



BILDUNG FÜR NACHHALTIGEN
KONSUM DURCH
ACHTSAMKEITSTRAINING



BiNKA – Bildung für nachhaltigen Konsum durch Achtsamkeitstraining Evaluationsbögen

Zusatzmaterial zum BiNKA-Toolkit



Hinweis:

Die folgenden Evaluationsbögen sind Zusatzmaterial zu folgender Publikation:

Fritzsche, J., Fischer, D., Böhme, T. & Grossman, P. (2018). Bildung für nachhaltigen Konsum durch Achtsamkeit. Images & Objects – Active Learning Methodology, Bd. 9. Bad Homburg: Verlag für Akademische Schriften.

ISBN: 978-3-88864-559-4

Verfügbar unter: www.achtsamkeit-und-konsum.de

Das Toolkit ist ein Produkt, das im Rahmen des Projektes Bildung für nachhaltigen Konsum durch Achtsamkeitstraining (BiNKA) entstanden ist (www.achtsamkeit-und-konsum.de). Das Projekt wurde zwischen 2015 und 2018 im Rahmen der Sozial-ökologischen Forschung (SÖF) des BMBF gefördert, Projektnummer 014UT1416.

Kontakt (Verbundkoordinator):

Prof. Ulf Schrader

Fachgebiet Arbeitslehre/ Ökonomie und Nachhaltiger Konsum

TU Berlin

Marchstr. 23

10578 Berlin

schrader@tu-berlin.de

Grafik- Design Ursula Bier



1. Fragebogen Kleidung

Die folgenden Fragen beziehen sich auf das Thema Kleidung.

Was trifft auf Dich zu? (bitte kreuze an)

		nie		manch -mal		oft		immer
K-1	Ich verschenke oder tausche Kleidung, die ich nicht mehr trage.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
K-2	Ich werfe Kleidung, die ich nicht mehr trage, in den Müll.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
K-3	Ich lüfte meine Kleidungsstücke erst und entscheide dann, ob sie in die Wäsche müssen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
K-4	Anstatt ein Kleidungsstück für einen besonderen Anlass neu zu kaufen, leihe ich es aus.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
K-5	Ich mache Kleidung selbst (z.B. nähen, stricken).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
K-6	Ich trage geflickte und ausgebesserte Kleidung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
K-7	Ich suche eigene Verwendungsmöglichkeiten für alte, aussortierte Kleidung (z.B. als Putzlappen, Recyclingprojekte).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
K-8	Ich suche mir fair produzierte Kleidung aus.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
K-9	Ich suche mir ökologisch produzierte Kleidung aus (z.B. aus Bio-Baumwolle).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
K-10	Ich suche mir gebrauchte Kleidung aus.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
K-11	Ich vermeide Kleidung aus Herkunftsländern mit schlechten Arbeitsbedingungen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
K-12	Ich suche mir Kleidung mit Siegeln aus, die chemische Schadstofffreiheit garantieren (z.B. Textiles Vertrauen).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
K-13	Ich suche mir hochwertige, langlebige Kleidung aus.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

2. Fragebogen Ernährung

Die folgenden Fragen beziehen sich auf das Thema Ernährung.

Was trifft auf Dich zu? (bitte kreuze an)

		nie		manch -mal		oft		immer
E-1	Ich esse Fleisch (Steak, Wurst, u.ä.).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E-2	Ich esse Milchprodukte (Käse, Butter, Joghurt, u.ä.).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E-3	Ich ernähre mich gesund.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E-4	Es kommt vor, dass ich Lebensmittel wegwerfe.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E-5	Ich kaufe Snacks und Getränke in Einwegverpackungen (z.B. Take Away, Fast Food, Coffee to go, ...).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E-6	Ich kaufe Lebensmittel aus kontrolliert biologischem Anbau.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E-7	Ich vermeide Lebensmittel mit übermäßiger Verpackung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E-8	Ich kaufe Lebensmittel aus fairem Handel (z.B. mit FairTrade-Siegel).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E-9	Ich kaufe Lebensmittel auch kurz vor Erreichen des Mindesthaltbarkeitsdatums.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E-10	Ich kaufe Lebensmittel direkt aus der Region.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E-11	Ich verwende Tiefkühlkost.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E-12	Ich koche energiesparend (z.B. mit wenig Wasser, mit passenden Deckeln).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E-13	Lebensmittelreste verwende ich bei der nächsten Mahlzeit.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E-14	Ich koche meine Mahlzeiten mit frischen Zutaten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. Fragebogen Materielle Werte

Die folgenden Fragen beziehen sich auf das, was Dir wichtig ist.

Wie stimmst Du zu? (bitte kreuze an)

		stimme über- haupt nicht zu		stimme eher nicht zu		stimme eher zu		stimme voll und ganz zu
MW-1	Ich besitze gern Dinge, mit denen ich andere beeindrucken kann.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MW-2	Ich mag viel Luxus in meinem Leben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MW-3	Wenn ich bessere Dinge hätte, wäre ich glücklicher.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MW-4	Die Anschaffung materieller Dinge ist eines der wichtigsten Ziele in meinem Leben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MW-5	Ich habe eigentlich alles, was ich brauche, um das Leben zu genießen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MW-6	Manchmal macht es mich sehr unzufrieden, dass ich mir nicht alles kaufen kann, was mir gefällt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MW-7	Die Dinge, die man besitzt, sagen eine Menge darüber aus, wie erfolgreich man ist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MW-8	Ich bewundere Menschen, die teure Häuser, Autos und Kleidung haben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MW-9	Es verschafft mir große Befriedigung, etwas zu kaufen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MW-10	Ich wäre glücklicher, wenn ich mir mehr kaufen könnte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4. Instruktionen zur Auswertung der Fragebögen

Für jeden der drei Fragebögen lässt sich ein Wert ermitteln. Dazu vergeben Sie für jedes Kreuz nach dem untenstehenden Schlüssel Punkte. Bitte beachten Sie, dass für einige Fragen (K-2, E-1, E-2, E-4, E-5 und E-11 sowie MW-5) die Punktwerte in umgekehrter Reihenfolge sind.

Bilden Sie für jeden Fragebogen den Mittelwert, indem Sie für jede Antwort im Fragebogen nach der hier angegebenen Vorlage Punkte vergeben, diese addieren und die Summe anschließend durch die Anzahl der Fragen teilen. Der resultierende Mittelwert muss zwischen 0 und 6 liegen, wobei höhere Werte für einen nachhaltigeren Konsum (Kleidung/Ernährung) bzw. stärkere materielle Wertorientierungen sprechen. Die Werte können so für jeden Lernenden und jede Lernende vorher und nachher verglichen werden.

Kleidung und Ernährung	nie		manchmal		oft		immer
Für die Fragen K-2, E-1, E-2, E-4, E-5 und E-11	6	5	4	3	2	1	0
Für die anderen Fragen zu Kleidung und Ernährung	0	1	2	3	4	5	6

Materielle Werte	stimme überhaupt nicht zu		stimme eher nicht zu		stimme eher zu		stimme voll und ganz zu
Für die Frage MW-5	6	5	4	3	2	1	0
Für die anderen Fragen zu Materielle Werte	0	1	2	3	4	5	6

