

Inhalt

Vorwort	V
----------------------	----------

Teil 1

Der Einfluss unserer natürlichen Umwelt	1
--	----------

1	Der positive Einfluss der Natur auf die Gesundheit und das Wohlbefinden	7
2	Die Vorteile von Gartenarbeit	39
3	Der positive Einfluss von Pflanzen und Blumen auf soziale Beziehungen	57
4	Der positive Einfluss von Pflanzen und Blumen auf Arbeit und Leistungsfähigkeit	75
5	Die Wirkung von Düften in unserer Umgebung	93
6	Der Einfluss von Sonne und Mond	109

Teil 2

Die Förderung von Umweltbewusstsein

und ökologischem Handeln	139
 7 Das Profil des typischen Umweltschützers: individuelle Merkmale und umweltbewusstes Denken	145
 8 Sensibilisierung für Umweltfragen und Präsentation der Umweltinformationen	167
 9 Aussicht auf Belohnung – erprobte Anreizverfahren und Methoden in der Entwicklung	185
 10 Der Mensch in der Gesellschaft: der Einfluss sozialer Normen auf das umweltbewusste Denken und Handeln	205
 11 Unser Denken: der Einfluss von induzierten Gedanken auf die Wahrnehmung unserer Umwelt und unsere Einstellung zu ihr	219
 12 Freiwilligkeit und Verpflichtung: der Einfluss alternativer Strategien auf das ökologische Handeln	233
 Literatur	273
 Sachverzeichnis	299