







...und was hab ich damit zu tun??

| | |
|--|--|
|  | ...und was hab ich damit zu tun?? |
|  | persönliche Konsumententscheidungen in Bezug auf Lebensmittel hinterfragen Handlungsalternativen finden & Verantwortungsbewusstsein erweitern Grenzen der individuellen Verantwortung erkennen |
|  | Vorbereitungszeit für AP: 10 Min. Durchführung: 50 – 80 Min. Reflexion und Abschluss: 20 Min. |
|  | flexibel Einzelarbeit und KG |
|  | Biographiearbeit mit Impulsfragen Austausch in KG Optional, aber empfehlenswert: Fishbowl |
|  | Impulsfragen für Biographiearbeit Flipchartpapier Stift und Papier |

Kurzbeschreibung

- Nach kurzer Einleitung zum Thema beschäftigen sich die TN mit den Impulsfragen aus den Bereichen persönliche Konsumententscheidungen in Bezug auf Lebensmittel, Handlungsalternativen sowie dem Begriff der individuellen Verantwortung, aber auch den Grenzen des persönlichen Verantwortungsbereichs.
- Im Anschluss bilden die TN eigenständig KG zu 3 Personen, um sich über ihre Gedanken der Biographiearbeit austauschen zu können.
- Optional: Zum Abschluss Diskussion im Fishbowl Format

Informationen für AP

- Modul kann sehr sensible Themen bewegen.
- Individuelle Aussagen und Haltungen nicht wertend kommentieren.
- Im Anschluss an das Modul bewusst die Möglichkeit zur Reflexion schaffen und ggf. auch (Einzel-)Gespräche anbieten.
- Benötigte Zeit zur Durchführung des Moduls durch Anzahl der gewählten Impulsfragen sowie durch gewählte Zeit für Austausch und Diskussion anpassbar.

...und was hab ich damit zu tun??

Vorbereitung
– Auswahl der Impulsfragen für die Biographie–arbeit.
– Ergänzung der Impulsfragen möglich.
– Impulsfragen auf Flipchart übertragen, sodass diese später von den TN abge–schrieben werden können.
– Alternativ: Falls Kopierer vorhanden, Blätter mit Impulsfragen für alle TN kopieren.
– Stifte und genügend Papier für alle TN bereit–legen.
Ggf. Seminartagebuch nutzen.

Durchführung
Kurze Einleitung zum Modul:

- Persönliche Kauf– und Konsumententscheidungen haben Auswirkungen – auf unseren Körper, unsere Gesundheit, unser Wohlbefinden – aber auch auf andere Menschen, den Ressourcenverbrauch, den Energieverbrauch, auf Ökosysteme und Biodiversität, auf Produzent*innen, politische Entscheidungen oder „die Gesellschaft“.
- Wie diese Entscheidungen auch ausfallen – es sind persönliche Entscheidungen und damit nicht „richtig oder falsch“, nicht „gut oder schlecht“.
- Entscheidungsprozesse werden innerhalb (gegebener Rahmenbedingungen) beeinflusst von persönlichem Interesse, vorhandenem Wissen, dem Ausmaß an Bewusstsein und dem individuellen Willen, Verantwortung zu übernehmen.
- In diesem Modul wollen wir auf unser persönliches Essverhalten schauen und überlegen, wo wir Verantwortung übernehmen wollen/können, aber auch wo wir das nicht wollen/nicht können. Wo unser Verantwortungsbereich endet und wo der „ändern“ anfängt.

Arbeitsauftrag:

- Impulsfragen abschreiben oder kopierte Fragen und Stift nehmen.
- Alle TN suchen sich einen Ort, an dem sie für 30 Min. in Ruhe und alleine an den Impulsfragen arbeiten.
- Gedanken zu den Fragen und dabei aufgekommene Gefühle schriftlich festhalten.
- Zurückkommen in den Seminarraum und eigenständig KG zu drei Personen bilden.
- Danach erfolgt in den KG ein 20 minütiger Austausch über die Gedanken und Gefühle zu den Impulsfragen. Bitte beachten: Essverhalten und Kaufentscheidung können sensible Themen sein, deshalb nicht wertend kommen–tieren oder sich lustig machen. Außerdem auf ausgewogene Gesprächsanteile achten. Es kann auch schön sein, wenn reihum eine Person z.B. 5 Min. nur spricht und die anderen hören zu. Erst danach Austauschen.

Optional, aber empfehlenswert: Diskussion in der GG im Fishbowl–Format

- GG sitzt im Kreis, drei bis vier freie Stühle stehen in der Mitte.
- Fragen, welche TN die Diskussion starten wollen. Diese sitzen in der Mitte und diskutieren die Impulsfragen.
- Fokus der Diskussion (zu Beginn) auf Reichweite und Auswirkungen von persönlichen Entscheidungen, Möglichkeiten und Grenzen der individuellen Verantwortung oder Rolle der kollektiven Verantwortung.
- Jede Person kann zu jedem Zeitpunkt in die Mitte gehen, eine beliebige Person austauschen, deren einen Platz einnehmen und sich in die Diskussion einbringen.

Nachbereitung & Auswertung
Anregungen zur Reflexion:
– Reichweite und Auswirkungen von persönlichen Entscheidungen aufzeigen.
– Grenzen der individuellen Verantwortung und Beginn der kollektiven Verantwortung aufzeigen.
– Wie kann ein Systemwandel aussehen?
...und wie beginnt diese Veränderung?

Vorschlag für aufbauende Module:

- Nachhaltigkeit DIY
- Better Practice
- Perspektivenwechsel

...und was hab ich damit zu tun??

Impulsfragen

Persönliches Essverhalten

- Was sind deine drei Lieblingsgerichte?
- Was ist dir beim Essen wichtig?
- Wie wichtig ist dir das Tierwohl von Nutztieren?
- Bei wie vielen Mahlzeiten hast du in der letzten Woche tierische Produkte (Fleisch, Wurst, Milch, Käse, Butter) zu dir genommen?
- Tierische Produkte können auch in Schokolade (Milch), Gummibärchen (Gelatine), Apfelsaft und Wein (Eiklar, Proteine aus der Fischblase, Gelatine) oder frischen Bananen (Pestizid, gewonnen aus den Panzern von Garnelen und Insekten) verarbeitet sein. Wie häufig isst du solche Produkte?
- Chicken–Wings, Kalbsschnitzel, Rumpsteak, Double–Beef–Burger: Könntest du selbst eines der Tiere dafür schlachten?
- „Weit–Gereistes“: Kakao, Kaffee, Avocado, Banane – haben einen weiten Weg bis zu uns. Wie häufig konsumierst du Waren, die mindestens 1000 km gereist sind?
- Energieaufwändiger Anbau und Lagerung: Tomaten, Salatgurken, Äpfel und Zucchini: außerhalb ihrer Saison wird sehr viel Energie in diese Produkte gesteckt. Wie oft hast du dich in der letzten Woche für nicht saisonales Obst/Gemüse entschieden?
- Ca. 94 % der im Supermarkt gekauften Lebensmittel stammen aus konventioneller (=nicht biologischer) und damit meist sehr ressourcenintensiver Landwirtschaft. Wie groß ist bei dir der Anteil an konventionellen Lebensmitteln?

Individuelle Verantwortung

- Individuelle Verantwortung
- Wofür übernimmst du bei der Auswahl deiner Lebensmittel Verantwortung?
- Welche Ideale stehen hinter deinen Kaufentscheidungen?
- Wie beeinflusst dich die Auswahl im Supermarkt?
- Was erhoffst du dir davon, wenn du bewusste Kaufentscheidungen triffst?
- Was kann individuelle Verantwortung bewirken?
- Wo bin ich bereit, den „ersten Schritt“ zu machen und inwiefern kann das andere motivieren „mitzukommen“?
- Grenzen individueller Verantwortung
- Wofür möchtest du Verantwortung übernehmen, kannst es aber (noch) nicht? ...Warum?
- Wofür möchtest du keine Verantwortung übernehmen? ...Warum?
- Gibt es Aspekte, die dir „einfach egal“ sind?
- Wo macht es „keinen Unterschied“, wie ich mich als Einzelperson verhalte?
- Was sollen „die anderen“ machen?

Handlungsalternativen

- Welche Alternativen kennst du zu:
 - Discounter–Supermarkt
 - Plastiktüte und Aludose
 - Massentierhaltung
 - Mit dem Auto einkaufen
 - Pestizide und Chemiedünger
 - ...und wie oft nutzt du persönlich solche Alternativen?
- Welche Initiativen oder Projekte kennst du, in denen Menschen sich für eine nachhaltige Lebensmittelproduktion einsetzen?
- Was glaubst du: wie wichtig ist für eine nachhaltige Ernährung?
 - Saisonalität
 - Regionalität
 - Vegetarische Anteile
 - Vegane Alternativen
 - Biologischer Anbau
 - Artgerechte Tierhaltung
 - Fairer Handel
 - ...und wie oft achtest du persönlich auf solche Kriterien?

Kollektive Verantwortung

- Wofür sollte deiner Meinung nach „die Politik“ Verantwortung übernehmen und welche Maßnahmen schlägst du vor?
- Wofür sollte deiner Meinung nach „die Wirtschaft“ Verantwortung übernehmen und welche Maßnahmen schlägst du vor?
- Wofür sollten deiner Meinung nach „die Produzent*innen“ Verantwortung übernehmen und welche Maßnahmen schlägst du vor?
- Welche Rolle spielt deiner Meinung nach „die Gesamtheit aller Verbraucher*innen“?

Impressum

Herausgebende:

Ehemaligenarbeit Kochinitiative

Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners e.V.

Büro Karlsruhe (Freiwilligendienste und Notfallpädagogik)

Parzivalstraße 2b | 76139 Karlsruhe

Tel +49 (0)721 20111–175

Fax +49 (0)721 20111–180

wirkochen@freunde-waldorf.de

www.freunde-waldorf.de

www.zukunft-im-koffer.info

Verfasser:


Daniel Hüttel

Stand der Bearbeitung: Dezember 2020

**Freunde der
Erziehungskunst
Rudolf Steiners**

Gefördert durch ENGAGEMENT GLOBAL mit Mitteln des 

Für den Inhalt dieser Publikation ist allein „Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners e.V.“ verantwortlich; die hier dargestellten Positionen geben nicht den Standpunkt von Engagement Global und dem Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung wieder.

 Bundesministerium für
wirtschaftliche Zusammenarbeit
und Entwicklung