



„Kaufsucht“ als ein Symptom

Erklärungsansätze auf dem Hintergrund der mehrgenerationalen Psychotraumatologie

www.franz-ruppert.de




Kaufsucht wird diagnostiziert als
nicht stoffgebundene,
verhaltensbezogene
Suchtform
oder als
Impulskontrollstörung



Kriterien für das Vorliegen einer Verhaltenssucht (nach Werner Gross 2003)

- Kontrollverlust
- Abstinenzunfähigkeit
- Wiederholungszwang
- Entzugerscheinungen
- Dosissteigerung
- Interessensabsorption und –
zentrierung
- Psychischer und körperlicher Verfall
- Gesellschaftlicher Abstieg



Kaufsucht ist das in Anfällen
auftretende, süchtige Kaufen von
Konsumgütern und Dienstleistungen
(Lucia Reisch und Klaus Scherhorn)



800.000 Menschen in Deutschland gelten als kaufsüchtig.

Drei Millionen Bundesbürger gelten als extrem gefährdet.

Bundesweit gelten mehr als zwei Millionen Haushalte als überschuldet.

Merkmale der Kaufsucht



- Unwiderstehlicher Drang zu kaufen
- Euphorie beim Kaufvorgang
- Steigerung bei Menge und Preisen
- Kaufen bis zum finanziellen Ruin
- Entzugserscheinungen bei Geldnot

Psychologie des Kaufakts

- Tröstung, Beruhigung, Belohnung
- Anspannung, Aufregung
- Kompetenzgefühl
- Wichtigkeitsgefühl
- Anerkennung von Verkäufern
- Unter Menschen kommen



Auslösende Bedingungen für Kaufsucht



- Frustrationen
- Selbstwertknick
- Einsamkeit
- Fehlende Partner
- Werbung




Für die Kaufsucht besteht eine hohe Korrelation mit

- Depressionen
- Zwängen
- Angststörungen
- Essstörungen
- Substanzmissbrauch
- Borderline-Persönlichkeitsstörung



Gründe und Ursachen bei Kaufsucht

- Fehlende innere Schutzfaktoren (Selbstkontrolle, Gewissenhaftigkeit)
- Emotionale Vernachlässigung in der Kindheit
- Selbst erlebter sexueller Missbrauch
- Traumata der Eltern

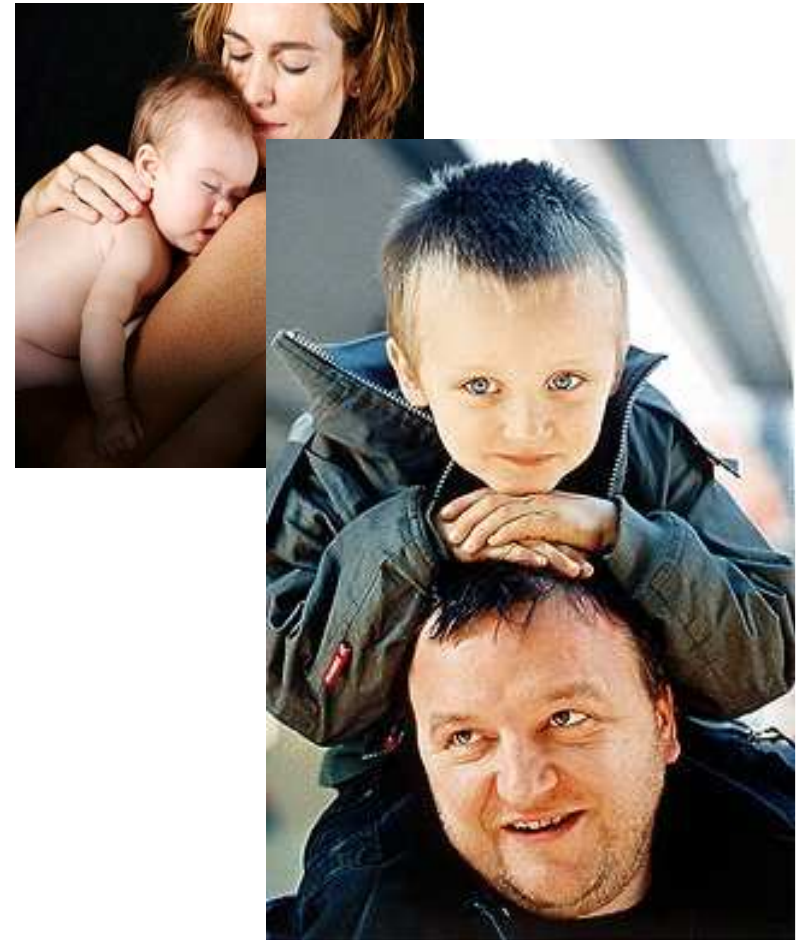


**Menschliche
Entwicklung findet
im Wechsel
zwischen
Symbiose- und
Autonomie-
bedürfnissen statt.**



Wie kommt es zu einer gesunden psychischen Entwicklung?

- Symbiotische kindliche Bedürfnisse nach Wärme, Schutz, Halt, Liebe und Zugehörigkeit werden von der Mutter und vom Vater befriedigt.
- Bestreben nach Eigenständigkeit des Kindes wird von beiden Eltern gefördert.



Symbiotische Urbedürfnisse

- ❖ genährt werden
- ❖ gewärmt werden
- ❖ Körperkontakt haben
- ❖ gehalten werden
- ❖ Augenkontakt
- ❖ gesehen werden
- ❖ verstanden werden
- ❖ unterstützt werden
- ❖ Rückhalt bekommen
- ❖ zusammengehören



Die Psyche eines Menschen am stärksten prägende Lebenserfahrung

.....

ist die symbiotische
Beziehung
mit seiner Mutter.



Jedes Kind ist mit seiner Mutter doppelt symbiotisch verwoben

- **passiv:** die psychischen Qualitäten der Mutter prägen sich in die psychische Grundstruktur des Kindes ein
- **aktiv:** das Kind hält sich an der Mutter fest und versucht, ihre Bedürfnisse zu befriedigen.



Die Bindungsliebe eines Kindes zu seiner Mutter ist die stärkste psychische Kraft.

Autonomiebedürfnisse

- ❖ Eigenständig sein
- ❖ In sich selbst Halt finden
- ❖ Etwas selbst machen
- ❖ Unabhängig sein
- ❖ Frei sein
- ❖ Selbst entscheiden
- ❖ ...



Eine Erfahrung wird zum Trauma...

...wenn **in einer lebensbedrohlichen Situation alle unsere Stressprogramme versagen** und die Lebensgefahr sogar noch weiter steigern und wir diese deshalb unterdrücken müssen, um zu überleben.

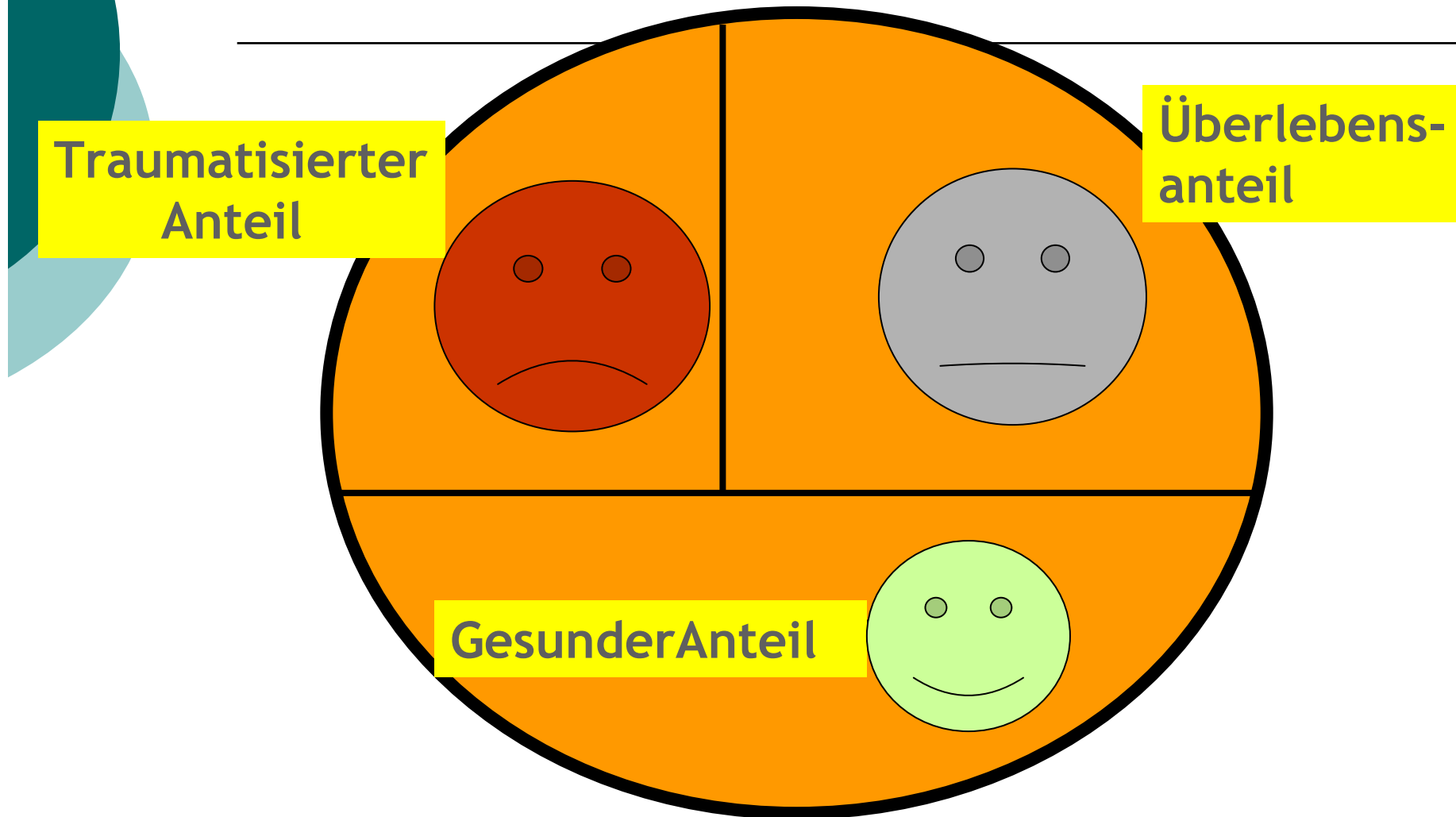


Der Trauma-Notfallmechanismus besteht aus:

- Erstarren
- Einfrieren
- Dissoziieren und
- Aufspalten der Identität
- Er sichert das Überleben.



Identitätsspaltungen nach einer Traumaerfahrung





Traumata bei den Eltern (Existenz-,
Verlust-, Bindungstraumata) setzen
sich als Symbiosetraumata bei ihren
Kindern fort.

Die Beziehung zu seiner Mutter kann für ein Kind zu einem Symbiosetrauma werden.

Das Kind ist hilflos und ohnmächtig, einen stabilen, sicheren, Halt gebenden emotionalen Kontakt zu einer Mutter aufzubauen, die selbst traumatisiert ist.



Traumatisierte Mütter können sein

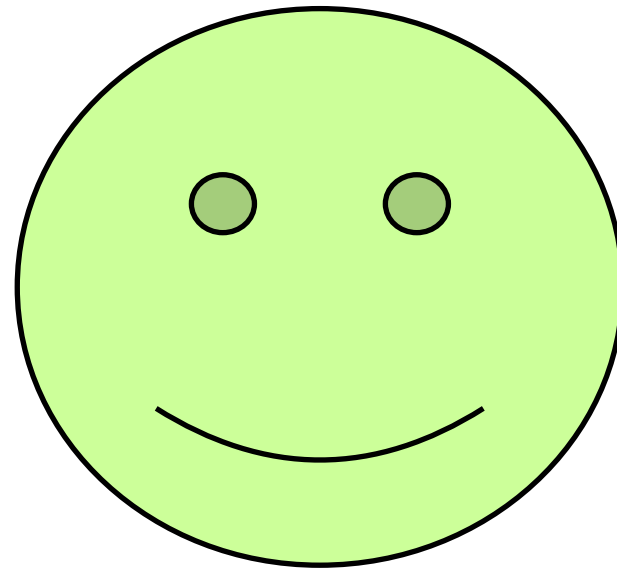
- Emotional nicht erreichbar
- Übergriffig
- Emotional schwer belastet
- Unberechenbar
- Emotional bedürftig
- Gewalttätig

- Sie sind psychisch gespalt

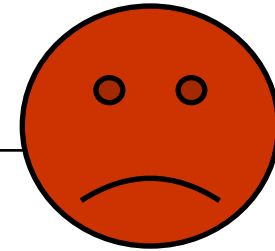


Gesunde psychische Strukturen bei einem Kind

- ❖ Eigene Lebenskraft
- ❖ Eigener Lebenswille
- ❖ Gesunde Urbedürfnisse
- ❖ Freude an der Bewegung
- ❖ Freude am Spielen
- ❖ Freude am Lernen
- ❖ Offenheit, Kreativität
- ❖ ...



Merkmale traumatisierter Anteile bei einem Symbiosetrauma

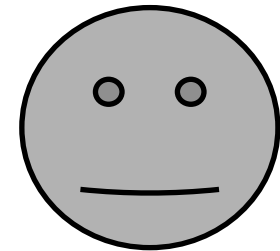


- Verzweiflung, dass keine Mutter/Elternliebe spürbar ist
- Verlassenheits- und Einsamkeitsgefühle
- Todesängste
- Unterdrückte Wut
- Unterdrückte Trauer
- extremer Rückzug
- Tendenz zur Selbstaufgabe



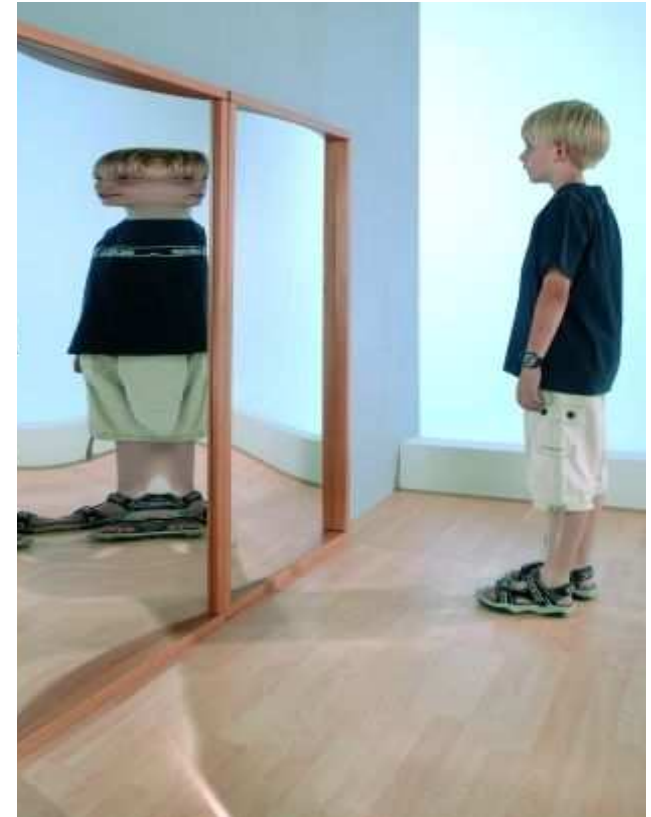
Merkmale der Überlebensanteile bei einem Symbiosetrauma

- zähes Ringen um den Kontakt mit den Eltern
- Idealisierung der Mutter/des Vaters
- Identifikation mit den Überlebensmechanismen der Eltern
- die Eltern retten wollen
- verschmelzen mit den traumatisierten Anteilen der Eltern oder Großeltern
- verdrängen und leugnen des eigenen Traumas



Folgen eines Symbiosetraumas

- Leben in einer fremden Identität
- Eigene und übernommene
- Gefühle können nicht unterschieden werden
- Lebenslange symbiotische Verstrickung mit den Eltern
- Symbiotische Verstrickungen in anderen nahen Beziehungen
- Psychische Störungen aller Art (Ängste, Hyperaktivität, Depressionen, Süchte, Psychosen ...)





Wesentliche Merkmale bei der Kaufsucht

- Ablehnung durch die Mutter, kein emotionaler Halt beim Vater
- Eigene Aggressionshemmung und generalisierte Angst vor Wut und Aggression
- Positive Bindungsgefühle (Wärme, Halt, Sicherheit) können nur mit Dingen (Nahrung, Kleidung ...) verbunden werden (alternativ wäre: Ästhetik, Naturerleben)
- Anhängliche Beziehungen, Vermeiden von Konflikten
- Stilles, heimliches Leiden
- Sich in Dingen Selbstbestätigung suchen und gleichzeitig nicht finden können („bin es nicht wert“)



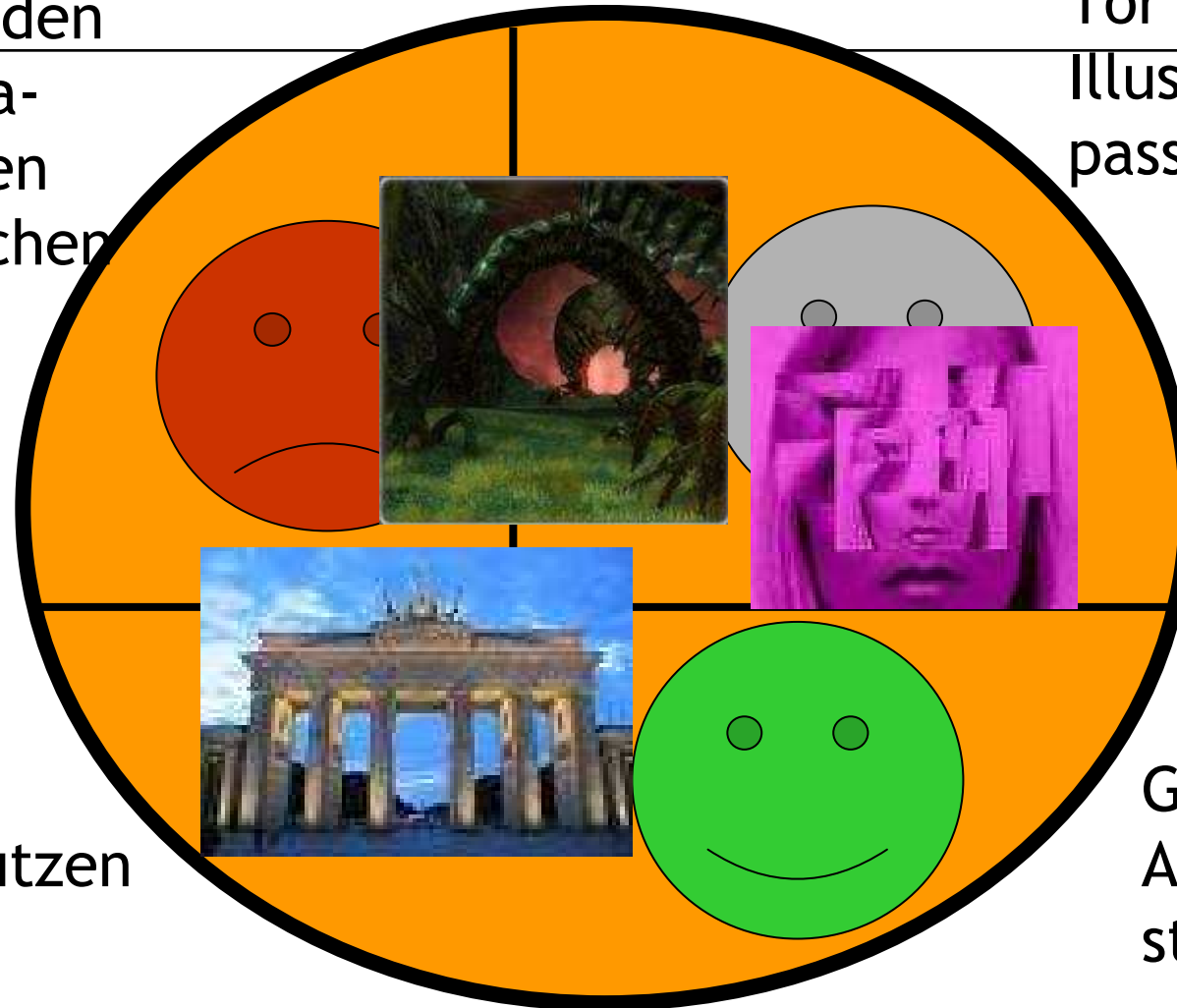
Schritte zur Auflösung eines Symbiosetraumas

- ❖ den eigenen Willen stärken, Nein sagen lernen
- ❖ Realität und Illusionen unterscheiden lernen
- ❖ eigene von übernommenen Gefühle unterscheiden lernen
- ❖ Niemanden mehr retten wollen
- ❖ weder Opfer noch Täter sein wollen
- ❖ eigene Traumata anerkennen
- ❖ sich aus symbiotisch verstrickten Bindungen lösen
- ❖ Wunsch nach gesunden und konstruktiven Beziehungen verspüren

Integration der Spaltungen nach einer Traumaerfahrung

Tor zu den
Trauma-
gefühlen
aufmachen

Tor der
Illusionen
passieren



Tor in die
Freiheit nutzen

Gesunde
Anteile
stärken



Literatur

Batthyany, D. & Pritz, A. (Hg.) (2009). Rausch ohne Drogen. Berlin: Springer Verlag.

Gross, W. (2003). Sucht ohne Drogen. Frankfurt/M.: S. Fischer Verlag.

Franz Ruppert (2007). Seelische Spaltung und innere Heilung. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

Franz Ruppert (2010). Symbiose und Autonomie. Symbiosetrauma und Liebe jenseits von Verstrickungen. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

Franz Ruppert (2012). Trauma, Angst und Liebe. Unterwegs zu gesunder Eigenständigkeit. Wie Aufstellungen dabei helfen. München: Kösel Verlag (in Vorbereitung).

Scherhorn, G., Reisch, L. & Raab, G. (1992). Kaufsucht. Bericht über eine empirische Untersuchung. Universität Hohenheim: Lehrstuhl für Konsumtheorie und Verbraucherpolitik.