Astrid Müller
Nora M. Laskowski

Ratgeber Kaufsucht

Informationen für Betroffene und Angehörige

hogrefe

Ratgeber Kaufsucht

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Ratgeber zur Reihe Fortschritte der Psychotherapie
Band 50

Ratgeber Kaufsucht

Prof. Dr. Dr. Astrid Müller, Dr. Nora M. Laskowski

Die Reihe wird herausgegeben von:

Prof. Dr. Martin Hautzinger, Prof. Dr. Tania Lincoln, Prof. Dr. Jürgen Margraf, Prof. Dr. Winfried Rief, Prof. Dr. Brunna Tuschen-Caffier

Die Reihe wurde begründet von:

Dietmar Schulte, Klaus Grawe, Kurt Hahlweg, Dieter Vaitl

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Astrid Müller
Nora M. Laskowski

Ratgeber Kaufsucht

Informationen für Betroffene und Angehörige

hogrefe

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Prof. Dr. Dr. Astrid Müller, geb. 1963. Seit 2011 Leitende Psychologin an der Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie der Medizinischen Hochschule Hannover und dort Leiterin der Arbeitsgruppe „Substanzungebundene Abhängigkeitserkrankungen". 2015 Außerplanmäßige Professorin.

Dr. Nora M. Laskowski, geb. 1992. Seit 2021 Wissenschaftliche Mitarbeiterin der Abteilung Klinische Psychologie, Psychotherapie und Diagnostik des Instituts für Psychologie der TU Braunschweig sowie seit 2022 im Zentrum für Seelische Gesundheit der Universitätsklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie am Medizin Campus OWL der Ruhr-Universität Bochum.

Wichtiger Hinweis: Der Verlag hat gemeinsam mit den Autor:innen bzw. den Herausgeber:innen große Mühe darauf verwandt, dass alle in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen, Internetlinks etc.) entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abgedruckt oder in digitaler Form wiedergegeben wurden. Trotz sorgfältiger Manuskriptherstellung und Korrektur des Satzes und der digitalen Produkte können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autor:innen bzw. Herausgeber:innen und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Copyright-Hinweis:

Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar.

Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Merkelstraße 3
37085 Göttingen
Deutschland
Tel. +49 551 999 50 0
Fax +49 551 999 50 111
info@hogrefe.de
www.hogrefe.de

Umschlagabbildung: © iStock.com by Getty Images / AndreyPopov
Satz: Michael Kleine, Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG, Göttingen
Format: PDF

1. Auflage 2022
© 2022 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG, Göttingen
(E-Book-ISBN [PDF] 978-3-8409-3072-0; E-Book-ISBN [EPUB] 978-3-8444-3072-1)
ISBN 978-3-8017-3072-7
https://doi.org/10.1026/03072-000

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden. Davon ausgenommen sind Materialien, die eindeutig als Vervielfältigungsvorlage vorgesehen sind (z. B. Fragebögen, Arbeitsmaterialien).

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Download-Materialien.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Inhalt

Vorwort **7**

1 Kaufsucht – Was ist das? **9**
1.1 Woran erkennt man eine Kaufsucht? 9
1.2 Wie wirkt Kaufsucht auf andere? 13
1.3 Kernsymptome von Kaufsucht 15
1.4 Unterschiedliche Erscheinungsformen von Kaufsucht 19
1.5 Verlauf der Störung 21
1.6 Welche negativen Folgen kann Kaufsucht haben? 21
1.7 Kaufsucht und andere psychische Störungen 24
1.8 Führt die Abnahme von Kaufsucht zu einer Symptomverlagerung? . . 29
1.9 Wie verbreitet ist Kaufsucht? 29

2 Wie entsteht eine Kaufsucht und warum verschwindet sie nicht von allein wieder? **31**
2.1 Das sagt die Wissenschaft 31
2.2 Umweltaspekte: Die Konsumgesellschaft 32
2.3 Individuelle Risikofaktoren 33

3 Was kann man gegen eine Kaufsucht tun? **36**
3.1 Was kann ich selbst als Nächstes tun? 36
3.1.1 Änderungsmotivation 36
3.1.2 Nobody is perfect 37
3.1.3 Wo soll die Reise hingehen? 37
3.1.4 Selbstbeobachtung 38
3.1.5 Nur Bares ist Wahres 41
3.1.6 Eine Nacht darüber schlafen 42
3.1.7 Die Auslöser kontrollieren 42
3.1.8 Alternativverhalten 42
3.1.9 Gedanken, Gefühle und Verhalten 43

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.

3.1.10 Gefühle regulieren 45
3.1.11 Sich von Dingen trennen 45
3.2 Selbsthilfe hat ihre Grenzen 46
3.3 Schritt-für-Schritt und Dranbleiben 46
3.4 Eigene Fortschritte wahrnehmen und sich loben 47
3.5 Rückfälle gehören dazu 47
3.6 Psychotherapie 48
3.7 Können Medikamente helfen? 51
3.8 Geschafft! Und nun? Für den Notfall planen 51

4 Was können Angehörige tun? 54

Anhang 57
Wissenschaftliche Literatur, die bei der Abfassung des Ratgebers genutzt wurde 57
Empfehlenswerte Literatur zu Kaufsucht und häufigen Begleitstörungen . . 57
Selbsthilfegruppen 58
Arbeitsblatt 59

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Vorwort

Kaufsucht ist ein seit langem bekanntes Phänomen, das in der Bevölkerung recht häufig auftritt. Obwohl Schätzungen davon ausgehen, dass etwas 5 % der erwachsenen Bevölkerung eine starke Kaufsuchtgefährdung aufweisen und die Forschung sich diesem Gebiet mehr und mehr zuwendet, ist das Problem nach wie vor nicht als eigenständige psychische Störung anerkannt. Dabei sind die vielen negativen Folgen und der daraus resultierende Leidensdruck sowohl für die Betroffenen als auch für deren Angehörige enorm.

Dieser Ratgeber wendet sich vor allem an Menschen, die sich vom Thema Kaufsucht persönlich betroffen fühlen. Dazu zählen sowohl Menschen, die selbst an einer Kaufsucht und deren Folgen leiden, als auch deren Angehörige, Bekannte, Freundinnen und Freunde, Kolleginnen und Kollegen sowie Personen aus professionellen Hilfesystemen.

Der Ratgeber soll dabei unterstützen, die Störung besser zu verstehen und Betroffene, deren Angehörige und weitere Interessierte über das Störungsbild, seinen Verlauf, die Ursachen, die Folgen sowie verschiedene Behandlungsoptionen aufzuklären. In diesem Ratgeber werden vor allem Selbsthilfemöglichkeiten erläutert. Diese reichen oftmals aus, um das Problem in den Griff zu bekommen. Wenn das jedoch nicht gelingt, ist eine Therapie erforderlich. Hinweise dazu werden in Kapitel 3.6 gegeben.

Kapitel 1 des Buches beschreibt, wie sich eine Kaufsucht äußert, wie man sie erkennen kann und welche Konsequenzen Betroffene erfahren. Zudem wird kurz auf die Häufigkeit von Kaufsucht in der Bevölkerung sowie auf den Zusammenhang von Kaufsucht mit anderen psychischen Störungen eingegangen. In Kapitel 2 steht die Entstehung einer Kaufsucht im Vordergrund. Kapitel 3 richtet sich direkt an Betroffene und informiert über Selbsthilfemöglichkeiten. Ergänzend werden die wesentlichen Inhalte einer Therapie kurz skizziert. Kapitel 4 wendet sich an Angehörige und gibt Empfehlungen, wie sie Betroffene unterstützen können. Am Ende des Buches findet sich eine Auflistung weiterführender Informationen und hilfreicher Literatur.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Wir bedanken uns bei allen, die unsere Arbeit an diesem Ratgeber unterstützt haben. Dabei denken wir in erster Linie an unsere Patientinnen und Patienten, die uns Einblicke in ihre Probleme und Lebenssituationen gewährt und an den Behandlungen sowie diversen Forschungsstudien teilgenommen haben. Natürlich gilt unser Dank auch unseren Kolleginnen und Kollegen für den fachlichen Austausch und unseren Familien für den unermüdlichen Support. Nicht zuletzt möchten wir uns beim Hogrefe Verlag für das Interesse am Thema Kaufsucht und die Einladung, diesen Ratgeber zu schreiben, bedanken.

Hannover und Braunschweig, Januar 2022

A. Müller und
N.M. Laskowski

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.

1 Kaufsucht – Was ist das?

1.1 Woran erkennt man eine Kaufsucht?

Kaufsucht ist eine psychische Störung, die durch den entgleisten, unvernünftigen Erwerb von unnötigen Konsumgütern gekennzeichnet ist. Der für die Betroffenen nur schwer oder gar nicht kontrollierbare Warenkonsum, die enorme gedankliche Beschäftigung mit kaufbezogenen Themen und Konsumgütern sowie das unwiderstehliche Kaufverlangen führen längerfristig zu erheblichen negativen Folgen. Wir sprechen auch von einem pathologischen, also einem krankhaften Kaufverhalten.

Eine Kaufsucht kann sich auf ganz unterschiedliche Waren beziehen. Manche Menschen kaufen exzessiv Kleidung, Taschen, Schuhe, Drogerieartikel oder Kosmetika, andere eher Bücher, Elektrogeräte, Elektronikartikel oder Bastelmaterialien. Selbst Nahrungsmittel können im Rahmen einer Kaufsucht exzessiv erworben werden.

Typisch für Kaufsucht ist der Zusammenhang zwischen Kaufattacken und emotionaler Befindlichkeit. Dies ist den meisten Betroffenen allerdings nicht von Anfang an klar, sondern wird ihnen häufig erst dann bewusst, wenn sie ihr unangemessenes Kaufmuster hinterfragen. Zu Beginn der Störung sind es vor allem positive Empfindungen, die durch das Kaufen ausgelöst oder verstärkt werden, z. B. Freude, angenehme Erregung oder Spaß. Ebenso kann das Bedürfnis nach Belohnung oder Selbstgeschenken („Sich etwas Gutes tun“) durch Kaufen erfüllt werden. Es kann aber auch sein, dass Kaufen dazu eingesetzt wird, negative Empfindungen, wie z. B. Traurigkeit, Ärger, Langeweile, Einsamkeit, Enttäuschung oder innere Anspannung, zu kompensieren. Wenn Sie merken, dass Sie oft Dinge erwerben, die Sie gar nicht benötigen oder die Sie sich nicht leisten können und dass Sie einkaufen, um einen „Kick“ zu erleben, um sich besser bzw. weniger schlecht zu fühlen oder um sich zu belohnen oder einfach nur zum Zeitvertreib, könnten dies Frühwarnzeichen für eine Kaufsucht sein.

Für eine erste Selbsteinschätzung Ihres Kaufverhaltens sollten Sie die Fragen im folgenden Kasten beantworten. Die Fragen beginnen mit „Kommt es öfter

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.

vor, als Ihnen lieb ist, dass …“. Hier kann sich die Beurteilung natürlich von Person zu Person unterscheiden. Bitte überlegen Sie, welche Antwort (Ja oder Nein) bezogen auf die letzten sechs Monate am ehesten auf Sie zutrifft. Nur Ihre Einschätzung zählt. Es kann übrigens hilfreich sein, nicht zu lange über die Antwort nachzudenken.

Selbsteinschätzung Kaufsucht

Kommt es öfter vor, als Ihnen lieb ist, dass …

1. … Sie mehr Dinge einkaufen als geplant?	☐ Ja	☐ Nein
2. … Sie etwas kaufen, damit Sie sich besser fühlen?	☐ Ja	☐ Nein
3. … Sie anderen Menschen gegenüber unehrlich sind, was Ihr Kaufverhalten betrifft?	☐ Ja	☐ Nein
4. … Sie Dinge kaufen, von denen Sie hinterher feststellen, dass Sie sie nicht benötigen?	☐ Ja	☐ Nein
5. … Ihre Gedanken ums Thema Kaufen kreisen?	☐ Ja	☐ Nein
6. … Sie Dinge, die Sie gekauft haben, nicht benutzen?	☐ Ja	☐ Nein
7. … Sie Dinge, die Sie gekauft haben, vor anderen verstecken oder verheimlichen?	☐ Ja	☐ Nein
8. … sich eine Person aus Ihrer Familie oder Ihrem Freundeskreis darüber beschwert, dass Sie zu viel kaufen?	☐ Ja	☐ Nein
9. … Sie finanzielle Probleme haben, weil Sie etwas gekauft haben?	☐ Ja	☐ Nein
10. … Sie mehr Geld beim Einkaufen ausgeben als vorgesehen?	☐ Ja	☐ Nein
11. … Sie sich Geld borgen, um etwas kaufen zu können?	☐ Ja	☐ Nein

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Anhand dieser Fragen kann natürlich noch keine Diagnose, also eine Entscheidung über das Vorliegen einer Kaufsucht, gestellt werden. Wenn Sie jedoch die Hälfte der Fragen oder mehr mit „Ja“ beantwortet haben, sollten Sie die Sache weiter abklären lassen. Dies kann in einer Spezialambulanz für Verhaltenssüchte, einer psychotherapeutischen oder psychiatrischen Praxis oder auch in einer Beratungs- oder Fachstelle der Suchthilfe geschehen (dazu finden Sie auch noch weitere Informationen in Kapitel 3.6). Sollten Sie nicht wissen, an wen Sie sich wenden können, kann auch Ihre Hausärztin oder Ihr Hausarzt eine erste Anlaufstelle sein.

Häufig können Fallbeispiele zum Verständnis einer Störung beitragen. Die im Folgenden vorgestellten Patientinnen und Patienten wurden in der Kaufsuchtsprechstunde der Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie der Medizinischen Hochschule Hannover untersucht und haben uns erlaubt, ihre Fallbeispiele zu dokumentieren. Nicht immer treffen alle genannten Aspekte auf eine Person zu, die an Kaufsucht leidet. Neben typischen Kernsymptomen, auf die im folgenden Kapitel noch näher eingegangen wird, kann sich die Störung bei jedem Menschen etwas anders äußern. Die hier vorgestellten Fallbeispiele illustrieren Symptome, die von Menschen mit Kaufsucht häufig beschrieben werden. Sie sollen Ihnen dabei helfen, etwaige krankhafte Muster bei sich selbst zu erkennen.

Fallbeispiel: Frau D.

Frau D. ist 49 Jahre alt und arbeitet als Anlagenberaterin in einer Bank. Sie leide seit vielen Jahren unter einem für sie schwer zu kontrollierenden Kaufdrang. Allerdings sei ihr dies erst bewusst geworden, seitdem sie ihre Finanzen nicht mehr im Griff habe. Neben Schulden in Höhe von mehreren Tausend Euro gäbe es mittlerweile auch heftige Ehekonflikte wegen ihrer Kaufattacken. Inzwischen verheimliche sie ihre Einkäufe vor ihrem Ehemann, weil sie weitere Auseinandersetzungen mit ihm fürchte. Er könne nicht nachvollziehen, dass sie so unvernünftig sei und so viele unnütze Haushaltsgegenstände, Drogerieartikel, Kosmetika, Kleidungsstücke und Schmuck kaufe. Besonders ärgerlich sei er, weil sie unlängst sogar hinter seinem Rücken Geld vom gemeinsamen Konto abgehoben habe, das eigentlich für den nächsten Urlaub angespart worden sei, um irgendwelchen „Kram“ zu kaufen. Sie bestelle die Waren fast ausschließlich online, könne jedoch auch bei Angeboten im Supermarkt oder in der

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Drogerie oft nicht widerstehen. Meistens shoppe sie via Smartphone, entweder wenn sie unterwegs sei oder nachts, wenn sie nicht schlafen könne. In der letzten Zeit habe sie sogar begonnen, während der Arbeitszeit im Büro Sachen im Internet zu bestellen. Inzwischen sei sie bei vielen Online-Händlern gesperrt, weil sie Rechnungen nicht bezahlt habe. Sie finde jedoch trotzdem Wege, um weitere Bestellungen zu tätigen. So habe sie bereits zweimal unbemerkt etwas auf den Namen ihrer Schwester bestellt und zu sich nach Hause liefern lassen. Frau D. habe nach dem letzten Krach mit ihrem Ehemann erfolglos versucht, seltener etwas zu kaufen. Schon nach zwei Tagen sei sie so nervös und angespannt gewesen, dass sie bei einem Newsletter ihres Online-Lieblingshändlers schwach geworden sei und wieder heimlich etwas bestellt habe.

Fallbeispiel: Frau F.

Frau F. ist 33 Jahre alt, lebt allein und arbeitet als Sekretärin. Vor zwei Jahren sei sie in eine andere Stadt gezogen, weil sie einen neuen Job angenommen habe, der sie sehr beanspruche. Seit dem Umzug seien ihre außerberuflichen Kontakte auf ein Minimum geschrumpft. Sie habe ganz oft das Bedürfnis, sich etwas Gutes tun zu müssen, indem sie sich etwas Schönes zum Anziehen kauft, am liebsten hochpreisige Markenware. Zum einen bekomme sie auf der Arbeit häufig Komplimente für ihre tollen Outfits, zum anderen sei der Kontakt zu den netten Verkäuferinnen und Verkäufern ihrer Lieblingsboutique einer der wenigen Sozialkontakte außerhalb des Büros. Mehr als die Hälfte der Kleidungsstücke und Schuhe, die sie in der Boutique gekauft hat, würde sie gar nicht tragen. An vielen Sachen habe sie noch nicht mal das Etikett entfernt. Die Sachen würden im Schrank hängen. Da die Schuhe nicht mehr in den Schrank passen würden, habe sie angefangen, den Keller mit Schuhkartons vollzustellen. Sie könne sich einfach nicht von den Sachen trennen, selbst wenn sie sie nicht trage. Inzwischen überziehe sie regelmäßig ihr Konto, obwohl sie eigentlich gut verdiene. Die drohende Verschuldung habe bislang jedoch nicht dazu geführt, dass sie ihr Kaufverhalten einschränke. Stattdessen würde der Wunsch nach neuer schöner Kleidung und neuen schicken Schuhen immer stärker werden. So passiere es, dass sie an den Wochenenden regelmäßig ihre Lieblingsboutique aufsuche und etwas einkaufe.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Fallbeispiel: Herr K.

Herr K. hatte sich bereits vor drei Jahren erstmalig wegen einer Kaufsucht bei uns vorgestellt. Grund für die damalige Vorstellung waren maßlose Online-Bestellungen, die er vorgenommen hatte, obwohl er wusste, dass er sie nicht würde bezahlen können. Damals war eine ambulante Behandlung vereinbart worden, die er aber nicht antrat. Er habe seine Frau kennengelernt, Insolvenz angemeldet und die Kaufattacken eigentlich eingestellt. Die Insolvenz habe bis vor 6 Monaten bestanden und er sei schuldenfrei. Die jetzige Vorstellung erfolgt, weil er wieder begonnen habe, Gelder „umzuschichten", sodass eine erneute Verschuldung drohe. Herr K. berichtet über neuerliche exzessive Internetkäufe von z. B. Büchern, Jeans, T-Shirts, Turnschuhen, Jacken und Elektronikartikeln. Er browse täglich ungefähr vier Stunden auf Internetkaufportalen. Von den vielen unnötigen Dingen, die er bestelle, würde er nichts zurückschicken. Ungefähr dreiviertel der Sachen blieben unbenutzt und würden in Vergessenheit geraten. Im Rahmen der Finanzierung für einen Hauskauf habe seine Ehefrau nun unlängst Einsicht in die Kontoauszüge genommen und bemerkt, dass Herr K. ohne ihr Wissen tägliche Abbuchungen für Einkäufe veranlasst habe, die nicht besprochen waren. Über diesen Vertrauensmissbrauch sei sie zutiefst enttäuscht gewesen und habe die Trennung erwogen. Dies habe dazu geführt, dass Herr K. sein unangemessenes Kaufverhalten nun verändern möchte. Bis zu diesem „Vorfall" habe er die Konsequenzen seines Verhaltens komplett ausgeblendet, einschließlich drohender Verschuldung und familiärer Probleme. Die Käufe hätten der Emotionsregulation gedient. Auslöser seien negative Befindlichkeiten gewesen, wie z. B. Gefühle von Wut, Traurigkeit oder Hilflosigkeit, die er durch das Surfen auf Shoppingwebsites und Bestellungen kurzfristig habe regulieren können.

1.2 Wie wirkt Kaufsucht auf andere?

Für andere ist eine Kaufsucht zunächst oft schwer zu erkennen. Im Gegensatz zu einer längerfristigen Alkohol- oder Drogenabhängigkeit gibt es keine sichtbaren körperlichen Anzeichen für das entgleiste Kaufverhalten. Ganz im Gegenteil ist es häufig so, dass Menschen mit Kaufsucht ein sehr gepflegtes

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Müller und Laskowski: Ratgeber Kaufsucht (ISBN 9783840930720). © 2022 Hogrefe Verlag, Göttingen.