

Gemeinwohl-Selbsttest

- 0 = nein
- 1 = eher nein
- 2 = teils teils
- 3 = eher ja
- 4 = ja

Bitte positioniere dich zu allen folgenden 25 Aussagen nach deiner – nur für dich bestimmten – Selbsteinschätzung, bezogen auf dein Verhalten in den letzten 12 Monaten. Trage dazu in jeder Zeile den zutreffenden Wert zwischen 0-4 ein. Im Feld Σ kannst du die Zwischensumme des jeweiligen Themenblocks eintragen. Es gibt insgesamt 100 Punkte (20 Punkte pro Block), die maximal erreicht werden können.

		Wert	Σ
Menschenwürde	Ich selbst: Ich nehme mich selbst als einzigartiges menschliches Wesen wahr und achte mich.		0
	Die anderen: Ich nehme andere Menschen in ihrer Einzigartigkeit wahr und achte sie.		
	Beziehungen: Ich gestalte meine Beziehungen bewusst, auch die Beziehung zu mir selbst.		
	Kommunikation: Ich kommuniziere im täglichen Leben bewusst mit anderen Menschen (z.B.in der Familie, mit Freund*innen, Kolleg*innen und anderen Mitmenschen).		
	Engagement: Ich setze mich für die Achtung der Menschenwürde in gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Organisationen und meinem Umfeld ein.		
Solidarität	Erwartungslosigkeit: Ich spende / gebe / helfe / bringe mich ein, ohne konkrete Gegenleistungen an mich zu erwarten.		0
	Großzügigkeit: Ich schenke Zeit/Wissen/Geld/Güter und denke dabei an die Bedürfnisse Anderer.		
	Dankbarkeit: Ich nehme Zeit/Wissen/Geld /Güter als Geschenk dankbar an.		
	Mut: Ich bringe Mut auf zu Zivilcourage und freier Meinungsäußerung.		
	Wirksamkeit: Ich widme meine persönlichen Potenziale dem Gemeinwohl – leiste meinen Beitrag.		
Ökologische Nachhaltigkeit	Konsumverhalten: Ich konsumiere ökologisch höherwertige Produkte und Dienstleistungen – und zwar nur so viel, wie ich tatsächlich brauche. Ich nutze Produkte so lange wie möglich, repariere oder kaufe gebraucht vor neu.		0
	Ernährung: Ich konsumiere weitestgehend pflanzliche, biologische, regionale und saisonale bzw. selbst angebaute Lebensmittel.		
	Wohnen und Energie: Ich nutze Energie (z. B. Strom, Wärme) nur aus erneuerbaren Quellen und minimiere den Mengenbedarf auch bzgl. genutzter Fläche.		
	Mobilität: Ich wähle für meine Wege nur umweltfreundliche Verkehrsmittel.		
	Engagement für die Umwelt: Ich begeistere auch andere Menschen für ökologisch nachhaltigeres Verhalten und zum Einsatz für die Umwelt.		
Soziale Gerechtigkeit	Aufgabenteilung: Ich spreche offen und ehrlich über eine gerechte Aufteilung von Rechten und Pflichten innerhalb der Gesellschaft und in meinen Lebensbereichen und handele danach.		0
	Tauschen und Kaufen: Ich gestalte Tausch- und Kaufhandlungen mit Anderen auf Augenhöhe.		
	Chancengleichheit: Ich setze mich öffentlich für eine gerechte Gesellschaft ein.		
	Teilen: Ich teile meinen Besitz mit Anderen und setze ihn im Sinne des Gemeinwohls ein.		
	Genügsamkeit: Ich verzichte bewusst auf habsüchtiges Verhalten und orientiere mich in allen Lebensbereichen daran, „nicht auf Kosten anderer“ zu leben.		
Demokratische Mitbestimmung	Demokratiebewusstsein: Ich mache mir meine souveräne Macht als Mitmensch und Bürger*in und die Verantwortung für mein Leben über alle Lebensbereiche bewusst.		0
	Eigene Meinung: Ich bilde mir meine eigene Meinung, folge ihr und vertrete Sie offen. Gleichzeitig achte ich die Meinungen anderer und beziehe diese in meine Überlegungen mit ein.		
	Politische Kultur: In all meinen gesellschaftlichen Rollen lebe ich Formen der Kommunikation und Entscheidungsfindung, welche Wertschätzung, Transparenz und Beteiligung Aller ermöglichen.		
	Demokratiebildung: Ich trage zu einem besseren Verständnis von Demokratie und Mitbestimmung bei.		
	Politisches und gesellschaftliches Engagement: Ich bringe mich ins politische Geschehen ein (z. B. in Parteien, Nichtregierungsorganisationen).		

	Erreichte Punktzahl	100%
Menschenwürde	0	20
Solidarität	0	20
Ökologische Nachhaltigkeit	0	20
Soziale Gerechtigkeit	0	20
Demokratische Mitbestimmung	0	20
Total	0	100

Selbstreflexion / Tu Du's

Wie ist meine erste Reaktion auf mein Ergebnis?

In welchen Bereichen bin ich zufrieden mit mir, in welchen Bereichen sehe ich noch Entwicklungspotenzial?

Was möchte ich als nächstes tun?

Dieser Selbsttest dient im ersten Schritt dazu, für sich ein erstes Bauchgefühl zu entwickeln, wo mensch steht, um dann im Zweiten tiefer einzusteigen und Ideen auszuarbeiten, was mensch weiter verbessern möchte. Es ist hilfreich, den Test nach 12 Monaten zu wiederholen. So wird sichtbar, was sich verändert hat.