

Das Ziel der Behandlung der Suchtkrankheit Konsumismus ist der Konsumverzicht, den man nur durch Bewußtseinsveränderungen und eiserne Disziplin erreichen kann. Nur so kann die Konditionierung unterbrochen werden.

Die Grundlage eines veränderten Bewußtseins ist eine **Werteverschiebung von materiellen Präferenzen hin zu immateriellen Werten**, um die Löcher zu stopfen, die durch die Entzugserscheinungen entstehen. Das ist leichter gesagt als getan. Als trockener Alkoholiker kann ich ein Lied davon singen.

Der zweite Punkt, der Hilfe verspricht, ist die **Schaffung eines Anreizsystems**. Wenn man einen Lebenssinn im Konsumverzicht erkennt und sich auch mit kleinen unscheinbaren Sachen Glückshormone verschaffen kann, dann hat man es fast geschafft. Es gibt eben Dinge im Leben, die man nicht kaufen kann. Und es sind meistens diejenigen, die die größte nachhaltigste Befriedigung erzeugen. **Verzicht ist nämlich nicht gleichbedeutend mit geringerer Qualität** – ganz im Gegenteil.

Dann hätten wir noch die altruistischen Anreize, die Liebe zum Nächsten oder die Wertschätzung der Natur, die uns weiter helfen können. Was können wir durch Konsumverzicht nicht alles zum Guten wenden – z. B.

- Ressourcenschonung erreichen
- Gesundheit verbessern
- Massentierhaltung begrenzen
- Vergiftung von Böden / Gewässer verhindern
- Anbau von gentechnischem Anbau bekämpfen
- schädliche Emissionen verringern
- Menschen in der Dritten Welt helfen und vor Hunger und Tod schützen
- Artenvielfalt erhalten etc. pp.

Zu guter Letzt können wir uns noch eine wirkliche Genugtuung verschaffen. Was uns durch Wahlen, Bürgerinitiativen oder Demoteilnahme nicht gelingt, das können wir mit unserer Verbrauchermacht durchsetzen. Wenn wir es schaffen, diese zu koordinieren und Millionen von Konsumenten verändern und reduzieren ihr Kaufverhalten, dann sitzen wir am längeren Hebel!

Quell-URL: <https://kritisches-netzwerk.de/forum/motivationsanregungen-f%C3%BCr-den-konsumverzicht>

Links

[1] <https://kritisches-netzwerk.de/user/login?destination=comment/reply/128%23comment-form>

[2] <https://kritisches-netzwerk.de/forum/motivationsanregungen-f%C3%BCr-den-konsumverzicht>