

Herzlich Willkommen bei den Chemikalienbotschafter*innen!

**SCHÖN, DASS DU
DA BIST!**



Gefördert von:



Co-funded by
the European Union



Bundesministerium
für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit
und Verbraucherschutz

Umwelt
Bundesamt



Die Verantwortung für
den Inhalt dieser
Veröffentlichung liegt
bei den Autorinnen
und Autoren.



Live-Session 3: Erfolgreiche Kommunikation

Was euch heute erwartet

- Erkenntnisse der Umweltpsychologie
- Digitaler Haushaltscheck Küche
- 20:00 Uhr – kurze Pause
- Argumentationstechniken
- Gruppen-Spiel (Diskussion)
- Zeit für Fragen
- Feedback & Wochenaufgabe

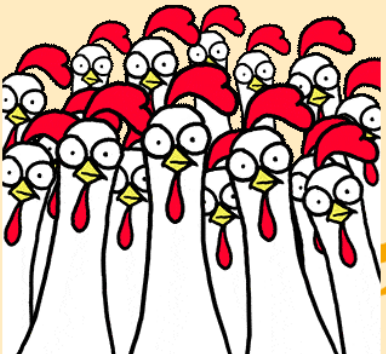
Datenschutz-Hinweis: Diese Session wird aufgezeichnet!



Fragen an euch!

Hast du noch etwas in deiner Küche verändert nach der Session letzte Woche?

Wer hat letzte Woche Mehrweg-Lösungen genutzt? (Dosen, Stoffnetze, Kaffee-Becher)





Nützliche Erkenntnisse aus der Umweltpsychologie

Informationen durch Medien

- Nur **7-9 %** der Verhaltensänderungen werden durch **Medien** erreicht
- **91-93 %** entfällt auf **persönliche Interaktionen** (Face-2-Face)
- Einstellungen/Wissen & Verhaltensänderung
→ Wenig Verbindung



Bild: Naassom Azevedo

Soziale Normen



Plakat für eine Anti-Alkohol-Kampagne zeigte folgendes Ergebnis aus einer Umfrage:

- *„73% of ND high school students perceive that binge drinking once or twice a week does not pose a great risk.“ – www.nd.gov*
- *Deutsch: 73% der Schüler:innen denkt, dass ein hoher Alkoholkonsum 1-2 mal pro Woche kein großes Risiko für die Gesundheit darstellt.*



Wichtige Erkenntnisse aus der Umweltpsychologie

- Barrieren für umweltfreundliches Verhalten
 - Unwissenheit (Plastikdose und Zusatzstoffe)
 - Vergessen (Beutel)
 - Weitere externe Faktoren:
 - Infrastruktur
 - Produktauswahl (z.B. PTFE-Pfanne)

Wie können wir uns den Weg leichter machen?

- Der Nutzen besiegt potenzielle Hindernisse!
- Wenn Menschen hoch motiviert sind, sind sie eher bereit, sich anzustrengen und Barrieren zu überwinden.
 - Vorteile betonen (Gesundheit, Umwelt..)





Wichtige Erkenntnisse aus der Umweltpsychologie

Sich gut fühlen / Schaffe eine angenehme Atmosphäre

- Ehrlichkeit
 - „Ich wusste selbst bis vor kurzem nicht, dass...“
- Verbindung zur Selbstwahrnehmung schaffen
 - „Ich weiß du bist jemand, der auf Nachhaltigkeit achtet. Du nimmst immer deinen Jutebeutel mit zum einkaufen. Das ist schon echt gut. Wenn du Plastikdosen mit Glas ersetzt schützt du auch die Umwelt und dich.“
 - Loben was schon gemacht wird
- Auf Augenhöhe kommunizieren








KÜCHEN-CHECK



Küchenleitfaden

Küchenutensilien			
Produktart	Hinweise	Prio	Kommentar
Lebensmittelkontakt-Materialien: Küchenutensilien- und Maschinen jeglicher Art/Materials	Produkte, die mit Lebensmitteln in Berührung kommen sollten unbedingt mit dem Glas-Gabel-Symbol oder „für Lebensmittel geeignet“ gekennzeichnet sein. Alle anderen aussortieren! 	1	
Geräte in denen Lebensmittel erhitzt werden (z.B. Wasserkocher)	Enthalten die Geräte Plastikanteile, die mit heißen, sauren oder fettigen Lebensmitteln in Berührung kommen? → Vermeiden / austauschen	1	
Plastikdosen jeglicher Art	Recyclingcode 3, 6 & 7 vermeiden oder aussortieren. Plastikprodukte ohne Dreieck oder Zahl lieber aussortieren. 	1	
	Nicht erhitzen → lieber umfüllen.	1	
	Alle Plastikdosen nach und nach austauschen (Glas/Edelstahl/Keramik/Porzellan-Optionen).	2	
Kochlöffel, Pfannenwender und co.	Kochlöffel und co. aus Plastik vermeiden. Wenn nicht vermeidbar, zumindest Temperaturangabe auf Produkt einhalten. 	1	
Beschichtete Pfannen, Töpfe, Backformen (mit PTFE bzw. "Teflon" o. ä.)	Nicht über 200 °C erhitzen → nie länger als 3 min leer erhitzen! Besondere Vorsicht bei Induktionsherden (werden sehr schnell heiß). Zerkratzte Pfannen austauschen.	1	
	Aussortieren; durch Keramik-, Edelstahl- oder Gusseisenpfannen ersetzen. Backformen aus Ton, Emaille, Glas.	2	





Plastik(dosen)

- Plastikbehälter (Dosen, Messbecher, Kochlöffel etc.), die für Lebensmittel genutzt werden, sollten nicht älter als 5 Jahre sein
- Warum?
 - Die Regulationen werden i.d.R. jedes Jahr strenger
 - In dem alten Produkt sind höchstwahrscheinlich Stoffe, die heute eingeschränkt oder verboten sind
 - Schadstoffe treten mit der Zeit aus
- Solche, die vor 2018 hergestellt worden sind aussortieren & umwidmen
- Kleines Zeichen mit Datum oft auf Dosen zu finden





Kommunikation: Argumentations-Techniken

Wozu das?

- Klar kommunizieren
- Standpunkt nachvollziehbar machen
- Üben 😊





Strukturen für klare Kommunikation (1)

Struktur A:

Story of me – Story of we – Story of now

(Meine Geschichte – Unsere Geschichte – was jetzt?)

Struktur B:

These – Begründung – Beispiel



Beispiele



„Sind Katzen besser als Hunde?!“



- (Pro Katze) **Story of me – Story of we – Story of now**

Meine Katze kuschelt gerne mit mir und kann trotzdem lange Zeit alleine bleiben. So können alle von uns ein Haustier haben und ohne schlechtes Gewissen ins Büro fahren. Kaufe dir eine Katze!

- (Pro Hund) **These – Begründung – Beispiel**

Ich finde Hunde sind loyalere Tiere als Katzen. Studien beweisen das. Auch meine persönliche Erfahrung zeigt: Sie folgen mir überall hin.





Beispiele

Konservendosen vermeiden

- **Story of me – Story of we – Story of now**

Mir ist meine Gesundheit wichtig, deswegen verzichte ich auf Konservendosen. Wir können alle etwas für unsere Gesundheit tun –
Verzichtet auf Lebensmittel aus Konservendosen!

- **These – Begründung – Beispiel**

BPA ist endokrin wirksam – Das beweisen viele Studien – bei weiblichen Ratten setzt die Pubertät früher ein.





Ihr seid dran! Pro-Kontra-Spiel

- 2 Teams (zufällige Auswahl)
- Diskussionsfrage: Hokus Pokus oder ChemBee?
- Ergebnisse werden abwechselnd vorgestellt
- Zum Schluss Reaktion auf Argumente der anderen Gruppe
- Rollen: Redner*innen + fleißige Beobachter*innen
- Fragen?





Pro-Kontra Spiel Aufteilung

Raum 1 – ChemBees

Raum 2 - Hokus Pokus





Akquise-Stern

- Igitt Akquise!
- Sieh's als Geschenk oder bitte um einen Austausch
- Was ist dein persönliches Ziel?
- Wer könnte Interesse haben?





Akquise-Stern





Die wichtigsten Take-Home Messages

1. Über 90 % der Verhaltensänderungen zwischen Menschen werden durch den persönlichen Kontakt hervorgebracht. Du hast also einen großen Einfluss auf dein Umfeld!
2. **Menschen neigen dazu sich den sozialen Normen anzupassen. Deshalb lohnt es sich ein gutes Vorbild zu sein.**
3. Kommuniziere auf Augenhöhe, und erzähle von deinen eigenen Erfahrungen.
4. **Versuche Barrieren/Hindernisse zu entkräften oder Lösungen dafür anzubieten.**
5. Die Vorteile besiegen Hindernisse: Betone den Nutzen von umweltfreundlichem Verhalten!
6. **Plastikbehälter (Dosen, Messbecher, Kochlöffel etc.) sollten nicht älter als 5 Jahre sein, weil die Regulationen in der Regel jedes Jahr strenger werden und sich dadurch in dem Produkt höchstwahrscheinlich Stoffe befinden, die heute eingeschränkt sind.**





Wochenaufgaben

Haushaltscheck Küche im Bekanntenkreis durchführen

- *Wie macht man einen Termin?*
- *Leitfaden – Moodle / Grundlagen*
- *Umfrage selbst machen*

Material nachholen oder nochmal anschauen (Handouts, Quizze, ...)

Starter-Set wird versandt sobald die Live-Session 1&2 und Quiz 1&2 abgeschlossen sind!

Quiz zu Session 3 abschließen



Kontakt & weitere Informationen

Webseiten

- **BEF Deutschland:** www.bef-de.org
- **Gifffreie Stadt:** www.gifffreie-stadt.de

Social Media

- **Facebook:** [bef.deutschland](https://www.facebook.com/bef.deutschland)
- **Instagram:** [bef.deutschland](https://www.instagram.com/bef.deutschland)

Kontakt

- **Email:** ChemieBotschafter@bef-de.org



HANDBUCH:
ENTGIFTEN SIE IHREN HAUSHALT

