

# Living with less: Prospects for sustainability.

## Citation for published version (APA):

Schreurs, J. (2010). *Living with less: Prospects for sustainability*. Datawyse / Universitaire Pers Maastricht.

## Document status and date:

Published: 01/01/2010

## Document Version:

Publisher's PDF, also known as Version of record

## Please check the document version of this publication:

- A submitted manuscript is the version of the article upon submission and before peer-review. There can be important differences between the submitted version and the official published version of record. People interested in the research are advised to contact the author for the final version of the publication, or visit the DOI to the publisher's website.
- The final author version and the galley proof are versions of the publication after peer review.
- The final published version features the final layout of the paper including the volume, issue and page numbers.

[Link to publication](#)

## General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal.

If the publication is distributed under the terms of Article 25fa of the Dutch Copyright Act, indicated by the "Taverne" license above, please follow below link for the End User Agreement:

[www.umlib.nl/taverne-license](http://www.umlib.nl/taverne-license)

## Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us at:

[repository@maastrichtuniversity.nl](mailto:repository@maastrichtuniversity.nl)

providing details and we will investigate your claim.

## Summary

The 20th century's unprecedented growth of consumption puts a strain on the environmental resources and aggravates social and economic inequalities. The costs that come with consumerism and the consumerist lifestyle, despite its attractions, are rising substantially. Concurrently, risks are increasing: in personal life because of prohibitive debts, stress illnesses or impoverishment; at a global scale because of climate change, and social and political instability as a result of the growing gap between rich and poor.

It is now commonly accepted that a more eco-friendly way of living is required in order to save the planet. Also there is increasing support for the idea of limiting consumption to stop the depletion of earth resources. Therefore, studying people who actually try to reduce consumption could be very informative. Knowledge regarding experiences with downshifting and voluntary lifestyle changes might reveal new perspectives on sustainability and fuel the discussion on the consumerist lifestyle. What does it mean to reduce expenses? What does it mean to have a smaller carbon footprint in a social-cultural environment that constantly encourages people to spend money? How can living with less money support sustainability? Answers to these questions are indispensable if sustainable development is to be successful.

The aims of this dissertation are to contribute to a better understanding of how reduced means impact consumer behaviour within the context of consumerism and today's consumption society. Further, findings are expected to contribute to a better understanding of the rise of new consumer movements such as downshifter and simplifiers. Finally, this study seeks to identify new prospects for sustainable living.

## Chapter 1

Chapter one starts with a brief description of the development of consumerism and its dissemination over the world. The popularity of the consumerist lifestyle is explained from sociological, psychological and economic perspectives. Further, two social-cultural innovation movements are explored, which are considered to be reactions on the negative aspects of consumerism: a) Downshifting and b) The sustainability movement.

The description of the social-cultural context of the study is followed by a clarification of the academic context of the study. Obviously, the issue of living with less should be examined within the context of consumer studies, which is interpreted a collective term comprising studies on consumption and consumer behaviour. Another important academic context is the environmental studies. Finally, four categories of studies of living with less are discussed, each characterized by a specific precept with regard to living with less that determines the intellectual frame of reference for the study.

It is argued that academic attention for the issue of living with less is not only rather limited; in the relatively few studies at hand living with less is associated, moreover,

with a social, political, environmental or cultural problem. Consequently, the issue is polarized either as a problem cause or problem solution.

Therefore this dissertation seeks to examine the interconnectedness of consumerism, downshifting, frugality and sustainability beyond the common conceptual framework. Hereby Simmel's sociological theory and phenomenological theory provided an important inspiration for the epistemological framework for the study. His dialectical approach and concern with interactions between opposed phenomena laid the foundation for our analysis of living with less. Further we considered the phenomenological approach to be most appropriate for our explorative empirical studies, because it focuses on registering experiences and concrete behaviour, which we considered most useful to meet academic standards of factuality and accountability.

Then, the theoretical frame of reference is elaborated; thereby illuminating the multidisciplinary positioning and conceptualization. The first chapter concludes with an overview of the central research questions and an outline of the dissertation.

## **Chapter 2**

Since in consumer studies comparatively little attention has been paid to the topic of living with less, the starting point of this dissertation was to study the fundamental question of how and under which conditions has thinking about consumption developed in the past 150 years. The epistemic development of consumer studies is analyzed on the basis of the changed meaning of its core concepts of 1) Social stratification; 2) Consumption; and 3) The prevailing images of the consumer in consumer studies. Hereby, the thesis is examined that consumption and consumer behaviour are predominantly studied outside the social, cultural and historical context, thus studied using a decontextualised approach. Simultaneously, and probably as a result of this epistemic process, consumer studies have entered the political arena. The politicization of the discipline is elaborated and the impact on recent trends in consumer studies as well as on the prevailing paradigms is discussed.

The chapter concludes with a discussion of recent trends in consumer studies and suggests the use of an integrated approach to guarantee for a more fruitful theory development.

## **Chapter 3**

In this chapter is explored how frugality is conceptualized, expressed and manifested in postmodern consumer society, as well as its influence on the epistemic view of consumer studies. The central focus in this cultural philosophical study is frugality's dichotomous nature, exemplified by the duality of virtue and vice but expressed in a range of oppositional connotations. Firstly, an explorative study is made to illustrate how frugality is manifested in public policy; in consumption and consumer behaviour; and in marketing. Further, the effects are discussed of the dual nature of frugality on

the epistemic view in empirical studies. Three areas of research are investigated in which frugality has received specific academic attention: 1) Frugality as the object of consumer studies 2) Frugality in environmental studies, 3) Studies of frugality and the 'new consumer'. It is concluded that the epistemic view mainly reflects the notion of frugality as form of deviancy.

In the final section the discussion is situated outside the context of postmodern consumer society. At this point the question of the dual nature of frugality is addressed from a theoretical historical perspective. Applying Gudeman & Rivera's model of house economy and corporate economy as a frame of reference, we discuss the development of thinking on frugality in classic philosophy, medieval religious thought, Enlightenment economics and philosophy and in modern economics. A turning point in a rather homogenous narrative of frugality is noted with the rise of a capitalistic market economy as an economic sphere distinct from the home economy. Evidently, the marketing vocabulary and strategies are translated into the 'language' of the house economy because frugality continues to be the main principle in the domain of the house economy.

Instead of explaining frugal or non frugal consumer practices in terms of subjective consumer motives such as hedonism, anti-materialism, being old fashioned or being ethical, it is argued that the discussion could better be situated in a structural-functional perspective to overcome the dichotomous approach which continues to influence the epistemic view of consumer research.

## **Chapter 4**

Chapter four discusses the first empirical study of living with less. Using the phenomenological approach, consumer practices and behaviour after a financial decrease were explored as a process of consumer behavioural reform. Generally living with less is associated with a social, political or cultural problem. Results of this qualitative field study indicated a consistent pattern independent of voluntary or involuntary downshifting, or the amount of reduction. This led to the construction of a behavioural change model: The Transformation Model Living with Less. This transformation model is presented as an ideal typical sequence model for consumer behaviour change. Each stage is discussed according to the characteristics: event, action, barrier, and stimulus.

A striking result of the study was the finding that living with less was primarily an existential question instead of a purely financial matter. Consequently, reorganizing expenses meant reorganizing life. The study thus provides a multi layered picture of the process of living with less, integrating determinant aspects of consumption as a coherent whole. By determining which aspects of peoples' lives were affected by a substantial financial decrease, the study goes beyond single factor consumption studies, such as consumption and identity, consumption and social status or lifestyle studies. Furthermore, this study showed that the transformation process itself, appeared to be an important quality aspect as well. It is argued that the Transformation model Living with Less may offer an interesting direction for future

research, either applied, or theoretical. Various implications for further theoretical study as well as the practical applicability are discussed.

## Chapter 5

Chapter five presents the results of the second empirical study: a quantitative and qualitative study of downshifting in the Netherlands. Results of previous studies in U.S.A., Australia and Great Britain are discussed and induced to broaden the common definition of downshifting. In this study downshifters are quite simply defined as people who are living with less money than they did before, regardless of whether the change is voluntary or involuntary. In line with the field study, we focused on consumer practices, experiences and concrete behaviour rather than on motivations, feelings or intentions. As such, in the second empirical study of this dissertation again the phenomenological approach is applied. Demographic, social-cultural characteristics of downshifters are presented, as are extensive quantitative data on changed consumption practices and expenditures.

The qualitative section of the survey is an exploration of the participants' experiences with downshifting. Participant reports resulted in the categorization of nine positive and eight negative experiences. Thus contrary to popular belief, results suggest that spending less coincides with positive experiences. Further, findings suggest that, in the Netherlands, as in other parts of the world, voluntary downshifting is not a lifestyle choice exclusive to the social elite but rather an attractive way of life for people across social strata. Although the reported negative reactions from the social environment suggest that downshifting is still viewed as a deviant lifestyle.

The chapter ends with a discussion of the results for sustainability. As a frame of reference Callenbach's (2002) green triangle is applied, converted into the Dutch triple Gs of a sustainable lifestyle: *geld* (money), *groen* (eco-friendliness) and *gezondheid-welzijn* (health/wellbeing). It is concluded that downshifting can contribute to sustainability as this way of life fundamentally resonates with the three pillars of the Dutch triple Gs of a sustainable lifestyle. Downshifters tend to practice the re-use, reduce and recycle mantra of eco-friendly behaviour and are careful, resourceful spenders that find other values more important than those provided by materialism and consumerism. It seems that the positive experiences may also strengthen their attitude.

## Chapter 6

The final chapter recapitulates the main conclusions drawn in this dissertation. The main findings are evaluated in the light of sustainability and opportunities are identified for sustainability in postmodern consumer culture and behaviour. It was found that frugality has not disappeared as a leading principle of postmodern consumer culture, but continues to be a vital cultural characteristic. The empirical findings of living with less money coincide with these theoretical findings. Results of

the Transformation Model of Living with Less, as well as the negative experiences reported in our survey of Dutch downshiffters, showed that although frugal behaviour is commonly practiced, it is often in disrepute and considered taboo.

Even so, it is held that frugalizing is likely to be a more realistic option for sustainability than generally assumed. Further it is argued that living with less can promote sustainability either directly through reduced consumption or indirectly through a more fundamental transformation of lifestyle. Interventions that seek to direct consumer behaviour towards sustainability could be successful if the scope of analysis and strategy are expanded from mere financial solutions to non-material alternatives, and from promoting the consumption of the 'right' goods to providing the right conditions and circumstances.

This section closes with a list of recommendations for the promotion of a sustainable lifestyle and sustainable consumer behaviour.

We conclude with an evaluation of this research project, a short discussion of the limitations of the studies presented in this dissertation and suggestions for future research.

## Samenvatting

De ongeëvenaarde consumptietoename in de twintigste eeuw legt een zware druk op de natuurlijke hulpbronnen en verscherpt de sociale en economische ongelijkheid. Hierdoor zijn de kosten van het consumentisme en de consumptieve levensstijl sterk gestegen. Tevens nemen de risico's toe: in het persoonlijk leven als gevolg van onbetaalbare schulden, stress ziekten of verarming; en op wereldschaal als gevolg van de uitputting van natuurlijke hulpbronnen en klimaatverandering. Door de groeiende kloof tussen arm en rijk neemt bovendien de sociale en politieke instabiliteit toe. Het idee dat een meer eco-vriendelijke manier van leven nodig is om de planeet te redden is inmiddels algemeen geaccepteerd. Ook de opvatting dat consumptie beperkt moet worden om de uitputting van aardse hulpbronnen te stoppen, krijgt steeds meer aanhang.

In dit perspectief kan een studie van mensen die daadwerkelijk proberen hun consumptieniveau terug te brengen heel informatief zijn. Kennis over downshifting en vrijwillige wijzigingen in de consumptieve levensstijl kan een nieuwe impuls geven aan de discussie over de huidige consumptieve levensstijl en mogelijk aanknopingspunten bieden voor een meer duurzame leefstijl.

Wat betekent het om minder uit te geven aan consumptieve bestedingen? Wat betekent het om met een kleinere ecologische voetafdruk te leven in een sociaal-culturele omgeving die voortdurend prikkelt om meer geld uit te geven? Hoe kan leven met minder geld bijdragen aan meer duurzaamheid? Antwoorden op deze vragen zijn essentieel om duurzame ontwikkeling succesvol te laten zijn .

Deze dissertatie wil een nieuw licht werpen op deze kwestie. De centrale vraag luidt dan ook: hoe kan consumptiebeperking, opgevat als leven met minder geld, bijdragen aan meer duurzaamheid? De studie beoogt meer inzicht te krijgen in de impact van financiële beperking op (consumptie)gedrag binnen de context van consumentisme en de consumptiemaatschappij. Verder is deze studie bedoeld om meer inzicht te krijgen in de opkomst van nieuwe consumentenbewegingen zoals *downshifting* en *simpleliving*. Het laatste oogmerk van deze dissertatie is om nieuwe mogelijkheden voor een duurzame leefstijl te identificeren.

### Hoofdstuk 1

Het eerste hoofdstuk begint met een korte beschrijving van hoe het consumentisme zich heeft ontwikkeld en verspreid over de wereld. De populariteit van de consumptieve levensstijl wordt verklaard vanuit de sociologie, psychologie en economie. Vervolgens worden de twee sociaal-culturele vernieuwingsbewegingen besproken, die ontstaan zijn als reactie op de negatieve aspecten van het consumentisme: a) downhiften en b) De duurzaamheidsbeweging. Nadat de sociaal-culturele context van de studie is beschreven, volgt een schets van de

wetenschappelijke context van de studie. Het spreekt voor zich dat het vraagstuk van leven met minder geld bestudeerd dient te worden binnen de *consumer studies*, de verzamelterm van studies naar consumptie en consumentengedrag. De tweede relevante wetenschappelijke context zijn de milieu-studies. En als laatste bespreken we de bestaande studies naar leven met minder, die al naar gelang de visie op leven met minder in vier categorieën verdeeld kunnen worden: 1) 'minder' gezien als armoede en deprivatie; 2) 'minder' als oplossing voor milieuproblematiek; 3) 'minder' als reactie op overconsumptie; 4) 'minder' als moreel of religieus item. We concluderen dat in het betrekkelijk geringe aantal studies leven met minder geassocieerd wordt met een sociaal, politiek, ecologisch of cultureel probleem. De kwestie blijkt gepolariseerd - leven met minder wordt hetzij als probleem of als probleem oplossing gezien - en is bijgevolg gepolitiseerd.

Deze dissertatie beoogt het gebruikelijke conceptuele kader te overstijgen en richt zich daarom op de samenhang tussen consumentisme en zuinigheid en tussen downshiften en duurzaamheid. Simmel's sociologische theorie en fenomenologische theorie zijn een belangrijke inspiratiebron geweest voor het epistemologische kader. Zijn dialectiek en uitwerking van interacties tussen tegengestelde sociaal-culturele fenomenen zijn de grondslag voor de analyse van het hoofdthema. De fenomenologische benadering achten we het meest geschikt voor de exploratieve empirische onderzoeken, omdat deze zich richt op ervaringen en concreet gedrag. Vervolgens wordt het theoretische referentiekader verder uitgewerkt, met name wordt de multidisciplinaire positionering en beeldvorming toegelicht. Het eerste hoofdstuk wordt afgesloten met een overzicht van de centrale onderzoeksvragen en toelichting bij de opbouw van deze dissertatie.

## **Hoofdstuk 2**

Aangezien in consumer studies relatief weinig aandacht is besteed aan het thema leven met minder, behandelt deze dissertatie als eerste de vraag: hoe en onder welke voorwaarden heeft het denken over consumptie zich ontwikkeld in de afgelopen 150 jaar? De epistemische ontwikkeling van de *consumer studies* wordt geanalyseerd aan de hand van de veranderde betekenis van de volgende kern-concepten: 1) Sociale stratificatie; 2) Consumptie; en 3) Het beeld van de consument. We onderzoeken de hypothese dat consumptie en consumentengedrag voornamelijk buiten de sociale, culturele en historische context zijn bestudeerd, dus vanuit een gedecontextualiseerde benadering. Tegelijkertijd, en waarschijnlijk als gevolg van dit epistemische proces zijn de *consumer studies* in de politieke arena beland. Deze politisering van de discipline wordt verder uitgewerkt. De effecten op de recente ontwikkelingen in *consumer studies*, alsmede op de bestaande paradigma's worden besproken. We sluiten hoofdstuk twee af met een bespreking van de recente ontwikkelingen in consumer studies en met het voorstel van een geïntegreerde aanpak teneinde een meer vruchtbare theorie-ontwikkeling te garanderen.



### Hoofdstuk 3

In dit hoofdstuk wordt onderzocht hoe zuinigheid is geconceptualiseerd en zich manifesteert in de postmoderne consumptiemaatschappij. Verder wordt de invloed onderzocht op de epistemische visie binnen de *consumer studies*.

Deze cultuur- filosofische analyse focused op het tweeledige karakter van zuinigheid; exemplarisch is de dualiteit van deugd en ondeugd, die tot uitdrukking komt in een reeks van oppositionele connotaties. Als eerste is een verkennende studie gedaan die illustreert hoe zuinigheid manifest wordt in het openbaar bestuur (*public policy*), in consumptie en consumentengedrag en in marketing. Vervolgens bespreken we de effecten van het dichotome karakter van zuinigheid op de epistemische visie in empirische studies. Drie onderzoeksgebieden worden geanalyseerd, waarin zuinigheid specifieke wetenschappelijke aandacht heeft gekregen: 1) zuinigheid als object binnen *consumer studies*; 2) zuinigheid binnen milieu studies; 3) studies van zuinigheid en de 'nieuwe consument'. Geconcludeerd wordt dat de epistemische visie vooral de opvatting van zuinigheid als afwijkend gedrag weerspiegelt.

In het laatste deel van dit hoofdstuk, wordt de discussie geplaatst buiten de context van de postmoderne consumptiemaatschappij. De kwestie van het tweeledige karakter van zuinigheid wordt nu vanuit een theoretisch historisch perspectief bestudeerd. Als referentiekader gebruiken we Gudeman & Rivera's model van de *house economy* versus de *corporate economy*. We bespreken de ontwikkeling van het denken over zuinigheid in de klassieke filosofie, het middeleeuwse religieuze denken, de verlichtings economie en - filosofie en in de moderne economische wetenschappen. We constateren een keerpunt in de betrekkelijk homogene geschiedenis van zuinigheid bij de opkomst van de kapitalistische markteconomie, als een nieuw economisch domein los van de *house economy*. Echter, het marketing vocabulaire en de strategieën worden vertaald in de 'taal' van de huis economie, omdat zuinigheid het belangrijkste principe blijft in het domein van de huis economie. We betogen dat in plaats van de motieven voor zuinige of niet-zuinige consument praktijken te verklaren in irrationele termen als hedonisme, anti-materialisme, ouderwets dan wel ethisch verantwoord, deze discussie beter gevoerd kan worden binnen een structureel-functioneel kader.

### Hoofdstuk 4

Zoals we in Hoofdstuk 3 constateerden, wordt leven met minder gewoonlijk geassocieerd met problematiek van uiteenlopende van aard. In het eerste empirische onderzoek is gekozen voor een fenomenologische onderzoeksaanpak teneinde de verschijnselen die samenhangen met leven met minder in beeld te kunnen brengen zoals ze zich voordoen, dus los van interpretatie. Hoofdstuk 4 behandelt dit explorerend veldonderzoek, waarin geregistreerd is welke veranderingen in consumptie praktijken en –gedrag zich voordoen na een substantiële daling van inkomen. We constateren dat het veranderingsproces een consistent patroon laat zien,

onafhankelijk van factoren als vrijwilligheid of onvrijwilligheid of van de omvang van de inkomensdaling. Op grond hiervan construeren we een ideaaltypisch sequentie-model van consumptiegedragsverandering: het Transformatie Model Leven met Minder. De stadia - zeven in totaal - worden besproken aan de hand van de kenmerken: gebeurtenis, actie, obstakel en stimulan.

Het onderzoek laat verder zien dat leven met minder eerder een existentieel vraagstuk is dan louter een financieel vraagstuk. Gebleken is dat het opnieuw organiseren van het uitgavenpatroon in belangrijke mate een reorganisatie van het leven impliceert. Aldus toont dit onderzoek een multi-dimensionaal beeld van het veranderingsproces van leven met minder en worden de aspecten die consumptiegedrag bepalen, geïntegreerd tot een samenhangend geheel. Daarmee gaat deze studie verder dan de consumptiestudies die zich richten op een enkele factor, zoals consumptie en identiteit, consumptie en sociale status of de lifestyle studies. We betogen dat het Transformatie Model Leven met Minder een interessante nieuwe richting kan geven aan toekomstig onderzoek. De verschillende mogelijkheden hiertoe worden aan het slot van dit hoofdstuk uitgewerkt zowel voor theoretisch onderzoek als voor praktijk gerichte studies.

## Hoofdstuk 5

Hoofdstuk 5 presenteert de resultaten van het tweede empirische onderzoek van deze dissertatie: een kwantitatieve en kwalitatieve studie van *downshiften* in Nederland. Allereerst worden resultaten van studies naar *downshiften* in de Verenigde Staten, Australië en Groot-Brittannië besproken. Naar aanleiding hiervan komen we tot een bredere definitie van downshiften dan de gebruikelijke. In deze dissertatie worden downshiften eenvoudigweg gedefinieerd als mensen die leven met minder geld dan voorheen, ongeacht of deze verandering vrijwillig of onvrijwillig is. Evenals het veldonderzoek, richt ook de tweede empirische studie zich primair op consumptie praktijken, ervaringen en concreet gedrag en nauwelijks op motivaties, gevoelens of intenties. In die zin is wederom de fenomenologische benadering toegepast.

Demografische, financiële en sociaal-culturele kenmerken van downshiften worden gepresenteerd, evenals uitgebreide gegevens over wijzigingen in uitgaven en consumptiepraktijken. Verder is de attitude ten aanzien van zuinigheid gemeten met behulp van Lastovicka's zuinigheidsschaal. Het kwalitatieve deel van het onderzoek behelst een verkenning van de positieve en negatieve ervaringen van downshiften. Dit resulteerde in de categorisering van negen positieve en acht negatieve ervaringen.

In tegenstelling tot de *communis opinio* wijzen de resultaten erop dat minder uitgeven gepaard kan gaan met positieve ervaringen. Verder lijken de bevindingen te suggereren dat in Nederland, net als in andere delen van de wereld, vrijwillig downshiften als lifestyle keuze niet exclusief voorbehouden is aan de sociale elite, maar mogelijk ook een aantrekkelijke manier van leven kan zijn voor minder gefortuneerde sociale klassen. Daarintegen suggereren de negatieve reacties uit de sociale omgeving dat downshiften nog steeds gezien wordt als een afwijkende

levensstijl. Ten slotte bespreken we de onderzoeksresultaten in het perspectief van duurzaamheid. Op basis van Callenbach's (2002) principe van de Groene Driehoek introduceren wij de Triple G van de duurzame levensstijl met de drie pijlers: Geld, Groen en Gezondheid / welzijn. Geconcludeerd wordt dat downshiften kan bijdragen aan duurzaamheid aangezien deze levensstijl fundamenteel resoneert met de drie pijlers van de Nederlandse Triple G van een duurzame levensstijl. Downshiften zijn geneigd de *re-use, reduce, recycle* mantra van milieuvriendelijk gedrag te praktiseren, ze gaan zorgvuldig met hun geld om, zijn vindingrijke consumenten en ze vinden andere waarden belangrijker dan materialisme en consumptisme. De geconstateerde positieve ervaringen van downshiften kunnen hierbij versterkend werken.

## Hoofdstuk 6

Het laatste hoofdstuk brengt de belangrijkste conclusies van deze dissertatie samen. De bevindingen worden geëvalueerd in het licht van duurzaamheid en tevens worden mogelijkheden geïdentificeerd voor duurzaamheid in de postmoderne consumptiecultuur en -gedrag.

Op basis van de theoretische studies constateerden we dat zuinigheid niet verdwenen is als sturend beginsel binnen de postmoderne consumptiecultuur; het blijkt daarentegen nog steeds een vitaal cultuur kenmerk te zijn. De empirische resultaten in deze dissertatie lijken in belangrijke mate congruent te zijn met deze theoretische bevindingen. Ook al wordt zuinig gedrag algemeen gepraktiseerd, het Transformatie Model Leven met Minder, evenals de negatieve ervaringen van Nederlandse downshiften, toonden aan dat het gedrag als zodanig verguisd is en in de taboesfeer zit. Toch betogen we dat zuiniger leven een realistischer optie voor duurzaamheid kan zijn dan algemeen verondersteld wordt. Verder betogen we dat leven met minder duurzaamheid kan bevorderen hetzij rechtstreeks door minder te consumeren, hetzij indirect door een meer fundamentele verandering van levensstijl. Interventies om consumentengedrag te sturen richting duurzaamheid kunnen succesvol zijn mits de reikwijdte van analyse en strategie verruimd wordt van louter financiële oplossingen naar niet-materiële alternatieven, en van het promoten van de consumptie van de 'juiste' producten naar het verschaffen van de juiste condities en omstandigheden. In het laatste deel van deze dissertatie formuleren we aanbevelingen om een duurzame levensstijl en duurzaam consumptiegedrag te bevorderen.

Ten slotte evalueren we dit onderzoeksproject, bespreken we de beperkingen van de onderzoeken in deze dissertatie en doen we suggesties voor verder onderzoek.