

Inhalt

Vorbemerkung	7
Einführung	13
Vom „Wohlstand für alle“ zur Armut im Überkonsum	19
Entmündigung und Disziplinierung des Konsumenten	28
Dienstbare Bedürfnisse und ihre Veränderbarkeit	32
Die Kommodifizierung des Konsumenten	40
Krankmachender Konsum mit exterministischen Folgen	53
Vom Konsumismus zur „Freiwilligen Einfachheit“	58
Der salutogenetische Weg aus dem Überkonsum zum Postkonsumismus	65
Theoretische Perspektiven und praktisches Handeln	71
Schritte zu Genuss und Nachhaltigkeit – Anregungen für einen nachhaltigen Lebensstil	79
Epilog: Das Ende des Konsumismus	88
Literatur	93
Über den Autor	100