

Newsletter – Juni 2007

Kann denn shoppen Sünde sein? Warum wir so gerne einkaufen gehen.

Shoppen/Einkaufen ist ein Thema, das viele Menschen nervös macht! Sobald man auf dieses Thema zu sprechen kommt, sind viele von uns peinlich berührt, als ob man etwas sehr Intimes – fast unanständiges – zur Sprache gebracht hätte. Diese Reaktionen sind nicht erstaunlich. Shoppen/Einkaufen ist einerseits das Erkunden der eigenen Wünsche und andererseits Pflichterfüllung. Es beinhaltet gleichermaßen Schuld und Stolz, Last und Freude.

Bitte halten Sie mit ihren Gedanken kurz inne. Wie geht es ihnen mit dem Wocheneinkauf von Lebensmitteln? Wie geht es ihnen, wenn sie wieder einmal ein neues Paar Schuhe gekauft haben? Die Art wie ein Mensch einkauft, kann Persönlichkeitseigenschaften über ihn verraten, die er/sie vielleicht gar nicht wissen will.

Beim Shoppen/Einkaufen erkennt der Mensch sich über den Umgang mit Dingen und den Wert, den die Gesellschaft ihnen beimisst. Ein potentieller Käufer probiert Kleidungsstücke an oder aber auch z.B. technische Gegenstände aus und testet dadurch verschiedene Identitäten. Manchmal kommt es noch vor, so wie früher, dass ein Verkäufer einen potentiellen Kunden zum Kauf drängt, indem der Verkäufer dem Kunden einzureden versucht, dass z.B. die Bluse den Typ einfach ideal zur Geltung bringt. Viele von uns bedienen sich heute der unendlichen Modeauswahl in Katalogen, im Internet oder wühlen in den Sonderangeboten der zahlreichen Diskontläden. Immer wieder versucht ein jeder einzelne von uns, die Frage zu beantworten „bin ich das?“.

Das Shoppen/Einkaufen ist per se weder gut noch schlecht – es ist menschlich. Das Shoppen/Einkaufen ist die moderne Art, sich mit den ursprünglichen und uralten Fragen auseinander zusetzen: Was gebe ich heute meiner Familie zu essen? Was soll ich heute anziehen? Welche Dinge brauche ich, dass es mir und meiner Familie gut geht? Welches Bild soll der Nachbar, die anderen Menschen von mir haben? Wie soll ich meine Einstellung in der Öffentlichkeit präsentieren? Wie gut komme ich bei den anderen Menschen an?

Ein Alltag ohne Einkaufen/Shopping ist für den heute lebenden Menschen undenkbar. Shoppen/Einkaufen bestimmt das Leben des Menschen. Unsere Einkaufswelt besteht aus einer Vielzahl von eigenständigen Welten, wie Geschäfts- oder Künstlervierteln, Fachgeschäften, Supermärkten, Shoppingzentren, Einkaufsmärkten, Fabrikverkauf, Internet, Kataloge, Modemagazine, Teleshopping, Flugblätter oder PR-Anzeigen in Zeitungen. Und stellen sie sich vor – sie als Käufer mitten drinnen. Jeder Mensch betritt auf seine Weise diese verschiedenen Welten. Die Einkaufswelt ist für jeden von uns die Arena für die eigene Selbstdarstellung – ernst, vernünftig, gierig, verschwenderisch oder auch sehr preiswert.

Manche Menschen behaupten, dass Shoppen/Einkaufen weltweit die beliebteste Freizeitbeschäftigung sei, obwohl es mit Freizeit oft sehr wenig zu tun hat. Doch sehr viele Menschen, vor allem in den Industrieländern, verbringen viel Zeit mit dieser Beschäftigung. Sei es weil sie es wollen, oder sei es, weil sie es müssen.

Aber wenn Shoppen/Einkaufen zur Droge wird!? Kaufen gibt einen Kick: den fünfzigsten Lippenstift, das achtzigste Paar Schuhe, die zwanzigste Handtasche. Dinge, die eigentlich gar nicht gebraucht und zu Hause erst gar nicht ausgepackt werden, sondern gleich inklusive Einkaufssackerl in den Kasten wandern. Dinge, für die eigentlich gar kein Geld vorhanden ist. Die Prävalenzrate für Kaufsucht (Oniomanie) liegt in Österreich bei ein bis drei Prozent. Fast jeder dritte Österreicher ist Kaufsucht gefährdet. Besonders betroffen sind junge Menschen im Alter von 14 bis 24 Jahren. Laut einer AK-Studie ist der Anteil der Gefährdeten weiter stark ansteigend. Es zeigt sich: Junge Frauen sind mit knapp zwei Drittel die gefährdeste Gruppe. Auch über alle Altersgruppen hinweg sind Frauen stärker Kaufsucht gefährdet als Männer.

Kaufsucht ist eine psychische Störung, die sich als zwanghaftes, episodisches Kaufen von Gütern äußert. Die Kaufsucht wird im internationalen Klassifikationssystem ICD-10 neben der Spielsucht oder Arbeitssucht nicht als eigenständige psychische Störung gesehen, sondern zu den Zwangsstörungen (ICD-10: F42.x) oder auch zu den Impulskontrollstörungen (F63.x) gerechnet. Nicht der Besitz der Güter ist Handlungsziel, sondern die Befreiung von einem imperativen Drang durch die Kaufhandlung selbst. Die Sinnlosigkeit des Handelns ist den Betroffenen klar – durch bloßes „Zusammenreißen“ des Kaufsüchtigen ist diese psychische Störung nicht zu kontrollieren. Wird der Süchtige/die Süchtige an der Kaufhandlung gehindert, entwickeln die Betroffenen Entzugserscheinungen, zum Beispiel auf der vegetativen Ebene wie starke innere Unruhe oder Beklemmungserscheinungen bis hin zu psychosomatischen Erkrankungsbildern. Am Institut für Psychosomatik unter der Leitung von Dr. Olaf Rossiwall basiert die Behandlung von Kaufsucht und damit aufgetretenen Folgeerscheinungen auf psychotherapeutischen und/oder pharmakologischen Interventionen, die ambulant und/oder stationär durchgeführt werden können.

Kaufsucht ist unauffällig, weil Kaufen gesellschaftlich akzeptiert ist. Und jeder von uns kennt folgende Situation – auch wenn es per se noch keine Kaufsucht ist: Nach dem Ärger mit dem Chef oder mit dem Partner geht man in das nächste Geschäft und „gönnt sich was“. Solche „Frustkäufe“ haben psychisch die Funktion, Defizite wie Frustrationen kurzfristig auszugleichen und Problemen auszuweichen. Dies kann ganz bewusst geschehen und ist grundsätzlich eine funktionale Strategie für die Psyche. Schließlich wäre der Mensch überfordert, jedes Problem sofort anzugehen. Gefährlich wird es jedoch, wenn solche Defizite regelmäßig durch Käufe überwunden werden, der Frustkauf zur Gewohnheit wird, es keine anderen Bewältigungsstrategien mehr gibt. Das Problem, vor dem ausgewichen wird, kann dann nicht mehr nur ein vorübergehendes sein, sondern liegt in einem Persönlichkeitsdefizit, in der Regel einer Selbstwertschwäche, die sehr unterschiedliche Ursachen haben kann. So ist es möglich, dass jeder sein eigenes Fundament für eine Kaufsucht schaffen kann.

Ausblick/Veranstaltungen Juli/August 2007

- **Newsletter – Juli/August 2007**
Endlich – Sommerferien!
- **Privatärztliche Schmerzambulanz** – Leitung Prim. Dr. Olaf Rossiwall
- **Inkontinenz-Therapie mittels Biofeedback**
- **Jeden Donnerstag 18:00 bis 19:30 Uhr Trainingsprogramm „Schmerz lass nach“ - mentale Schmerztherapie, Inst. Psychosomatik EMCO-Privatklinik – Anmeldung erforderlich**

Kontakt: Institut für Psychosomatik, EMCO-Privatklinik;
Martin-Hell-Straße7-11; 5422 Bad Dürrenberg; www.emco-klinik.at
Leitung: Prim. Dr. Olaf Rossiwall
MMag^a. Annemarie Pleininger; Tel: 0676/6396902;
e-mail: office@diepsychologin.info