

Wenn Shopping zur Sucht wird

Im Rausch der Waren

Von Andrea Rink

Die Lust am Shopping kennt jeder. Es macht einfach Freude, die neuen Trends zu entdecken, sich etwas Schönes zu gönnen oder ein tolles Schnäppchen zu machen. Während das Konsumverhalten für die meisten Menschen aber im Rahmen bleibt, wird es für andere zum Zwang. Das Phänomen Kaufsucht nimmt europaweit zu. Chancen auf Hilfe verspricht eine neue Therapie, die im Herbst in Deutschland angeboten wird.

Bislang wurde Kaufsucht oft verharmlost und darum nicht behandelt. Doch woran lässt sich die Sucht von der reinen Lust am Shoppen überhaupt unterscheiden? Bei näherem Hinsehen liegen die Unterschiede jedoch auf der Hand: Kaufsüchtige sind keine Schnäppchenjäger, denn der Preis spielt keine Rolle. Und sie sind auch keine Lustkäufer, weil sie keine Freude an dem Erworbenen haben. Oft landen die Sachen unausgepackt in überquellenden Schränken,



Purer Luxus zieht magisch an – für manche wird das zum Problem



Shopping-Süchtige leiden oft unter Depressionen

betroffen; der Anteil der weiblichen Betroffenen allerdings liegt höher. Und: Jüngere Menschen verfallen schneller in dieses Suchtverhalten als ältere.

Wie bei jedem anderen Suchtverhalten hält auch der Kick bei der Kaufsucht nicht lange an. Bereits nach kurzer Zeit müssen Betroffene wieder etwas Neues kaufen. Oft wird die Kaufsucht begleitet von Depressionen, Alkoholmissbrauch, Angst- und Essstörungen.

Eine eindeutige Ursache oder eine typische Kaufsucht-Persönlichkeit gibt es hingegen nicht. Experten haben in

seelische Streicheleinheit.

Dazu kommt nach neuesten Erkenntnissen der Forschung aber wohl auch noch etwas Anderes: Shopping-Süchtige suchen offenbar auch Kontakt und kompensieren Einsamkeit durch Gespräche mit „ihren“ Verkäufern. Angesichts zunehmender Anonymität und dem Anstieg der Scheidungsrate ist diese These wohl nicht ganz von der Hand zu weisen.

Eine neue – und offenbar erfolgreiche – Methode gegen die Kaufsucht wurde jetzt am



Foto: Stephanie Hofschlaeger/Pixelio

Dr. Astrid Müller aus der Psychosomatischen und Psychotherapeutischen Abteilung am Universitätsklinikum Erlangen. Das an der University of North

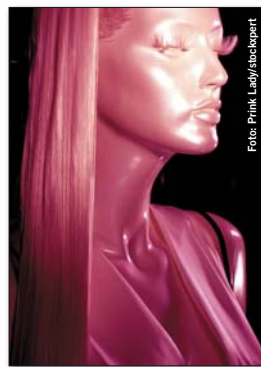
Bei Shopaholics bleiben die Einkaufstüten oft unausgepackt stehen

- Nach dem Kauf frage ich mich oft, ob es wirklich so wichtig war.
- Ich kaufe oft etwas, nur weil es billig ist.
- Ich habe schon oft etwas gekauft, das ich dann nicht benutzt habe.
- Einkaufen ist ein Weg, dem unerfreulichen Alltag zu entkommen und mich zu entspannen.
- Ich habe mir schon oft etwas gekauft, was ich mir eigentlich gar nicht leisten konnte.
- Oft traue ich mich nicht, gekaufte Sachen anderen zu zeigen, weil man mich sonst für unvernünftig halten könnte.
- Manchmal habe ich ein schlechtes Gewissen, wenn ich mir etwas gekauft habe.
- Ich bin verschwenderisch.
- Oft kaufe ich etwas, weil ich einfach Lust zum Kaufen habe.

Haben Sie mehr als vier Fragen dieses Tests mit „ja“ beantwortet, sollten Sie Ihr Konsumverhalten dringend genau beobachten. ■



In den Einkaufsmielen locken zahllose Versuchungen



Magie der Mode hat große Anziehungskraft



Beim Schaufensterbummel belassen es Betroffene nie

werden versteckt oder sogar weggeworfen.

Sieben Prozent aller Erwachsenen in den westlichen Industrienationen sind mittlerweile kaufsuchtgefährdet. Diese Zahl veröffentlichte in Deutschland unlängst die Techniker Krankenkasse.

Zu dem Verhalten der „Shopaholics“ gehört auch, dass sie von mehreren Suchtattacken am Tag heimgesucht werden.

Dann gehen sie los und kaufen sogar mehrfach den gleichen Artikel oder nutzlose, unsinnige Dinge.

Bei kaufsuchtigen Frauen stehen Kleidung, Schuhe, Kosmetik, Lebensmittel und Haushaltsgüter ganz oben auf der Muss-Liste. Männer kaufen hingegen eher Technikartikel, Sportgeräte, Autozubehör und Antiquitäten. Generell sind von Kaufsucht Männer und Frauen

Untersuchungen allerdings festgestellt, dass Kaufsüchtige ein wesentlich schwächeres Selbstwertgefühl haben. Seelische Verletzungen, emotionale Vernachlässigung, Ablehnung und Gleichgültigkeit seitens der Eltern können hierbei ebenso eine Rolle spielen wie eine Erziehung, die materielle Güter zur Belohnung und Bestrafung einsetzt. Shoppen wirkt für Kaufsüchtige wie eine

Uniklinikum von Erlangen getestet:

Nahezu jedem zweiten Patienten konnte mit dieser speziellen Therapie geholfen werden, das exzessive Kaufverhalten in den Griff zu bekommen. „Mit unserer Studie konnten wir in Deutschland erstmals eine wirksame Therapie gegen Kaufsucht wissenschaftlich nachweisen“, sagte Studienleiterin

Dakota (USA) entwickelte und in Erlangen erstmals für Deutschland umfassend getestete ambulante Gruppen-Therapiemodell wurde an insgesamt 51 Frauen und 9 Männern im Alter zwischen 20 und 61 Jahren angewendet.

Um den Erfolg der Therapie nachzuweisen, nahmen die Patienten an Fragebogenuntersuchungen und psychologischen Interviews teil. Bereits