



Marlene Münsch, Maximilian Wloch, Lisa Walsleben, Samira Iran, Viola Muster, Jasmin Beppler

## **Kompass Konsumreduktion**

*Der Ratgeber zur Befreiung vom Überfluss*

68 Seiten, Softcover,  
ISBN 978-3-98726-120-6,  
16,00 € (D).  
Auch als E-Book erhältlich.

Unsere Gesellschaft lebt in einem Überfluss an Dingen. Wir kaufen Dinge, die wir nicht brauchen. Wir besitzen vieles, was wir gar nicht nutzen. Zudem werfen wir Dinge weg, die eigentlich noch funktionieren.

Um dich vom Überfluss zu befreien, navigiert dich der Ratgeber »Kompass Konsumreduktion« durch deinen Besitz und dein Konsumverhalten. Zum einen gibt der Ratgeber dir einen theoretischen Einblick in die gegenwärtige Konsumgesellschaft und die Probleme, die damit einhergehen. Zum anderen geht es um die praktische Umsetzung im Alltag, die durch alltagstaugliche Übungen und Tipps unterstützt wird.

Auf dieser spannenden Reise geht es nicht nur darum, Dinge loszuwerden. Vielmehr kann Ausmisten eine gute Gelegenheit sein, dich intensiv und kritisch mit deinem Konsumverhalten und deinen Bedürfnissen auseinanderzusetzen. So kannst du Möglichkeiten entdecken, deinen Besitz langfristig zu reduzieren.



© Barbara Dietl

## Marlene Münsch

Marlene Münsch ist Psychologin und arbeitet als Projektmanagerin bei ConPolicy zu den Themen nachhaltiger Konsum, Suffizienz und Kommunikation. Sie ist seit vielen Jahren den Fragen auf der Spur, wie sich Menschen verhalten (wollen), wie nachhaltige Lebensstile gelingen können und welche kleinen und großen Hürden auf dem Weg dorthin beseitigt werden müssen.



© Nadine Zilliges

## Maximilian Wloch

Maximilian Wloch absolvierte, begeistert von menschlichem Verhalten in der Wirtschaft, seinen Bachelor sowie Master in Psychologie. Neben seiner Arbeit in der Unternehmensberatung ist er nun Promovierender an der TU Berlin mit dem Schwerpunkt auf Bildung für nachhaltigen Konsum.



© Nadine Zilliges

## Lisa Walsleben

Lisa Walsleben promoviert auf dem Gebiet des psychologischen Empowerments und begeistert sich für umwelt- und sozialpsychologische Fragestellungen. An der TU Berlin widmet sie sich den Themenfeldern nachhaltiger Konsum und Suffizienz in Unternehmen.



© Nadine Zilliges

## Samira Iran

Samira Iran ist Post-Doc-Forscherin an der TU Berlin. Neben nachhaltiger Mode umfassen ihre Forschungsinteressen die Sharing Economy, Care Economy und das Verbraucherverhalten. Ihre Arbeit trägt dazu bei, zukunftsfähige Lösungen für die Herausforderungen unserer Zeit zu entwickeln.



© Barbara Dietl

## **Viola Muster**

Viola Muster ist promovierte Sozialwissenschaftlerin. Sie forscht, berät und lehrt zu Konsum und Nachhaltigkeit bei ConPolicy und an der TU Berlin. Individuelle Verantwortung für nachhaltigen Konsum und politische Lösungen gehören für sie zusammen, um eine nachhaltige Zukunft zu gestalten.



© Nadine Zilliges

## **Jasmin Beppler**

Jasmin Beppler ist Bachelorstudentin im Bereich Nachhaltiges Management an der TU Berlin. Sie ist überzeugt, dass ein ganzheitlich nachhaltiger Lebensstil und verantwortungsbewusstes Konsumverhalten entscheidend für die Zukunft sind.