivem Wohlergehen oder schlicht Glück sprechen. Die Nutzenfunk- tion weist durchgehend eine positive Stei- gung auf. Somit erhöht jede Ausdehnung ei- ner Konsumaktivität den Nutzen, mit ande- ren Worten: „Viel hilft viel“. Ob es sich lohnt, das knappe Einkommen auf eine ho- he oder geringe Anzahl verschiedener Kon- sumaktivitäten zu verteilen, hängt vom Grenznutzen, also dem Krümmungsverhal- ten der Nutzenfunktion ab. Hier gilt die Prämisse, dass der Nutzenzuwachs einer weiteren Mengeneinheit (Grenznutzen) des konsumierten Gutes mit zunehmender Konsummenge abnimmt, allerdings niemals den Wert Null erreicht. Unter dieser An- nahme ist eine Konzentration auf wenige Konsumaktivitäten kontraproduktiv. Ab ei- ner bestimmten Konsummenge eines Gutes ist der Nutzenzuwachs einer zusätzlichen Einheit so gering, dass es sich lohnt, die letz- te Geldeinheit für ein anderes Gut auszuge- ben, dessen Grenznutzen höher ist, weil von ihm erst wenig oder noch gar nichts nach- gefragt wurde.

## ■ Schwerpunktthema

Unter diesen Bedingungen hat „Unersättlichkeit“ zwei Ursachen. Erstens impliziert die Annahme eines stets positiven, wengleich abnehmenden Grenznutzens, dass selbst dann, wenn nur wenige Konsumoptionen zur Wahl stehen und die Haushalte von diesen Gütern bereits ein hohes Quantum nachfragen, steigende Konsummengen den Nutzen weiterhin absolut erhöhen. Ein zweiter Garant für Unersättlichkeit besteht im abnehmenden Grenznutzen. Denn wenn neue Konsummöglichkeiten verfügbar werden, lässt sich

### **Anstelle der intensiven Ausschöpfung eines überschaubaren Spektrums an Möglichkeiten erfolgt die möglichst breite Verteilung des Einkommens auf viele Optionen**

sogar ohne Einkommenszuwachs eine Nutzensteigerung erzielen, wenn die letzte Verbrauchseinheit eines der bislang nachgefragten Güter einen geringeren Grenznutzen aufweist als die erste Einheit des neuen Gutes. Anstelle der intensiven Ausschöpfung eines überschaubaren Spektrums an Möglichkeiten erfolgt deshalb die möglichst breite Verteilung des Einkommens auf viele Optionen. Dieses Phänomen ist als sogenannter „Love-of-Variety“-Ansatz (Dixit & Stiglitz, 1977; Lancaster, 1966) vertieft worden.

Das zweite „Gossensche Gesetz“ (Gossen, 1854), durch welches die Beobachtung eines abnehmenden Grenznutzens in die ökonomische Theorie integriert wurde, ist oft als Synonym für Sättigungserscheinungen interpretiert worden. Aber das kann zu einem Missverständnis verleiten, denn dieser Effekt gilt nur für die Quantität eines einzelnen Gutes. Eine Abkehr vom Dogma der Unersättlichkeit ergibt sich daraus gerade nicht, sondern vielmehr das Bestreben, ständig neue konsumtive Selbstentfaltungsoptionen entlang qualitativer Dimensionen zu

erschließen. Getrieben von einer unbändigen Innovationsdynamik verlagert sich die nach oben offene Steigerungsprozedur schlicht auf Vielfalt oder Variantenreichtum. So lässt sich eine andernfalls von Erlahmung bedrohte Konsumgesellschaft permanent neu erfinden, damit nicht Langeweile oder Überdruß aufkommt. Die einhergehende Ausdifferenzierung erstreckt sich auf neue Produkte, Services, Erlebnisse, Reiseziele, virtuelle Welten, Wellness-Konzepte, Optimierungen des eigenen Körpers oder – sollte die innovative Ideenflut ins Stocken geraten – auf inszenierte Symbol- und Sinnzuweisungen, mit denen alter Wein in neuen, nunmehr kulturell aufgewerteten Schläuchen seinen Reiz entfalten kann. Infolge einer Addition neuer Möglichkeiten sind quantitative und qualitative Expansion keine Alternativen, sondern zwei einander bedingende Triebkräfte der Anspruchsexpansion.

### **3 Die zeitökonomische Eskalation**

Frühe Phasen der Moderne waren nicht nur von materieller Knappheit, sondern einer noch nicht ausgeschöpften individuellen Aufnahmekapazität für weitere Optionen konsumtiver Selbststeigerung geprägt. Dieses Zweigestirn aus Haben-wollen und Verarbeiten-können war der Motor einer Ausdehnungsbewegung, die folgerichtig mit Freiheitsgewinnen gleichgesetzt werden konnte. Mittlerweile zeichnet sich jedoch ein Stadium der Überladung ab. Alle Dimensionen menschlicher Existenz sind okkupiert und vollgepfropft: Die Ökosphäre, die Landschaft, die Städte, die Häuser, die Terminkalender, die Freizeit, die Mobilität, die Bildungseinrichtungen, die öffentliche Infrastruktur, das Portfolio beruflicher Entfaltung und die digitale Sphäre sozialer Netze, die bis in die letzten Nischen des Alltags hineinreichen. Alles ist verdrahtet, an jedem

Ort und zu jeder Zeit erhältlich, zum Supersonderangebotspreis versteht sich. Deshalb ist modernes Leben so komfortabel – und doch zugleich so schwer. Denn zwei einander verstärkende Mechanismen konterkarieren das Glücksversprechen einer unbeschränkten Vermehrung dessen, was erschlossen werden könnte: Erstens macht sich Erschöpfung infolge des Abarbeitens einer kaum zu verkraftenden Ereignisdichte breit. Zweitens grassiert Inhaltsleere, weil die einzelnen Optionen nur noch flüchtig „angetriggert“ werden können. Überfluss und Vielfalt an Möglichkeiten, die alle genutzt werden wollen, führen in eine unerträgliche Leichtigkeit – zutreffender: Seichtigkeit – des Seins. Denn damit Konsumaktivitäten überhaupt Nutzen stiften können, muss ihnen ein Minimum an Aufmerksamkeit gewidmet werden, was wiederum das Aufbringen eigener Zeit voraussetzt. Insofern das Angebot an Dingen und Ereignissen explodiert, der Tag aber nach wie vor nur 24 Stunden hat, verschärft sich die Verwendungskonkurrenz um nicht vermehrbare Zeitressourcen. Die knappe Zeit muss auf eine immer größere Anzahl von Konsumobjekten verteilt werden, auf die jeweils ein zusehends geringeres Quantum davon entfällt.

Neurologen wissen längst zu begründen, warum Individuen sich bestenfalls auf zwei Handlungsziele gleichzeitig konzentrieren können, womit sich menschliches Multi-Tasking als Illusion entpuppt (Charron & Koechlin, 2010, S. 362).

Wenn immer mehr Optionen und somit Entscheidungsfreiheiten verfügbar sind, die jedoch auf ein nicht vermehrbares Potenzial an Aufmerksamkeit treffen, nimmt der Konsumwohlstand zwar rechnerisch zu, aber seine positive Wirkung bleibt auf der Strecke oder kehrt sich sogar um. Denn in-

soweit nur ein sukzessives Verarbeiten möglich ist, droht angesichts zunehmender Zeitknappheit eine Überforderung. Anstelle lustvoller Ausschöpfung erfolgt die buchstäblich oberflächlichste Form des Aneignens, nämlich das Scannen und Surfen auf einem Ozean der Möglichkeiten, in den nirgends mehr eingetaucht werden kann. Für das zum Genuss

nötige Verweilen fehlt es an Zeit, weil der Drang, möglichst viel „mitzunehmen“, eine entsprechend hohe Geschwindigkeit verlangt, mit der zum nächsten Ereignis davongeeilt wird. Folglich gerät jede Balance zwischen horizontaler Vorwärtsbewegung und vertikaler Vertiefung zulasten der Letzteren aus den Fugen. Und immer sitzt die Angst im Nacken, etwas anderes zu verpassen, sollte die Verweildauer an einem Punkt innerhalb des multioptionalen Koordinatensystems zu lang werden. Irgendwann dienen Konsum- und Mobilitätssteigerungen nur noch der Behauptung einer sozialen Position (Hirsch, 1980). Alle darüber hinaus reichenden Funktionen, die an den Gebrauchswert von Objekten gekoppelt sind, können aufgrund des Fehlens der hierzu aufzubringenden Aufmerksamkeitsressourcen nicht mehr ausgeschöpft werden. Der paradiesisch anmutende Malstrom unbeschränkter Selbstverwirklichung besteht schließlich in nichts anderem als defensiven Zuckungen aus Furcht davor, gegenüber jenen zurückzufallen, die mehr Beute vorweisen könnten als man/frau selbst. Das Resultat ist eine Anhäufung von Symbolen oder Wohlstandstrophäen, deren Wirkung bestenfalls noch darin besteht, sich ihrer Existenz vergewissern zu können. Irgendwann ist nicht mehr auszuschließen, dass selbst das Erinnerungsvermögen infolge eines Dammbrochs der Optionen über-

**Die knappe Zeit muss auf eine immer größere Anzahl von Konsumobjekten verteilt werden, auf die jeweils ein zusehends geringeres Quantum davon entfällt**

■ **Schwerpunktthema** flutet wird, womit auch vergangene Genüsse ihren Wert verlieren.

#### 4 Das Paradox sinkender Zumutungen

Eine andere Konsequenz konsumtiv hoch verdichteter Lebensstile besteht im Verlust von Selbstwirksamkeit. Wenn alles in vorgefertigter Form abgerufen wird, bleibt kein Spielraum für eigene Gestaltung. Es entfällt das Erfolgserlebnis, ein Objekt eigenhändig erschlossen zu haben und sei es nur durch den eingeübten Umgang, die erlangte Sachkenntnis oder die Mitwirkung am Zustandekommen eines Ergebnisses. Der Komfort, alles jederzeit mühelos serviert zu bekommen und umstandslos wieder fallen lassen zu können, um sich frei von jeglicher Verantwortung für dessen Verbleib oder Nachsorge spontan einem Neuen zuzuwenden, hat mehr als nur einen ökologischen und zeitökonomischen Preis. Entsprechend dieser Bequemlichkeitsmaxime können erworbene Dinge nicht mit den materialisierten Symbolen eigener Identität versehen werden: Spuren der Instandhaltung; eigenhändig vorgenommene Veränderungen sowie Reparaturen; sichtbarer Verschleiß, der auf Erlebnisse oder eine Geschichte des Besitzers verweist; Patina als Ausdruck von Reife und als Verweis auf Vornutzer.

Ebenfalls verlernt wird, angeeignete Objekte instrumentell zu verwenden, um sich daran durch eigene Übung zu verwirklichen, ganz gleich ob im Fall von manuell zu bedienendem Handwerkszeug, nicht elektrifizierter Nähmaschine oder per Fahrrad, Angelrute, Segelboot oder Musikinstrument. Derartige Dinge stimulieren Prozesse, die

eine körperliche und materielle Dimension eigener Gestaltung aufweisen. Was demgegenüber in einer überfrachteten Konsumumgebung an eigener Kompetenz übrigbleibt, ist nichts als reibungsloses Dahingleiten auf uniformierten Benutzeroberflächen, so als entspräche das erfüllte Leben einem allgegenwärtigen Touchscreen. „Lebenserleichternde“ Automatisierung befreit von der Notwendigkeit, selbst etwas Substantielles beizutragen. So wird eine Virtuosität des Nicht-Könnens kultiviert. Sie fokussiert darauf, Ansprüche zu erfinden, zu differenzieren, zu strukturieren, kundzutun und deren Erfüllung ohne eigenen physischen Einsatz einzufordern. Die Kuriositäten eines derartigen Mega-Programms der individuellen Verkümmern lassen sich überall besichtigen – vor allem in den Bildungsanstalten. Insoweit das Recht auf Hilflosigkeit als gesellschaftlicher Fortschritt zelebriert wird, erzwingt die innere Verödung ein umso prägnanteres äußeres Wachstum an Leistungszufuhr – mit allen stofflichen Anhängen versteht sich. Heerscharen global umherirrender Versorgungsfälle ziehen außer ihrem „Rolli“ eine immer längere Produktionskette hinter sich her. Und wehe, sie reißt irgendwo.

Denn wie psychisch belastbar sind die Insassen einer derartigen Bequemokratie? Spätestens wenn der Flieger ausfällt, die Tankstelle den Benzinpreis erhöht, das Handy keine Verbindung hat, der Supermarkt geschlossen ist, dem Kaffee das Verwöhnaroma fehlt oder die Haushaltshilfe den Flur nicht gewischt hat, rasten Konsumhypochonder inmitten ihrer organisierten Hilflosigkeit aus. Jede Lücke oder Verzögerung innerhalb einer Rundumversorgung, die sich als Normalzustand etabliert hat, wird lautstark als Zumutung beschimpft. Als bewährter Kampfbegriff ist die „Zumutung“ nichts weniger als der Antichrist moderner

Fortschrittsverheißungen. Niemand weiß, woher sie kommt, woraus sie besteht oder wie man sie zweifelsfrei nachweisen kann. Und doch ist sie ständig präsent, weil sie sich unbemerkt an ausgerechnet jenen Fortschritt heftet, der sie doch dezimieren soll. Der Imperativ beständiger Zumutbarkeits-senkungen strandet in einer Paradoxie: Das Zusammenspiel aus technologischer und ökonomischer Entwicklung, durch die jede Zumutung ausgerottet werden soll, senkt zugleich die Toleranzgrenzen. So wird systematisch das Potenzial jener Situationen, die vormals erträglich schienen, nun aber als Zumutung empfunden werden, ins Unermessliche gesteigert. Die Gewöhnung an weitreichenden, daher umso störanfälligeren Komfort ist keine Glücksgarantie, sondern eine Zeitbombe. Nicht erst, wenn die alles in Gang haltende „Herzmaschine“<sup>42</sup> plötzlich keine Energie mehr bekommt, sondern bereits wenn die Angst davor grasst, droht ein emotionales Desaster.

## 5 Angst essen (ökologische) Seele auf

Kumulierter Wohlstand, ganz gleich ob in Form von Geld, materiellen Gütern oder komfortablen Versorgungssystemen, verbindet sich mit modernen Angstphänomenen zu einem *circulus virtuosus*. Je höher die erklommene Sprosse der Wohlstandsleiter ist, umso tiefer wäre der (soziale) Fall, wenn die monetäre Einkommensquelle versiegt. Angesichts des sozialen Charakters von Konsumhandlungen mausern sich Verlustaversionen, verbunden mit drohenden Schamgefühlen (Hilgers, 1997), zum ständigen Wegbegleiter. Denn wer hoch fliegt, fällt umso tiefer, wenn das System abstürzt. Hinzu kommt, dass sich die aufgeschobenen oder unter Verweis auf grünen technischen Fortschritt lange verdrängten, nun aber umso notwendigeren Anspruchsrück-

nahmen zu einer immensen Drohkulisse aufgetürmt haben. Nicht das hässliche V-Wort, also der Verzicht an sich, sondern die Angst davor ist der hemmende Faktor. Wie in der Medizin: Je länger ich nicht beim Zahnarzt war, umso größer ist die Angst vor dem, was mich nun womöglich erwartet, wenn die wieder und wieder aufgeschobene Behandlung schließlich doch wahrgenommen wird.

**Nicht das hässliche V-Wort, also der Verzicht an sich, sondern die Angst davor ist der hemmende Faktor**

Auch Abhängigkeit erzeugt Angst. So könnte die geradezu schicksalhafte Bindung an eine billige und störungsfreie Erdölbeflieferung prinzipiell auf zweierlei Weise verarbeitet werden. Durch militärische Interventionen sowie mittels technischer Innovationen – ganz gleich ob durch Fracking oder eine „Energiewende“, die ganze Landschaften zerstört – ließen sich weitere Ressourcenquellen erschließen. Genau dies sind die Spielarten einer aggressiven Vorwärtsverteidigung energieintensiver Lebensstile. Die andere Möglichkeit hieße Suffizienz, also Anspruchsmäßigung. Aber angesichts ihrer Angst mindernden Potenzials ist die erste Strategie insofern attraktiver, als sie *kurzfristig* zwei „Grundformen der Angst“ (Riemann, 2003), nämlich die der „Notwendigkeit“ und die der „Veränderung“, zu mildern vermag, wohlgemerkt kurzfristig, denn *langfristig* werden Abhängigkeiten, Sicherheitsbedürfnisse und Gegenreaktionen nur gesteigert.

Ängste, die mit dem Wohlstand wachsen, rufen nach emotionaler Kompensation. Es versteht sich von selbst, dass auch dieser Bedarf letztlich nur systemkonform, also durch entgrenzte Praktiken der Mobilität, einer noch höheren Erlebnis- und Konsumdichte zu befriedigen ist, natürlich unter

zischen Sektors. Während des letzten Jahrzehnts hat sich die Anzahl der Antidepressiva-Verschreibungen in Deutschland verdoppelt (Techniker Krankenkasse, 2010, S. 13). Insoweit prägnante Reduktionen der Aktivitäts- und Konsumniveaus den einzigen Ausweg markieren, bleibt die neuralgische Frage: Wie lassen sich Suffizienzpraktiken jenseits moralischer Verzichtsappelle in vorherrschende Logiken einbetten?

## 6 Suffizienz als zeitökonomische Rationalität

Die im Folgenden skizzierte zeitökonomische Theorie der Suffizienz gründet auf einem simplen bereits weiter oben beschriebenen Sachverhalt: Damit Konsumaktivitäten überhaupt Nutzen stiften können, muss ihnen ein Minimum an eigener Zeit gewidmet werden. Die individuelle Überladung mit Produkten, Services und Events kann eine kritische Grenze erreichen, denn wenn die pro Aktivität verfügbare Zeit unter ein bestimmtes Minimum zu fallen droht, ergibt sich eine unvermeidliche Konsequenz: Das „Viel-Haben tritt in Widerspruch zum Gut-

Leben“ (Sachs, 2002, S. 214). Somit bildet die Allokation des individuell verfügbaren Zeitbudgets ein unvermeidbares Entscheidungsproblem.

Relevant ist dabei eine individuelle Zeitrestriktion, weil für konsumtive Zwecke nur verfügbar ist, was von der Tages-, Jahres- oder Lebensspanne nach Abzug anderer Zeitverwendungen übrig bleibt, nämlich (1) Einkommenserwerb, (2) Einbezogenheit in die Produktion/Nutzung marktfreier Güter und (3) Intimsphäre (Schlafen, Essen, Kör-

perpflege etc.). Weiterhin lässt sich das knappe Zeitbudget in *fixe* und *variable* Konsumzeit unterteilen.<sup>3</sup> Die Erstgenannte entspricht jenem Zeitinput, der für eine vorherige Informationsbeschaffung zwecks Auswahl und Vergleich verschiedener Angebote, die Kaufentscheidung, die Abwicklung des Kaufs oder gegebenenfalls für eine Installation und Einarbeitung in die Bedienung notwendig ist. Mit anderen Worten: Die Wirkung des Konsums fällt nicht vom Himmel, sondern bedarf stets einer Vorbereitung, die nie ohne Zeitinput zu haben ist, aber noch nicht zur Steigerung des Nutzens führt.

Güter, deren Verwendung kein minimales Zeitfixum beansprucht, *bevor* die eigentliche Ausschöpfung der Nutzen stiftenden Potenziale im Rahmen der variablen Konsumzeit beginnen kann, dürften eine Ausnahme darstellen. Vielmehr führt die Proliferation des verfügbaren Variantenreichtums sowie der räumlich und zeitlich entgrenzten Beschaffungsmöglichkeiten tendenziell zur Erhöhung der fixen Konsumzeit, weil zwischen einer immer größeren Anzahl verfügbarer Angebote entschieden werden muss. Auch die ausufernden Kommunikationskanäle, die das konsumierende Subjekt ständig mit neuen Informationen über käufliche Selbstentfaltungsmöglichkeiten konfrontieren, verbrauchen Zeit, weil die übermittelten Reize verarbeitet werden müssen.

Demgegenüber erstreckt sich der variable Zeitanteil auf die eigentliche Verwendung oder den Gebrauch, also jene Phase, die überhaupt erst Nutzensteigerungen generiert. Was an fixer Konsumzeit verbraucht wird, um die Suche, Informationsverarbeitung und Entscheidungsvorbereitung zu bewältigen, verringert die verbleibende variable Zeit, die zur Steigerung des Nutzens notwendig ist. Wenn nach Ausschöpfen des gesamten Zeitbudgets eine weitere Konsum-

**Was an fixer Konsumzeit verbraucht wird, um die Informationsverarbeitung und Entscheidungsvorbereitung zu bewältigen, verringert die verbleibende variable Zeit zur Steigerung des Nutzens**

aktivität hinzugefügt wird, kann dies den Nutzen jener Güter verringern, deren variabler Zeitanteil zugunsten des zusätzlichen Gutes notwendigerweise zu verringern wäre. Somit wären Konstellationen denkbar, in denen zusätzlicher Konsum das Nutzenniveau senkt, weil er andere Güter, die um dieselbe knappe Zeit „konkurrieren“, entwertet oder gänzlich nutzlos werden lässt.

Unter diesen Prämissen kann ein möglichst hohes Niveau an Wohlbefinden die Konzentration auf ein begrenztes Spektrum von Konsumaktivitäten voraussetzen. Dies würde mit Versorgungsmustern harmonisieren, die sich Einfachheit als Lebenskunst zu Eigen machen, um „[b]ewusst ein Desinteresse für zu viel Konsum zu pflegen“ (Sachs, 2002, S. 215). Wer sich eines ausufernden Konsum- und Mobilitätsballastes entledigt, verzichtet also nicht, sondern optimiert letztlich den zeitabhängigen Nutzen. Sich klug jener Last zu entledigen, die viel Zeit kostet, aber nur minimalen Nutzen stiftet, führt im Übrigen zu mehr Unabhängigkeit vom volatilen Marktgeschehen, von Ressourcen, Geld und Erwerbsarbeit. Suffizienz bedeutet daher auch Angstfreiheit, denn wer weniger benötigt, ist auch weniger angreifbar.

## 7 Fazit: Reduktion als Befreiung

Industrialisierte, folglich fremdversorgte Daseinsformen sind umso verletzlicher, je gründlicher sich deren Nutznießer jeglicher Fähigkeiten entledigt haben, notfalls durch eigene substanzielle Kompetenzen, also auch ohne Geld und globalisierte Ressourcenzufuhr zur Sicherung ihrer Existenzgrundlagen beizutragen oder sich gegebenenfalls in Genügsamkeit zu üben. Mit dem Wohlstand wächst nicht nur die zeitökonomische Überforderung, sondern auch die Angst vor dem Weniger. Sie bildet den

Nährboden für eine ökologische Modernisierung, die das unbeschwerte Weiter-so verspricht, indem sie den Pathologien eines gnadenlosen Expansionismus allen Ernstes mit weiterer Expansion zu begegnen versucht. So wird beispielsweise aus den Folgen horrend gewachsener Energieverbräuche die Notwendigkeit eines neuen Wachstums abgeleitet, diesmal basierend auf grün lackierten Technologien zur Energieerzeugung (Bio-, Wind- und Solarenergie). Schließlich sollen niemandem Einsparungen oder anderes Ungemach zugemutet werden. Entsprechend rücksichtslos gestaltet sich jene Mobilmachung, die als „Energiewende“ verklärt wird. Sie walzt sich wie eine Planier-raupe durch die letzten noch verbliebenen Landschaften: Die nunmehr bevorstehende Abschaffung der Natur bildet den Preis dafür, sich gegenüber der Zumutung des Sparens zu emanzipieren. Kann es sein, dass der politische Erfolg (grüner) Wachstumsversprechungen in Wahrheit darin liegt, eine bequeme Form der Angstbewältigung zu verabreichen?

Allerdings wird durch die Fixierung auf rein additive Techniklösungen ein simples Faktum übersehen: Verbrauchsreduktionen und selbstbegrenzende Handlungsmuster haben den Charme, weder Kapital, noch Neuerfindungen, noch politische Weichenstellungen zu benötigen. Sie sind in aller Regel voraussetzungslos und kosten nichts – mehr noch: Sie sparen Geld. Die günstigste und zugleich ökologischste Flugreise ist noch immer die, die nicht stattfindet. Das gilt für Handys, Flachbildschirme, Häuser, Autobahnen, Agrarsubventionen und jede Kilowattstunde an Energie. „Kreatives Unterlassen“ (Paech, 2012) ist überall, unilaterial und kurzfristig umsetzbar.

**Suffizienz bedeutet daher auch Angstfreiheit, denn wer weniger benötigt, ist auch weniger angreifbar**

**Souverän ist, wer wenig braucht und möglichst viel davon eigenhändig oder mit anderen gestalten kann**

Vorsorgliches Einüben von Genügsamkeit, Geduld und manuellem Improvisationsgeschick mildert jenen Aufprall, der längst nicht mehr vermeidbar ist. Die im Rahmen dieses Beitrags skizzierte zeitökonomische Logik der Suffizienz kann den notwendigen Prozess der Entschleunigung und Entrümpelung flankieren, wenngleich nur als „wissenschaftliche Begleitmusik“. Das Deutungsmonopol der traditionellen ökonomischen Rationalität, die eine expansive Freiheitsvision – mal mit, mal ohne BIO-Siegel – nahelegt, entpuppt sich als brüchig.

## Kontakt

apl. Prof. Dr. Niko Paech  
 Universität Oldenburg  
 Lehrstuhl Produktion und Umwelt  
 Postfach 2503  
 D-26111 Oldenburg  
 niko.paech@uni-oldenburg.de

## 8 Literatur

- BUND & Misereor (1996). *Zukunftsfähiges Deutschland*. Basel/Boston/Berlin: Birkhäuser.
- Charron, S. & Koechlin, E. (2010). Divided Representation of Concurrent Goals in the Human Frontal Lobes. *Science*, 328/5976, 360-363.
- Dixit, A. D. & Stiglitz, J. E. (1977). Monopolistic Competition and Optimum Product Diversity. *American Economic Review*, 67, 297-308.
- Gossen, H. H. (1854). *Entwicklung der Gesetze des menschlichen Verkehrs und der daraus fließenden Regeln für menschliches Handeln*. Braunschweig: Friedrich Vieweg & Sohn.
- Hilgers, M. (1997). *Scham. Gesichter eines Affekts*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Hirsch, F. (1980). Die sozialen Grenzen des Wachstums. Reinbek: Rowohlt.
- Huber, J. (1995). *Nachhaltige Entwicklung*. Berlin: Edition Sigma.
- Lancaster, K. (1966). A New Approach to Consumer Theory. *Journal of Political Economy* 74, 132-157.
- Paech, N. (2005). *Nachhaltiges Wirtschaften jenseits von Innovationsorientierung und Wachstum*. Marburg: Metropolis.
- Paech, N. (2008). Regionalwährungen als Bausteine einer Postwachstumsökonomie. *Zeitschrift für Sozialökonomie* 45/158-159, 10-19.
- Paech, N. (2010). Nach dem Wachstumsrausch: Eine zeitökonomische Theorie der Suffizienz. *Zeitschrift für Sozialökonomie* 47/166-167, 33-40.
- Paech, N. (2012). *Befreiung vom Überfluss. Auf dem Weg in die Postwachstumsökonomie*. München: Ökom.
- Princen, T. (2005). *The Logic of Sufficiency*. Cambridge: MIT Press.
- Riemann, F. (2003). *Grundformen der Angst*. München/Basel: Ernst Reinhardt Verlag.
- Sachs, W. (2002). *Nach uns die Zukunft*. Frankfurt a.M.: Brandes & Apsel.
- Scheer, H. (1999). *Solare Weltwirtschaft. Strategie für die ökologische Moderne*. München: Antje Kunstmann Verlag.
- Schmidt-Bleek, F. (2000). *Das MIPS-Konzept. Weniger Naturverbrauch – mehr Lebensqualität durch Faktor 10*. München: Knauer.
- Stengel, O. (2011). *Suffizienz*. München: oekom.
- Umweltbundesamt (2013). *Treibhausgasausstoß in Deutschland 2012 – vorläufige Zahlen aufgrund erster Berechnungen und*

*Schätzungen des Umweltbundesamtes.* <http://www.umwelt-daten.de/publikationen/fpdf-l/4432.pdf>. (inges. am 24.07.2013).

Techniker Krankenkasse (2010). *Gesundheitsreport 2010 – Gesundheitliche Veränderungen bei Berufstätigen und Arbeitslosen von 2000 bis 2009*. Lübeck: Schipplick Winkler Printmedien.

Weizsäcker, E. U. von, Hargroves, K. & Smith, M. (2010). *Faktor Fünf: Die Formel für nachhaltiges Wachstum*. München: Droemer.

## Endnoten

- 1) Im vergangenen Jahr sind die CO<sub>2</sub>-Emissionen laut einer Erhebung des Umweltbundesamtes (2013) in Deutschland gestiegen, obwohl nie zuvor so viele technische Anlagen (insbesondere zur Nutzung erneuerbarer Energieträger) und andere Vorkehrungen genutzt wurden, die der Entkopplung bzw. Emissionsvermeidung dienen. Dabei ist nicht einmal (vollständig) berücksichtigt, dass erstens eine massive Verlagerung emissionsintensiver Produktion nach Asien stattfindet und zweitens die Technologien zur Nutzung erneuerbarer Energieträger neue Schäden in andere Umweltmedien (z.B. immense Natur- und Flächenverbräuche) hervorrufen.
- 2) Zentrales Kraftwerk im Film „Metropolis“ von Fritz Lang.
- 3) Eine mathematisch präzisere Darstellung findet sich bei Paech (2010).

– *Endversion des Manuskripts zum Druck angenommen am 23. Juli 2013* –