

GEMEINWOHL-ÖKONOMIE STEIERMARK

# GEMEINWOHL

# SELBSTTEST



**GWÖ-Selbsttest  
für Privatpersonen**

Version 4.0, Dezember 2019

# Einleitung

## **Liebe Interessentin, lieber Interessent!**

Sind wir auf dieser Welt, um nur uns selbst zufrieden und glücklich zu machen, oder ist es auch eine Aufgabe dieses Lebens, mehr (oder vielleicht viel mehr) für unsere Mitwelt zu tun?

Wenn wir erkennen, dass wir Teil der Gesellschaft sind, sollten wir uns zunächst fragen, wo wir derzeit mit unserem individuellen – sicher auch notwendigen – Egoismus stehen, und was wir konkret, vor allem für unsere regionale Gemeinschaft, verbessern können: **Der Weg vom ICH über das DU zum WIR.**

Als Einstieg dazu dient dieser Selbsttest: Er ist aus einer Zusammenarbeit der Gemeinwohl-Energiefelder im deutschsprachigen Raum entstanden. Er stellt Gemeinwohl-Verhalten einem rücksichtslosen Eigennutz-Streben gegenüber und ermöglicht, die eigene Lebenssituation hinsichtlich des Gemeinwohl-Verhaltens zu hinterfragen, indem er einen schnellen ersten Eindruck gibt, wie ich mit mir und meinem Umfeld umgehe. Im Zentrum stehen dabei die tatsächlichen Handlungen jedes einzelnen Menschen und ihre Wirkung auf die Gemeinschaft.

Dieser Selbsttest soll permanent weiterentwickelt werden. Für Anregungen, Verbesserungsvorschläge, Fragen und Wünsche steht unser Autor\*innen-Team gerne zur Verfügung.

Für weiterführende Informationen verweisen wir auf das „Gemeinwohl-Handbuch“ mit Hintergründen, vertiefenden Impulsfragen und vielen konkreten und praktischen Anregungen (siehe <https://austria.ecogood.org/privatpersonen/#selbsttest>)

**Wir wünschen dir für die Durchführung dieses Tests viel Erfolg und darüber hinaus wertvolle Erkenntnisse für dein Gemeinwohlverhalten.**

Für das Autor\*innen-Team  
Willi Gürtler

## **Kontakt:**

Gemeinwohl-Ökonomie Steiermark, Fokusteam „Ich und das Gemeinwohl“  
Kordinator: Wilhelm Gürtler E-Mail: [wilhelm.guertler@aon.at](mailto:wilhelm.guertler@aon.at)

## **Impressum:**

Stand: Dezember 2019 (für Version 4.0)  
Herausgeber: Gemeinwohl-Ökonomie Steiermark, Fokusteam „Ich und das Gemeinwohl“  
Autor\*innen: Wilhelm Gürtler, Gilsa Hausegger, René Kollmann, Stephan Maier, Ernestine Ferbas, Lisa Steindl, Christian Kozina

**Creative-Commons-Lizenz:** Dieses Material steht unter der Creative-Commons-Lizenz Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International. Um eine Kopie dieser Lizenz zu sehen, besuchen Sie <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>.

## Fragen

Bitte beantworte **alle** folgenden 25 Fragen nach deiner – nur für dich bestimmten – Selbsteinschätzung, bezogen auf dein Verhalten in den letzten zwölf Monaten. Markiere dazu in jeder Zeile das zutreffendste Feld („nein“, „eher nein“, „teils teils“, „eher ja“ oder „ja“).

Menschenwürde	nein	eher nein	teils teils	eher ja	ja
<b>Ich selbst:</b> Ich habe mich selbst als einzigartiges menschliches Wesen wahrgenommen und geachtet.	-1	0	2	3	5
<b>Die Anderen:</b> Ich habe andere Menschen in ihrer Einzigartigkeit wahrgenommen und geachtet.	-2	0	1	2	4
<b>Beziehungen:</b> Ich habe meine Beziehungen bewusst gestaltet, auch die Beziehung zu mir selbst.	-1	0	1	3	4
<b>Kommunikation:</b> Ich habe im täglichen Leben bewusst mit anderen Menschen kommuniziert (Familienmitglieder, Freund*innen, Kolleg*innen, Kassier*innen,...).	-1	0	1	2	3
<b>Engagement:</b> Ich habe mich für die Achtung der Menschenwürde in gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Institutionen eingesetzt.	-1	0	1	2	3
Solidarität	nein	eher nein	teils teils	eher ja	ja
<b>Erwartungslosigkeit:</b> Ich habe gespendet/gegeben/geholfen/eingebracht, ohne konkrete Gegenleistungen an mich zu erwarten.	-1	0	2	3	4
<b>Großzügigkeit:</b> Ich habe Zeit/Wissen/Geld/Güter geschenkt und dabei an die Bedürfnisse Anderer gedacht.	0	1	3	4	6
<b>Dankbarkeit:</b> Ich habe Zeit/Wissen/Geld /Güter als Geschenk dankbar angenommen.	-1	1	2	3	4
<b>Mut:</b> Ich habe Mut zu Zivilcourage und freier Meinungsäußerung aufgebracht.	-1	0	1	3	4
<b>Wirksamkeit:</b> Ich habe in meinem gesamten solidarischen Verhalten auch die gesellschaftlichen Auswirkungen beachtet.	-1	1	2	3	4
Ökologische Nachhaltigkeit	nein	eher nein	teils teils	eher ja	ja
<b>Konsumverhalten:</b> Ich habe nur nachhaltige Produkte und Dienstleistungen konsumiert – und zwar nur so viel, wie ich tatsächlich gebraucht habe.	-2	-1	1	2	4

<b>Ernährung:</b> Ich habe weitestgehend pflanzliche, biologische, regionale und saisonale bzw. selbst angebaute Lebensmittel konsumiert.	-2	0	1	2	4
<b>Energie:</b> Ich habe nur Strom und Heizenergie aus erneuerbaren Quellen genutzt.	-2	-1	1	2	3
<b>Mobilität:</b> Ich habe für meine Wege nur umweltfreundliche Verkehrsmittel gewählt.	-2	-1	1	2	3
<b>Engagement für die Umwelt:</b> Ich habe auch andere Menschen zu ökologisch nachhaltigerem Verhalten bewegt.	0	0	1	2	3
<b>Soziale Gerechtigkeit</b>	nein	eher nein	teils teils	eher ja	ja
<b>Aufgabenteilung:</b> Ich habe offen und ehrlich über gerechte Aufteilung von Rechten/Pflichten in der Gesellschaft und meinen Lebensbereichen gesprochen u. danach gehandelt.	-1	0	1	3	4
<b>Tauschen und Kaufen:</b> Ich habe Tausch- und Kaufhandlungen mit Anderen auf Augenhöhe gestaltet.	-1	0	2	3	4
<b>Chancengleichheit:</b> Ich habe mich öffentlich für eine gerechte Gesellschaft eingesetzt.	-1	0	2	3	4
<b>Teilen:</b> Ich habe meinen Besitz mit Anderen geteilt und im Sinne des Gemeinwohls eingesetzt.	-2	0	1	2	4
<b>Genügsamkeit:</b> Ich habe bewusst auf habsüchtiges und profitgieriges Verhalten verzichtet (z.B. Kapitalerträge aus Spekulationen, Dividenden, überhöhten Zinsen, Mieteinnahmen).	-1	0	1	2	3
<b>Demokratische Mitbestimmung</b>	nein	eher nein	teils teils	eher ja	ja
<b>Demokratiebewusstsein:</b> Ich habe mir meine souveräne Macht als Bürger*in und die Verantwortung für mein Leben und die Gesellschaft bewusst gemacht.	0	1	2	3	5
<b>Eigene Meinung:</b> Ich habe mir meine eigene Meinung gebildet und bin ich ihr auch gefolgt.	-1	1	2	4	5
<b>Politische Kultur:</b> Ich habe mich in zeitgemäßen Formen der Kommunikation und Entscheidungsfindung geübt (z.B. Gewaltfreie Kommunikation, Systemisches Konsensieren).	0	1	2	3	4
<b>Demokratiebildung:</b> Ich habe zu einem besseren Verständnis von Demokratie beigetragen.	-1	1	2	3	4
<b>Politisches Engagement:</b> Ich habe mich ins politische Geschehen eingebracht (für die Gesellschaft; z.B. am Stammtisch, in Initiativen, nicht unbedingt parteipolitisch).	0	1	2	3	5

# Ergebnis

Bitte addiere die Punkte aus den angekreuzten Feldern.

Menschenwürde	Solidarität	Ökologische Nachhaltigk.	Soziale Gerechtigkeit	Demokrat. Mitbestimm.	Gesamtsumme
_____ P. +	_____ P. +	_____ P. +	_____ P. +	_____ P. =	_____ P.

Dieses Ergebnis ist eine Orientierungshilfe für deinen Gemeinwohl-Beitrag:

**67 bis 100 Punkte:** Gratuliere! Du hast erkannt, dass ein gutes Leben nur durch das Zusammenwirken einer solidarischen Gemeinschaft möglich ist. Vielleicht findest auch du noch Möglichkeiten, weitere Schritte zu setzen.

**33 bis 67 Punkte:** Das Ergebnis zeigt dir, dass dir das Wohl Anderer und deine Umwelt wichtig sind. Du kannst dich in diese Richtung weiter entwickeln!

**0 bis 33 Punkte:** Du hast manchmal an Andere gedacht und könntest noch sehr viel mehr für die Gemeinschaft tun. Gehe den Test noch einmal durch und überlege, bei welchen Fragen du dich verbessern möchtest.

**Unter 0 Punkte:** Hast du alle Zeilen ausgefüllt? Wenn ja, hast du dich meistens auf dein Eigenwohl konzentriert. Wähle einen Bereich, in dem du dich im nächsten Jahr verbessern möchtest, und setze dir dafür konkrete Ziele.

Weitere Hinweise dazu findest du im Gemeinwohl-Handbuch.

## Darstellung des Ergebnisses als Gemeinwohl-Netz:

Trage deine Ergebnisse ins Gemeinwohl-Netz ein:

1. Setze auf jede Achse einen Punkt, der deinem Ergebnis für den jeweiligen Wert entspricht.
2. Verbinde alle Punkte zu einem Fünfeck (Bsp. rechts).
3. Je größer dein Netz ist, desto größer ist dein Beitrag zum Gemeinwohl!

