

# ERFOLGREICH SHOPPEN & SMART KONSUMIEREN: MIT DIESEN GEHEIMEN TRICKS KAUFST DU NUR NOCH DAS, WAS DU WIRKLICH WILLST UND BRAUCHST

|  |    |
|--|----|
| Teil I: Behind the Scenes: Hintergrundwissen als Einstieg ins Thema .....            | 3  |
| 1. Warum konsumieren wir eigentlich? .....   | 3  |
| 2. Und wofür geben wir genau unser Geld aus? .....                                   | 3  |
| 3. E-Commerce oder Stationärer Handel: Wer hat die Nase vorn? .....                  | 4  |
| Das bietet der Online-Handel seinen Kunden .....                                     | 4  |
| Und so punktet der Stationäre Handel .....   | 5  |
| Teil II: Werbung, Marketing- und Produktionstricks .....                             | 7  |
| 1. Werbung, Shopping, Emotionen: So werden wir zum Kaufen konditioniert .....        | 7  |
| Diese Marketingstrategien können dich viel Geld kosten .....                         | 7  |
| Die Personalisierung des Einkaufens .....  | 8  |
| Die unwiderstehliche Verführung durch Rabatte und Sales .....                        | 8  |
| 2. Produktionstricks .....   | 8  |
| Geplante Obsoleszenz .....   | 8  |
| Reparatur? Nicht gewollt und nicht vorgesehen! .....                                 | 8  |
| Das Rockefeller-Prinzip .....  | 9  |
| Das Bananen-Prinzip .....  | 9  |
| Teil III: Lege die Basis für ein besseres Shopping-Ergebnis .....                    | 10 |
| 1. Starte erst einmal eine Entrümpelungs-Aktion .....                                | 10 |
| Die Wege zum Entrümpelungs-Erfolg .....  | 10 |
| Diese Checkliste hilft dir beim Entscheidungsprozess „Behalten oder Entsorgen“ ..... | 11 |
| Und das kannst du getrost aus deinem Leben entfernen .....                           | 11 |
| Was machst du nun mit all den aussortierten Gegenständen? .....                      | 12 |
| 2. Durchatmen und das Thema Shopping überdenken .....                                | 12 |
| Warum sammeln sich so viele Dinge bei uns an? .....                                  | 12 |
| Shopping-Gewohnheiten identifizieren .....   | 13 |
| Nutze deine Besitztümer .....  | 13 |
| 3. So machst du es künftig besser .....  | 14 |
| Plane deine Ausgaben; und Vorsicht vor Konsumschulden .....                          | 14 |
| Analysiere deine Fehlkäufe, deine Shopping-Anfälligkeiten und -Gewohnheiten .....    | 14 |
| Durch diese Überlegungen kannst du dich grundsätzlich beim Shopping bremsen .....    | 14 |
| Hierfür sind deine erarbeiteten Euros wirklich gut investiert .....                  | 15 |
| Und darauf solltest du bei deinen Konsumausgaben unbedingt achten .....              | 16 |
| Welche Eigenschaften sind dir bei deinen Artikeln besonders wichtig? .....           | 16 |
| Suche dir Alternativen zum Konsum .....  | 16 |
| Teil IV: Meine persönliche Checkliste für erfolgreichen Konsum .....                 | 18 |
| Teil V: Adressen und Empfehlungen .....  | 21 |
| 1. Quellen .....   | 21 |
| 2. Bücher .....  | 21 |
| 3. Websites .....  | 22 |
| Impressum .....  | 23 |

## Impressum

© Nina Berendt / Martina Grünschneder  
Stand: Mai 2020

Kontakt:  
Telefon: 01520 4694699  
E-Mail: [mail@ninaberendt.de](mailto:mail@ninaberendt.de)  
<https://www.ninaberendt.de>

Verantwortlich für den Inhalt nach §55 Abs. 2 RStV  
Martina Grünschneder  
Heideweg 20  
82256 Fürstentfeldbruck

Angaben der Quelle für verwendetes Bilder- und Grafikmaterial:  
<https://www.shutterstock.com/>

Layout und Covergestaltung: Nina Berendt unter Verwendung einer Grafik von Shutterstock

Dieses eBook, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jegliche Verwendung ist ohne Zustimmung der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Die Namen einiger Produkte und Marken, die in diesem eBook erwähnt werden, sind eingetragene Warenzeichen und gehören ihren Eigentümern. Die Autorin respektiert jegliche Rechte dieser Eigentümer.

Dieses eBook wurde mit größter Sorgfalt zusammengestellt. Trotzdem kann für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität des Inhalts keine Haftung übernommen werden. Dieses eBook enthält Hinweise auf Webseiten fremder Anbieter; für den Inhalt dieser Seiten sind die jeweiligen Betreiber verantwortlich.

Dieses eBook dient lediglich der Information. Die Erwähnung der angegebenen Webseiten ist wertungsfrei. Ferner wird in keiner Weise dazu aufgefordert, die aufgelisteten Webseiten zu besuchen oder dort einzukaufen oder sonstige Handlungen zu unternehmen. Jegliche Aktion, Entscheidung sowie die Ergebnisse deines Tuns unterliegen deiner eigenen Verantwortlichkeit.