

## Lebensqualität und Nachhaltigkeit

Unser Konzept vom guten Leben für alle, jetzt und in Zukunft

Team und Kontakt:

Dr. Ines Omann – Bereichsleitung Lebensqualität und integrierte Strategien – [ines.omann@seri.at](mailto:ines.omann@seri.at)

Dr. Friedrich Hinterberger – Wissenschaftliche Geschäftsführung – [fritz.hinterberger@seri.at](mailto:fritz.hinterberger@seri.at)



## NACHHALTIGE LEBENSQUALITÄT

---

Es gibt zahlreiche Definitionen von Lebensqualität; die meisten davon beschreiben Lebensqualität als eine Kombination aus objektiven Lebensbedingungen und subjektivem Wohlbefinden. Zu den objektiven Lebensbedingungen gehören Ressourcen wie Einkommen, intakte Umwelt, Gesundheitssystem, Zugang zu Bildung sowie die Freiheit, aus diesen Ressourcen den eigenen Lebensstil frei wählen zu können. Dadurch können Bedürfnisse erfüllt werden, was zu positiven Emotionen und damit zu hohem subjektivem Wohlbefinden führt.

Hohe Lebensqualität in einem nachhaltigen Sinne zeichnet sich für uns dadurch aus, dass dieses **gute Leben** für alle, jetzt und in Zukunft gewährleistet ist.

Im Folgenden wird der SERI-Lebensqualitätsansatz vorgestellt, dessen Grundelemente Bedürfnisse, Strategien und nachhaltige Entwicklung sind. Wir gehen davon aus, dass die übergeordnete Zielsetzung einer nachhaltigen Entwicklung eine hohe Lebensqualität jetzt und in Zukunft ist. Daher ist Lebensqualität ein Konzept, das wie ein Dach über allen anderen Kategorien steht.

## DER SERI-ANSATZ

---

### Persönliches Wohlbefinden

Ausgangspunkt des SERI-Ansatzes ist das Streben nach höchstem **persönlichen Wohlbefinden**, das dem menschlichen Handeln zugrunde liegt. Jeder Mensch ist danach bestrebt, größtmögliches Glück und Wohlbefinden zu erreichen, und das auf zwei verschiedenen Ebenen: Zum Einen geht es darum, sich zu verwirklichen und Sinn in den jeweiligen Tätigkeiten zu finden (eudaimonisches Wohlbefinden), zum Anderen streben wir danach, Freude, Genuss und positive Gefühle zu erleben und möglichst zufrieden mit dem eigenen Leben zu sein (hedonisches Wohlbefinden).

### Bedürfnisse

Um hohes persönliches Wohlbefinden zu erreichen ist es notwendig, dass wir uns verschiedenste **Bedürfnisse** erfüllen. Bedürfnisse verstehen wir als fundamentale Dimensionen menschlicher Entwicklung und nicht – wie oft im allgemeinen Sprachgebrauch verwendet – als oberflächliche Wünsche.

Zu den grundlegenden Bedürfnissen gehören u.a. Subsistenz (Essen, Trinken, Wohnung, Kleidung, hygienische und medizinische Versorgung), Beziehungen und Liebe, Teilhabe am gesellschaftlichen Leben und Sicherheit. Ob und wie gut wir uns unsere jeweiligen Bedürfnisse erfüllen ist ausschlaggebend für das Ausmaß an persönlichem Wohlbefinden. Welche Bedürfnisse wir haben ist abhängig von verschiedenen Einflussfaktoren, wie z.B. der Kultur in der wir leben, den Werten und Glaubenssätzen, die wir haben oder dem sozialen Umfeld, in dem wir aufgewachsen sind und gelernt haben (Sozialisierung). Bedürfnisse an sich sind weder gut noch schlecht, weder nachhaltig noch unnachhaltig – sie sind neutral.

## Strategien

Es gibt nun unterschiedliche Möglichkeiten, *wie* wir uns unsere Bedürfnisse erfüllen. Wir nennen diese Möglichkeiten **Strategien**. Das Bedürfnis nach Identität oder Freiheit kann beispielsweise mit dem Besitz eines Motorrads mit dem man die Wochenenden durch die Gegend fahrend verbringt oder aber indem man mit FreundInnen wandern geht, befriedigt werden. Während ersteres normalerweise mit einem großen Ressourcenverbrauch verbunden ist, kommt zweiteres einer nachhaltigen Strategie viel näher. Strategien können sich also deutlich in ihrem Ressourcenverbrauch (Material, Fläche, Wasser, Energie) unterscheiden, was sie mehr oder weniger nachhaltig macht.

Welche Strategien wir verwenden, um unsere Bedürfnisse zu erfüllen, hängt von unseren Gewohnheiten und verschiedenen (inneren und äußeren) Bedingungen ab, innerhalb derer wir uns bewegen und interagieren. Diese Bedingungen werden von folgenden Aspekten bestimmt:

- **Glaubenssätze:** Glaubenssätze sind Verallgemeinerungen und Überzeugungen über uns selbst und darüber, was in der Welt um uns herum möglich ist. Beispiele dafür sind „Um dazu zu gehören, brauche ich ein Auto“ oder „Ich kann mich nur am Meer entspannen“.
- **Ressourcen:** Der Ressourcenbegriff wird in diesem Zusammenhang weit gefasst; wir verstehen darunter das Einkommen und die sich daraus ergebenden Möglichkeiten zu konsumieren sowie Bildung und damit Informationen über gewisse Strategien.
- **Kultur:** Unter Kultur verstehen wir einerseits unsere Sozialisierung, durch die gewisse Werte und Strategien Priorität haben, sowie vorherrschende Rahmenbedingungen (Bildungssystem, Infrastruktur, Institutionen), innerhalb derer wir uns bewegen und handeln.
- **Fähigkeiten:** Unter Fähigkeiten fallen die Fähigkeiten und Begabungen eines jeden Einzelnen (die Art und Weise wie bzw. ob wir uns bestimmte Bedürfnisse erfüllen können, welche Strategien wir auswählen) sowie die Entscheidungsfreiheit, gewisse Strategien (nicht) zu wählen.

Nachhaltige  
Entwicklung

Definiert man hohe Lebensqualität über die Möglichkeit, Bedürfnisse für alle, jetzt und in Zukunft bestmöglich erfüllen zu können, dann ist dies mit nachhaltiger Entwicklung vereinbar, da es für die Erfüllung der meisten Bedürfnisse ressourcenextensive, sozial verträgliche und damit nachhaltigere Strategien gibt.

Mit der Wahl unserer Strategien können wir also mehr oder weniger Ressourcen verbrauchen, was sich auf die Entwicklung unseres Planeten auswirkt. Je nachdem, wie wir uns verhalten, also welche Strategien wir anwenden, entnehmen wir verschiedenen Regionen der Erde mehr oder weniger Ressourcen und belasten sie mit mehr oder weniger Umweltauswirkungen.

Damit verändern wir einerseits die Rahmenbedingungen innerhalb derer wir uns bewegen und andererseits die uns und den nächsten Generationen zur Verfügung stehenden Ressourcen und Verwirklichungschancen – was unterschiedliche Voraussetzungen für die Auswahl möglicher Strategien mit sich bringt. Durch die Wahl der Strategien wird also nachhaltige Entwicklung ermöglicht oder untergraben.

## ANWENDUNG

---

Unser Konzept von Lebensqualität und Nachhaltigkeit wurde bereits auf zahlreichen internationalen Konferenzen präsentiert (z.B. ESEE 2009, ISEE 2010, ESEE 2011, Well-Being Conference 2011).

Praktisch wird das Konzept seit Herbst 2011 im Rahmen des EU-Projektes „InContext“ in einer österreichischen Gemeinde (Finkenstein, Kärnten) angewandt. Hier wollen wir erstmals mit diesem bedürfnisorientierten Ansatz partizipativ arbeiten und zu einem *wirklichen* Wandel in Richtung Nachhaltigkeit beitragen, der die Lebensqualität der lokalen Bevölkerung erhöht.

In unseren LebensKlima-Projekten steht der Zusammenhang zwischen unserem individuellen Verhalten, dessen Auswirkungen auf die Umwelt, der daraus folgende Wandel und die Wirkung dessen auf unsere Lebensqualität im Zentrum. Mehr zu diesen Projekten finden Sie unter [www.lebensklima.at](http://www.lebensklima.at).

## LITERATUR

---

Frühmann, J., Grünberger, S. und Omann, I. (2010). Strategien mit Mehrwert – Bedürfnisse als Schlüssel zu einer nachhaltigen Lebensqualität. In: Der Ausbruch aus dem Hamsterrad. Werkzeuge zur harmonischen und befriedigenden Verbindung von Leben und Arbeit. Fuchs Anneliese, Kaiser Alexander (Hrsg.). Böhlau Verlag.

Rauschmayer, F., Omann, I., Frühmann, J. (2010). Needs, capabilities, and quality of life. Re-conceptualizing Sustainable Development. In: Rauschmayer, F., Omann, I., Frühmann, J. (eds.) (2010): Sustainable Development: Capabilities, needs, and well-being. Routledge.

---

Detaillierte Projektbeschreibungen, weitere Auftraggeber sowie Projektpartner unter: [www.seri.at](http://www.seri.at), [www.incontext-fp7.eu](http://www.incontext-fp7.eu), [www.lebensklima.at](http://www.lebensklima.at)

SERI BRIEFING SHEETS stellen zentrale Themen und Zugänge von SERI Projekten vor. Wir richten uns damit an Wissenschaftlerinnen, PolitikerInnen und die interessierte Öffentlichkeit

Weitere SERI – BRIEFING SHEETS unter: [www.seri.at/publications](http://www.seri.at/publications)

---

