

# Zuversicht tanken & handlungsfähig werden

Simone Beege - 26.02.26

# Der Zustand der Welt

- Wie viel % der Mädchen in allen Niedriglohnländern der Welt schließen heute die Grundschule ab?
- Wie hoch ist die weltweite Lebenserwartung inzwischen?
- Die Anzahl der Todesfälle durch Naturkatastrophen hat sich im Vergleich zu den letzten 100 Jahren
  - Mehr als verdoppelt
  - Kaum verändert
  - Um mehr als die Hälfte reduziert
- Wie viele Menschen auf der Erde haben Zugang zu Elektrizität?

# Der Zustand der Welt

- Wie viel % der Mädchen in allen Niedriglohnländern der Welt schließen heute die Grundschule ab? → **60%**
- Wie hoch ist die weltweite Lebenserwartung inzwischen? → **72 Jahre (2022)**
- Die Anzahl der Todesfälle durch Naturkatastrophen hat sich im Vergleich zu den letzten 100 Jahren
  - Mehr als verdoppelt
  - Kaum verändert
  - Um mehr als die Hälfte reduziert ← **richtige Antwort**
- Wie viele Menschen auf der Erde haben Zugang zu Elektrizität?  
→ **85%**

# Gute Nachrichten

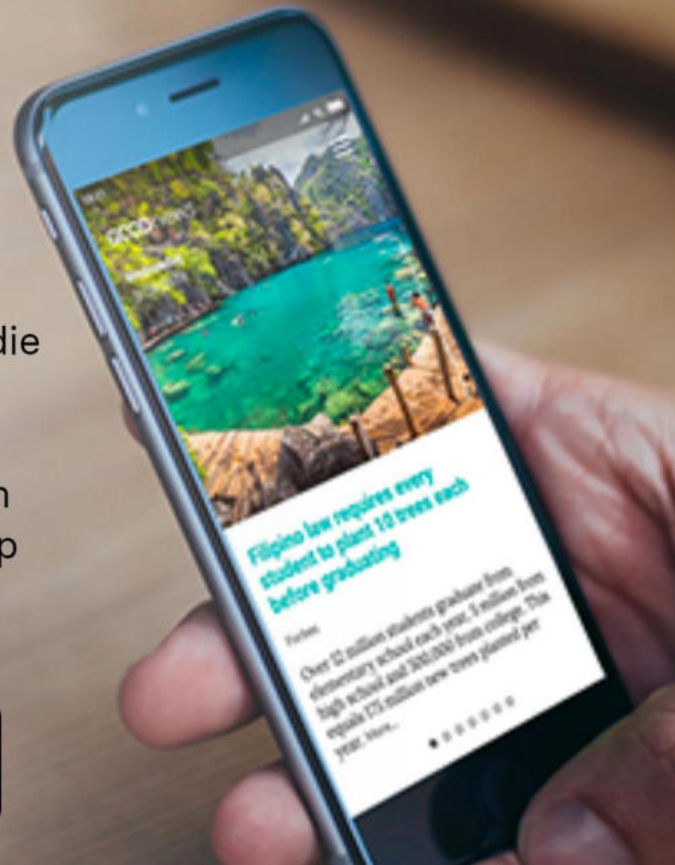
<https://goodnews.eu/>

**GOOD**news



## Die tägliche Dosis Optimismus

Wir sammeln täglich (von Montag bis Freitag) die besten Good News und wichtigsten lösungsorientierten Nachrichten der deutschsprachigen Medien und stellen sie Euch kostenlos zur Verfügung. Ladet jetzt unsere App herunter und seid dabei!



Download on the  
**App Store**



GET IT ON  
**Google Play**



KALEIDOSKOP

# Gutes auf die Ohren & zum Lesen

## Podcasts

### Für jetzt: zum kurzen Reinhören

- Gute Ideen Folge 36 enorm: Wie zeigt ihr Lösungen statt Probleme?
- Good News: Gestärkte Menschenrechte von Südkorea bis Gambia

### Generelle Podcast-Empfehlungen

- Gute Ideen – der Interviewpodcast von Startnext
- Goodcast
- Pod der guten Hoffnung
- Weltaufgang – der Good News Podcast
- Good Impact Podcast
- Die Klimanachbarn

## Zum Lesen

- <https://goodnews.eu/>
- <https://goodnews-magazin.de/>

### Instagram-Kanäle

- Fairlylame\_
- sambentley
- Goodnewsmagazin
- Goodnews.eu
- Goinggreenmedia

# „Umgib dich mit Geschichten des positiven Wandels“

- Growth Mindset
- Lösungsorientiertes Denken
- Mehr Selbstwirksamkeit

# Negativity Bias

oder Negativität bleibt kleben

## Operationsmethode

|    | A                 |    | B                     |      |
|----|-------------------|----|-----------------------|------|
| 1. | 70 % Erfolgsquote | JA | 30 % Misserfolgsquote | NEIN |
| 2. |                   |    |                       |      |

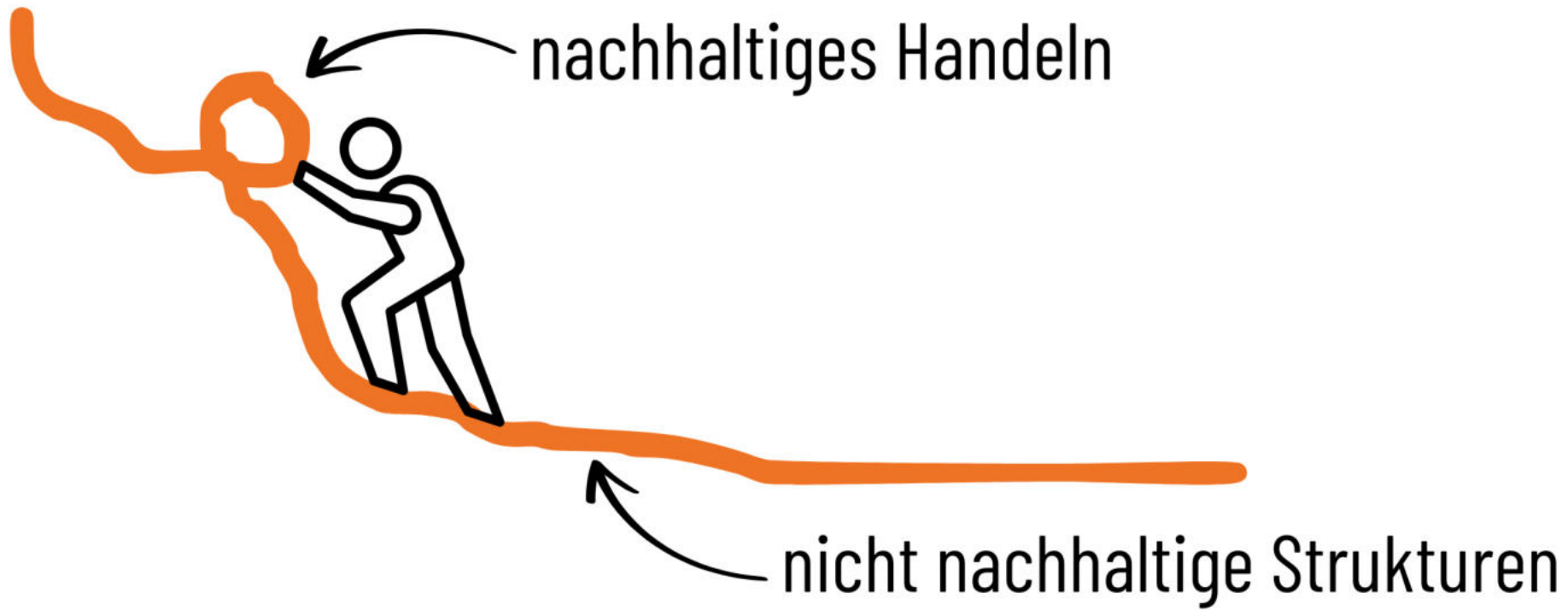
# Negativity Bias

oder Negativität bleibt kleben

## Operationsmethode

|           | A                     |      | B                     |      |
|-----------|-----------------------|------|-----------------------|------|
| <b>1.</b> | 70 % Erfolgsquote     | JA   | 30 % Misserfolgsquote | NEIN |
| <b>2.</b> | 30 % Misserfolgsquote | NEIN | 70 % Erfolgsquote     | NEIN |

# Wer kennt's?



# Vom Ökologischen Fußabdruck



# Vom Ökologischen Fußabdruck zum Handabdruck





**man verringert seinen negativen  
Effekt auf die Mitwelt**

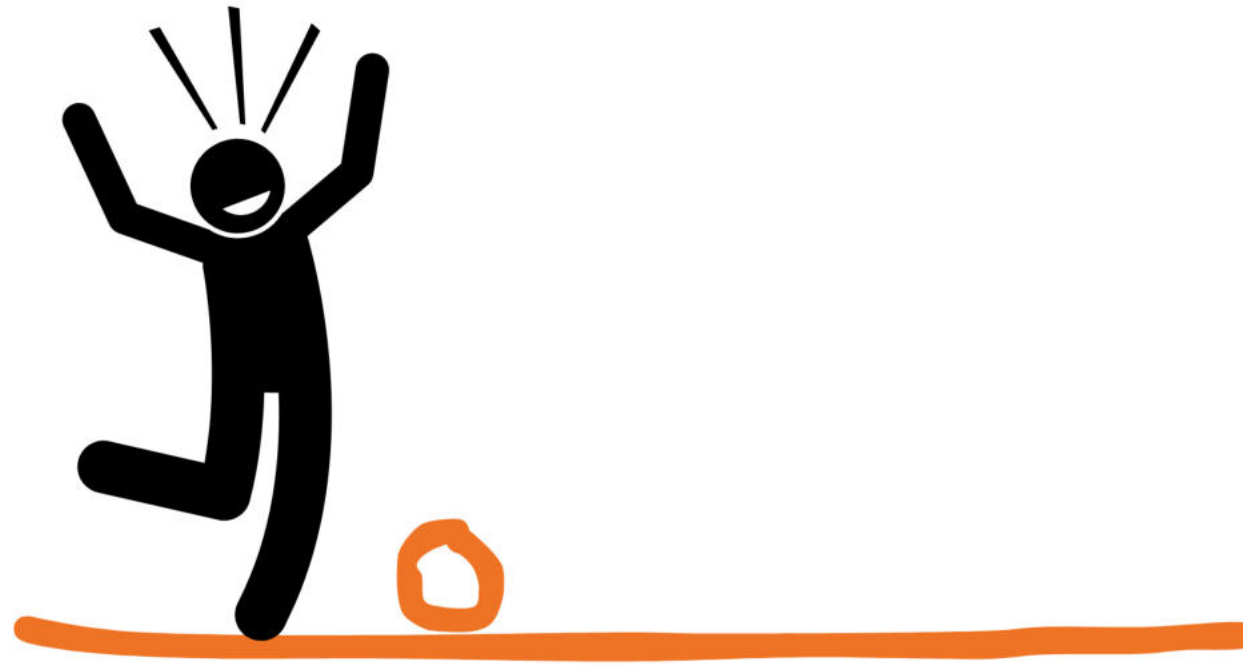
Bsp: ich ernähre mich  
hauptsächlich vegetarisch



**man verändert die Strukturen**

Bsp: Ich spreche die Mensa  
darauf an, dass es mehr  
vegetarische Gerichte geben  
soll

# Nachhaltigkeit als neue Norm



# Welche Maßnahmen sind effektiv?

## Die Klimawaage

KOMPETENZ  
ZENTRUM  
NACHHALTIGER  
KONSUM

[Zum Newsletter](#)



Nationales Programm

Aktuelles

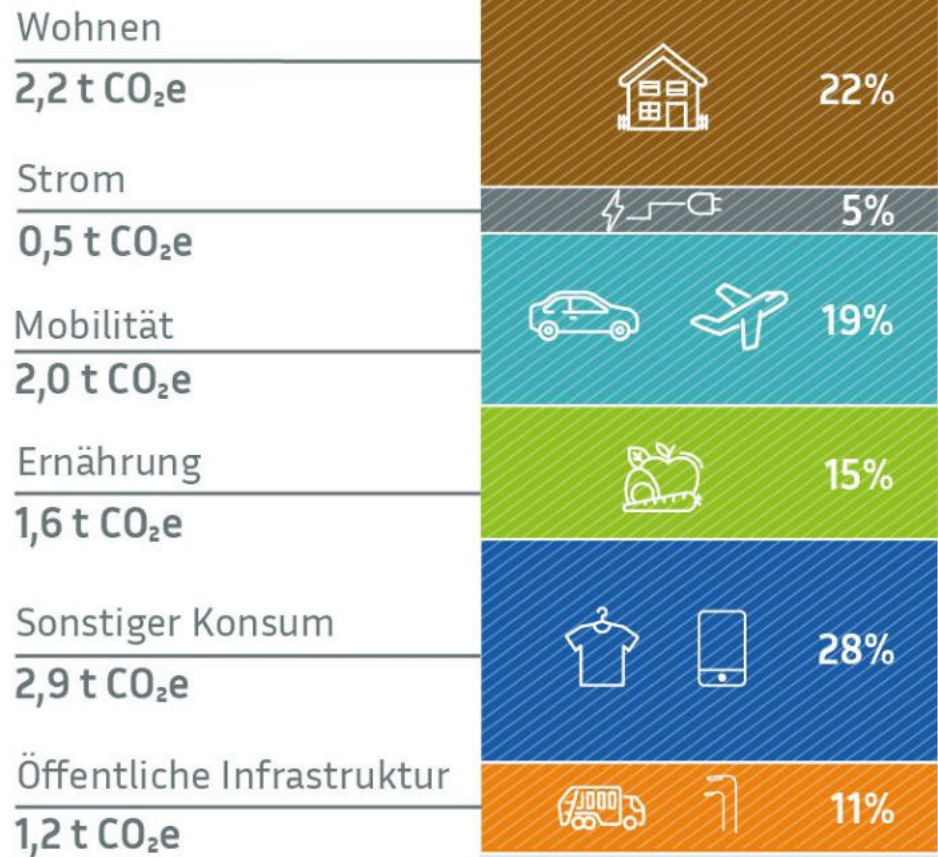
Aktionsmaterialien



Die Klimawaage: ein  
Mitmach-Tool für mehr  
Nachhaltigkeit im Alltag



KALEIDOSKOP



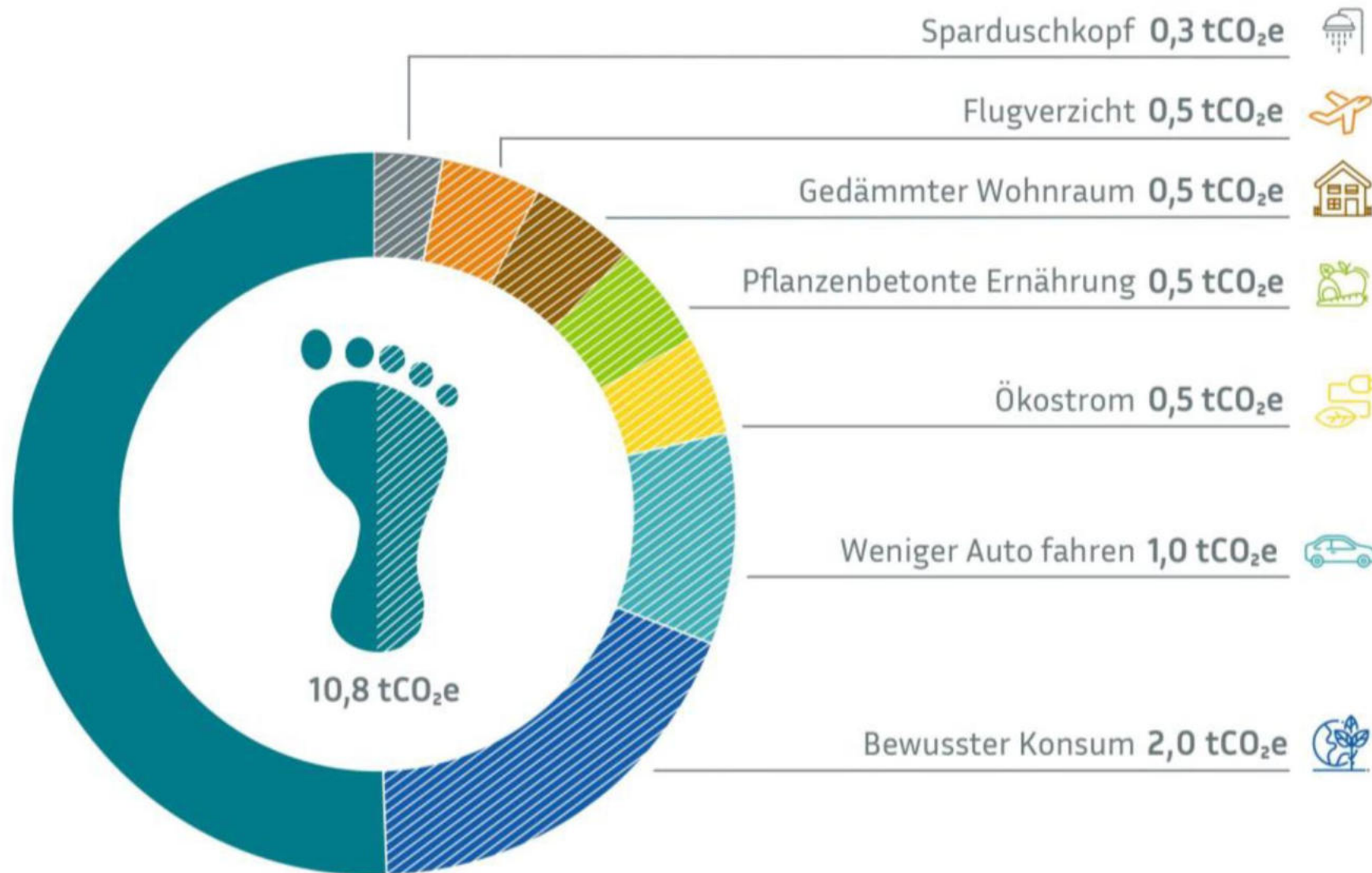
# Treibhausgas- emissionen pro Kopf in Deutschland

CO<sub>2</sub>e: Die Effekte von unterschiedlichen Treibhausgasen (z.B. Methan) werden zu CO<sub>2</sub>-Äquivalenten umgerechnet und in die Berechnung einbezogen.

 Dieses Werk ist unter einer Creative Commons Lizenz vom Typ Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International zugänglich

Quelle: Umweltbundesamt CO<sub>2</sub>-Rechner (Stand 2025)  
© Kompetenzzentrum Nachhaltiger Konsum

# Big Points



CO<sub>2</sub>e: Die Effekte von unterschiedlichen Treibhausgasen (z.B. Methan) werden zu CO<sub>2</sub>-Äquivalenten umgerechnet und in die Berechnung einbezogen.



Dieses Werk ist unter einer Creative Commons Lizenz vom Typ Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International zugänglich

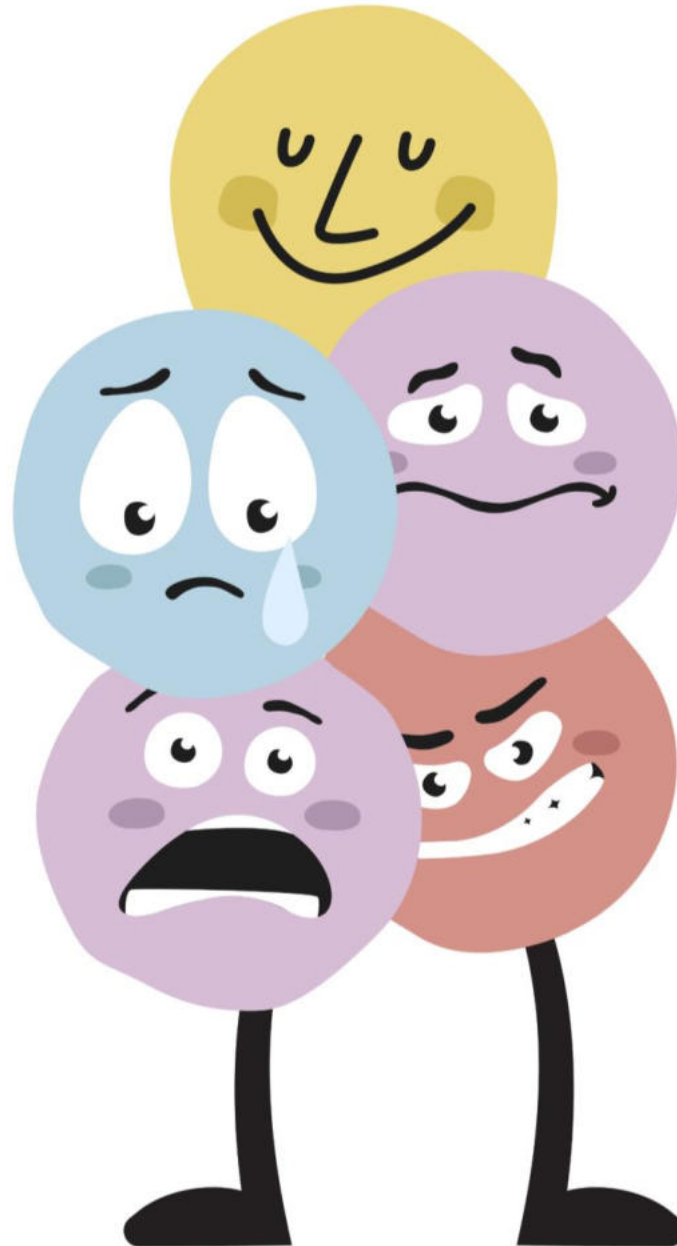
Quelle: Umweltbundesamt CO<sub>2</sub>-Rechner (Stand 2022)  
© Kompetenzzentrum Nachhaltiger Konsum



KALEIDOSKOP

Maren Urner  
(Neurowissenschaftlerin  
und Journalistin):

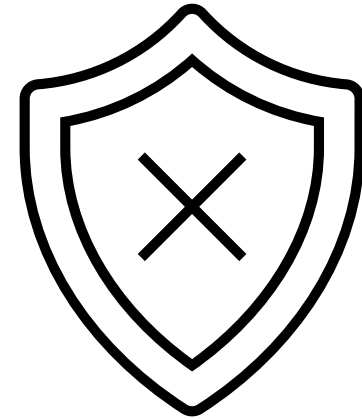
„Wir sind emotionale  
Blobs.“



# Kognitive Dissonanz ⚡

## → (unbewusste) Abwehrmechanismen gegen unangenehme Gefühle

- Das bisschen, was ich verursache, ist nicht so schlimm
- Meine Nachbarin fliegt öfters in den Urlaub
- So schlimm wird's schon nicht werden
- Ausblenden
- Es ist sowieso schon zu spät
- Ich recycel ja schon
- Bevor Land XY nicht anfängt zu handeln bringt es eh nichts



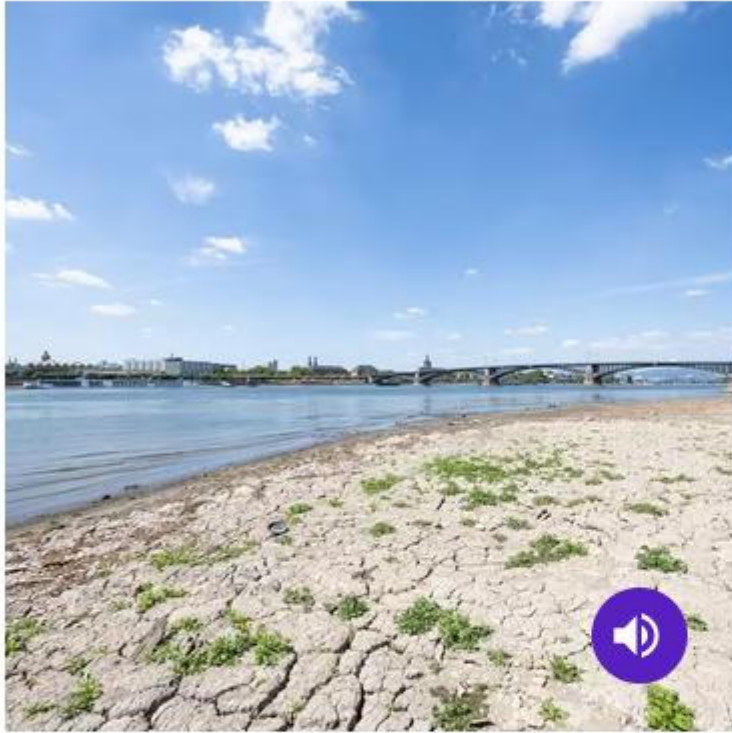
# Klimakrise & Kommunikation

Ursula Odrobina

## Psychologische Nähe schaffen

Spence et al. (2011)





Klimawandel und seine Folgen

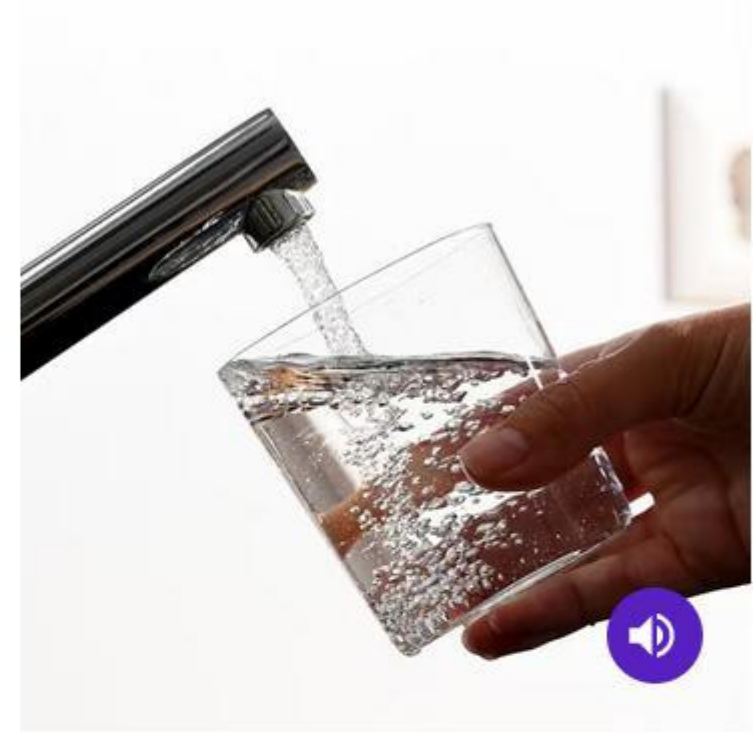
## **Studie: Der Rhein wird immer wärmer**

 mit Audio



Trotz Regenfällen im Juni

## **Kaum Entspannung für Felder, Wälder und Flüsse in RLP - Es bleibt zu trocken**



Klimakrise verschärft Problem

## **Studie: Landkreise im Südwesten entnehmen mehr Grundwasser als sie sollten**



Vor allem Hanglagen von Fluss-  
tälern betroffen

**Gefahr für Wanderer:  
Klimawandel bringt  
Bäume zum Umstür-  
zen**



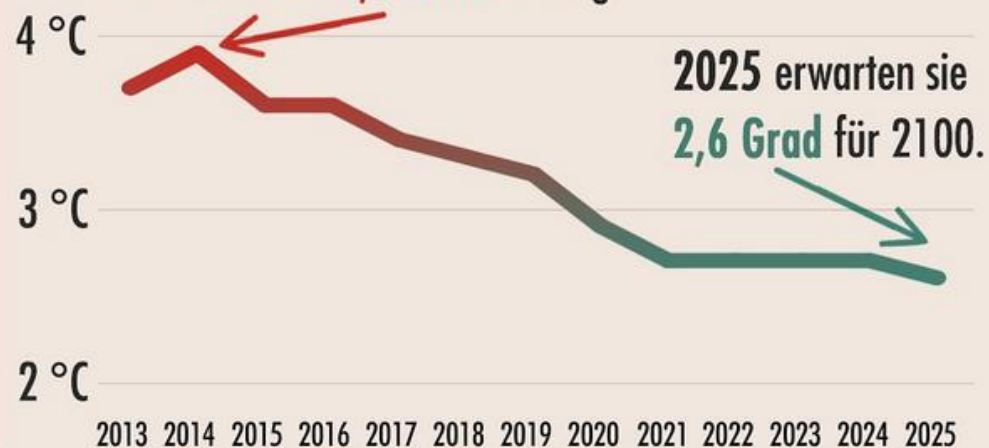
Thema Klimawandel

**Mainzer Forscher: Sommer  
2023 war der wärmste seit über  
2.000 Jahren**

# Weltweite Zusammenarbeit beim Klimaschutz bringt was



Vor dem Pariser Klimaabkommen erwarteten Wissenschaftler:innen, dass die Temperatur bis 2100 um **3,9 Grad** ansteigt.



Die Wissenschaftler:innen berechnen die Temperatur für 2100 aufgrund der aktuellen politischen Maßnahmen im jeweiligen Jahr.

## Climate Action Tracker



**»WIR SCHÜTZEN JA NICHT  
DAS KLIMA(...). WIR  
SCHÜTZEN, WENN WIR DAS  
KLIMA SCHÜTZEN: FREIHEIT,  
MENSCHENWÜRDIGES  
LEBEN, MENSCHLICHKEIT  
AUF DER ERDE.«**

Robert Habeck  
08. Mai 2024



<https://realutopien.info/visuals/frankfurt-realutopie-2045/>

Frankfurt Realutopie 2045 by Reinventing Society / Render Vision, CC BY-NC-SA 4.0

# Superblocks



69 Prozent der Weltbevölkerung  
würden 1% ihres Einkommens pro  
Monat für Klimaschutz abgeben

Selbstauskunft 69% → bereit 1%

Fremdeinschätzung: 43%



Kaleidoskop\_wandel

Newsletter



<https://www.kaleidoskop-wandel.de/>



KALEIDOSKOP