



ISTOCKPHOTO / ZEYNEP OCAN

# Kaufsucht

INFORMATIONEN FÜR BETROFFENE

## WAS IST KAUFSUCHT?

Kaufsüchtige erwerben permanent und in unüber- schaubaren Mengen Waren, die sie sich gar nicht leisten können. Der Akt des Kaufens löst bei ihnen ein Hochgefühl aus und lässt sie kurzzeitig etwaige Probleme vergessen. Diese Wirkung verfliegt allerdings schnell. Betroffene versuchen, die Konsequenzen ihres Verhaltens zu verharmlosen, zu rechtferti- gen oder oft auch durch Lügen und Betrügereien zu kaschieren. Oft verheimlichen oder verstecken sie ihre Einkäufe; mitunter vergessen sie sie schlichtweg. Was erstanden wird, hängt von persönlichen Vorlie- ben ab: Schuhe, Taschen, Elektronikartikel, Bücher, Küchengeräte oder auch Lebensmittel. Betroffene sind sich ihres ungezügelten Konsumverhaltens und der Folgeprobleme durchaus bewusst, dennoch gelingt es ihnen nicht, den Drang unter Kontrolle zu bringen.

Es ist bisher umstritten, ob Kaufsucht ein eigen- ständiges Störungsbild darstellt. Wie die Spielsucht zählt sie zu den so genannten Verhaltenssüchten. Als Kriterien für eine Diagnose gelten: unwiderstehliche Kaufimpulse, der Erwerb unnötiger Waren über längere Zeitspannen und der Erwerb von mehr Waren, als der Betroffene sich leisten kann, sowie ein dadurch beding- ter Leidensdruck und Konsequenzen wie Verschuldung oder Eheprobleme.

## WIE VERBREITET IST DIE KAUF SUCHT?

Eine Kaufsucht entwickelt sich meist über Jahre. Laut Schätzungen gelten in Deutschland rund sechs Prozent der Erwachsenen als betroffen oder zumindest gefähr- det; davon sind 80 bis 95 Prozent Frauen. Für die USA scheint dies allerdings nicht zuzutreffen: Dort sollen Männer und Frauen in etwa gleich häufig erkanken.

## WIE ENTSTEHT EINE KAUFSUCHT?

Hier wirken mehrere Faktoren zusammen.

**Gesellschaft.** Kaufsucht ist ein kulturspezifischer Verhaltensexzess, der fast ausschließlich in Industrieländern mit kapitalistischen Wirtschaftssystemen zu beobachten ist. Eine entscheidende Rolle spielen dabei Konsumorientierung, Materialismus und mangelndes Geldmanagement.

**Neurobiologie.** Eine mögliche Ursache liegt im Ungleichgewicht des Serotonin- oder Dopaminhaushalts des Gehirns. Diese beiden Botenstoffe sind an der Regulation von Gefühlen und Antrieb beteiligt. Störungen dieser Prozesse konnten bisher jedoch nicht spezifisch der Kaufsucht zugeordnet werden, da Betroffene häufig an weiteren psychischen Erkrankungen leiden.

**Persönlichkeit.** Selbstwertprobleme, hohe Impulsivität und geringe Selbstkontrolle tragen wesentlich dazu bei, dass Menschen kaufsuchtig werden und bleiben. Die Patienten beschreiben sich oft als unsicher und sozial ängstlich.

**Stressbewältigung.** In vielen Fällen lösen negative Emotionen die Kaufattacken aus. Kaufen hebt dann zumindest kurzfristig die Laune. Der Betroffene lernt,

dass er auf diese Weise seine Stimmung verbessern kann. Wegen der negativen Konsequenzen exzessiven Kaufens kann er so in einen Teufelskreis geraten: Der Blick aufs Konto oder ein Streit ums Geld drücken die Stimmung, doch die lässt sich kurzfristig durch weitere Käufe wieder heben.

## WAS SIND DIE FOLGEN?

Aus Scham oder Angst sprechen viele Betroffene nicht über ihr Leiden, leugnen es und suchen erst Hilfe, wenn die Schulden sie erdrücken oder die Partnerschaft oder Familie daran zu zerbrechen droht. Wenn sie sich ihre Kaufsucht schließlich eingestehen, hat die Bank ihre EC- oder Kreditkarte unter Umständen schon eingezogen oder ein Angehöriger hat die finanzielle Verantwortung übernommen.

90 Prozent der Kaufsüchtigen leiden an mindestens einer weiteren psychischen Erkrankung; davon etwa 80 Prozent an Depressionen oder Ängsten. Nahezu jeder Dritte erfüllt die Kriterien einer Essstörung oder einer weiteren Abhängigkeit.

Manche Kaufsüchtige räumen die erworbenen Waren nicht mehr weg (=> Messie-Syndrom). Um das zunehmende Chaos zu verbergen, lassen sie niemanden mehr in die Wohnung und ziehen sich von Freunden und Angehörigen zurück.