

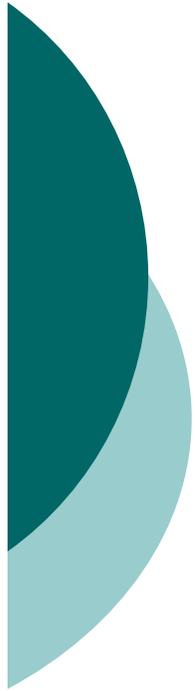


# **„Kaufsucht“ als ein Symptom**

---

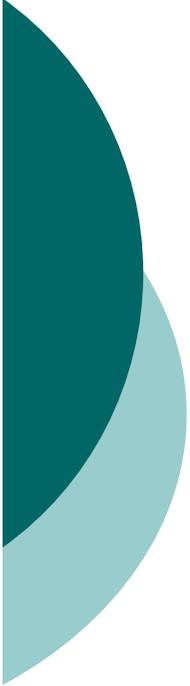
## **Erklärungsansätze auf dem Hintergrund der mehrgenerationalen Psychotraumatologie**

**[www.franz-ruppert.de](http://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)

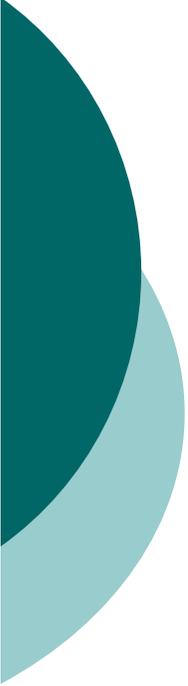
---

- 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



---

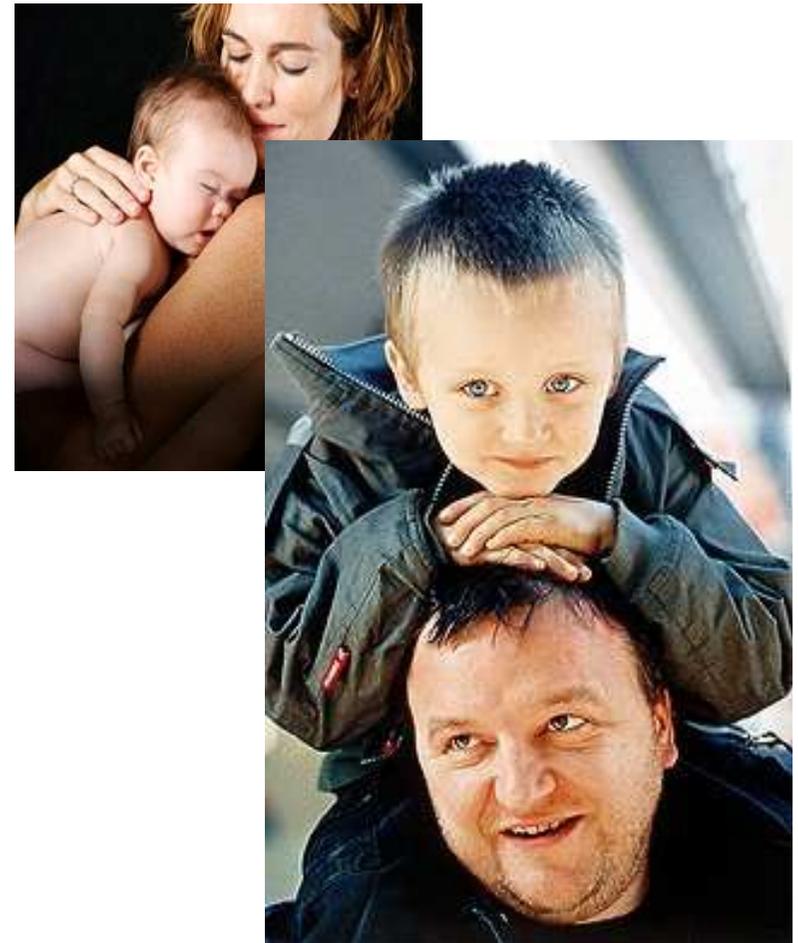
**Menschliche  
Entwicklung findet  
im Wechsel  
zwischen  
Symbiose- und  
Autonomie-  
bedürfnissen statt.**



# 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.



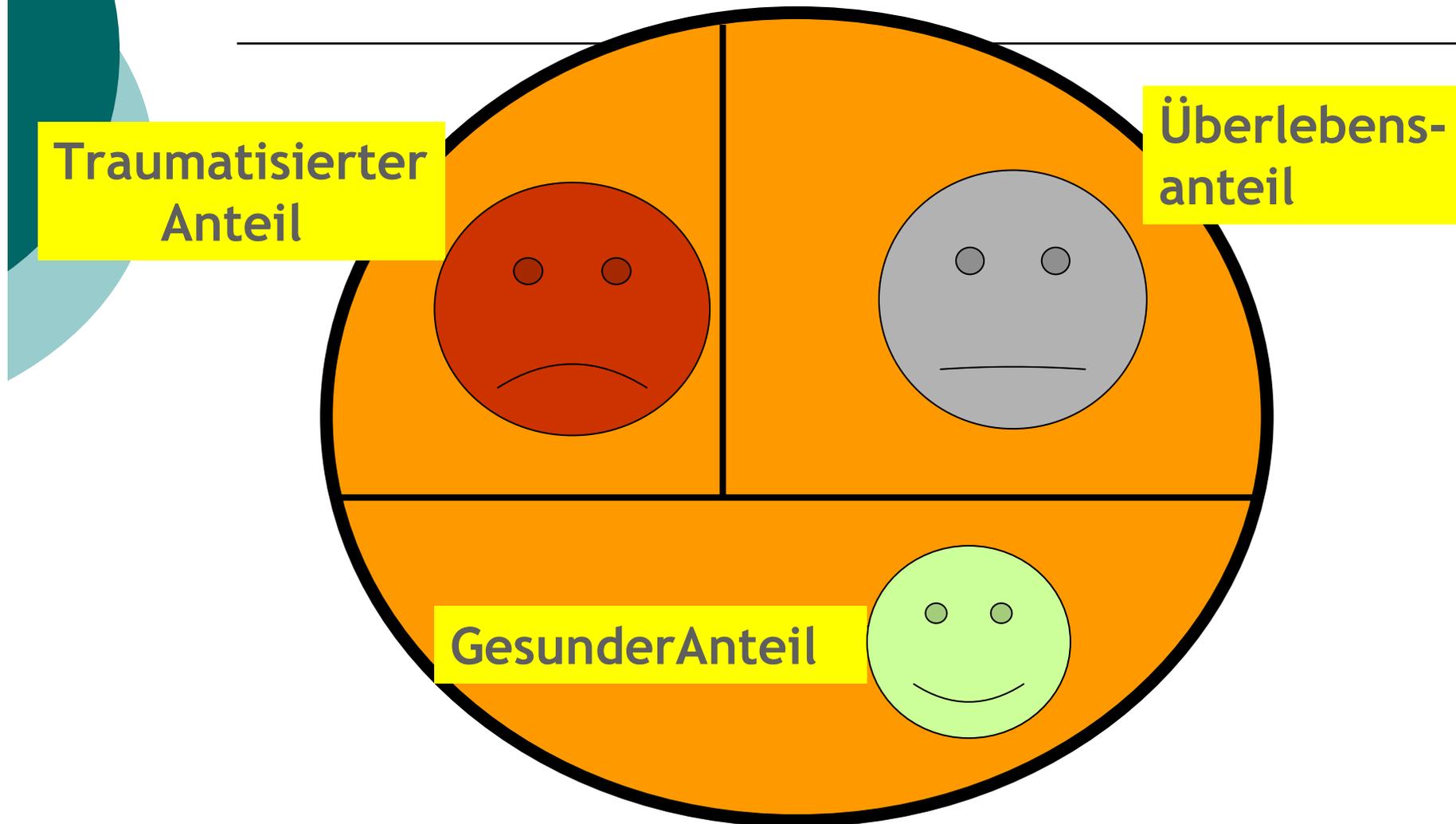
# Der Trauma-Notfallmechanismus besteht aus:

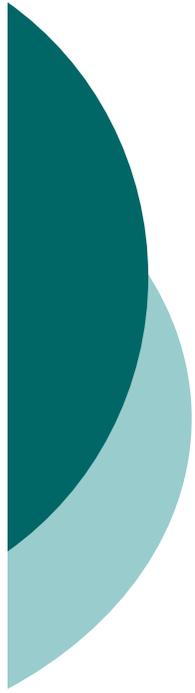
---

- 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

---

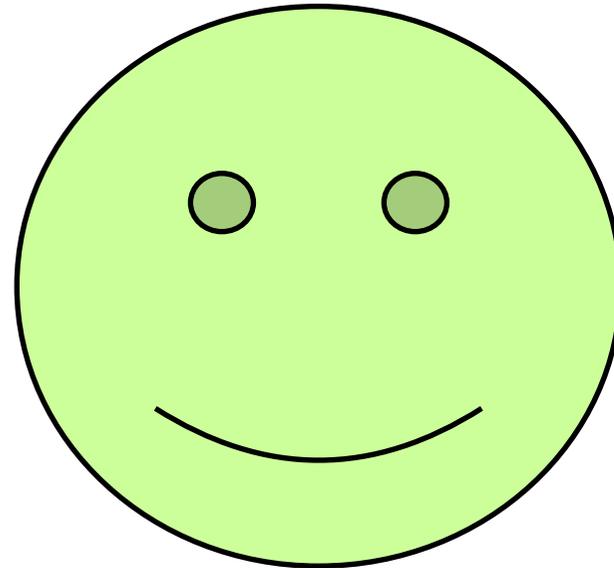
- Emotional nicht erreichbar
- Übergriffig
- Emotional schwer belastet
- Unberechenbar
- Emotional bedürftig
- Gewalttätig
  
- Sie sind psychisch gespalt



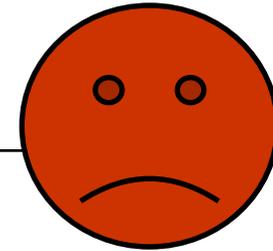
# Gesunde psychische Strukturen bei einem Kind

---

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



# Merkmale traumatisierter Anteile bei einem Symbiosetrauma



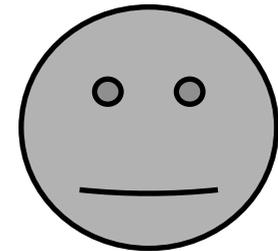
- Verzweiflung, dass keine Mutter/Elternliebe spürbar ist
- Verlassenheits- und Einsamkeitsgefühle
- Todesängste
- Unterdrückte Wut
- Unterdrückte Trauer
- extremer Rückzug
- Tendenz zur Selbstaufgabe



# 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

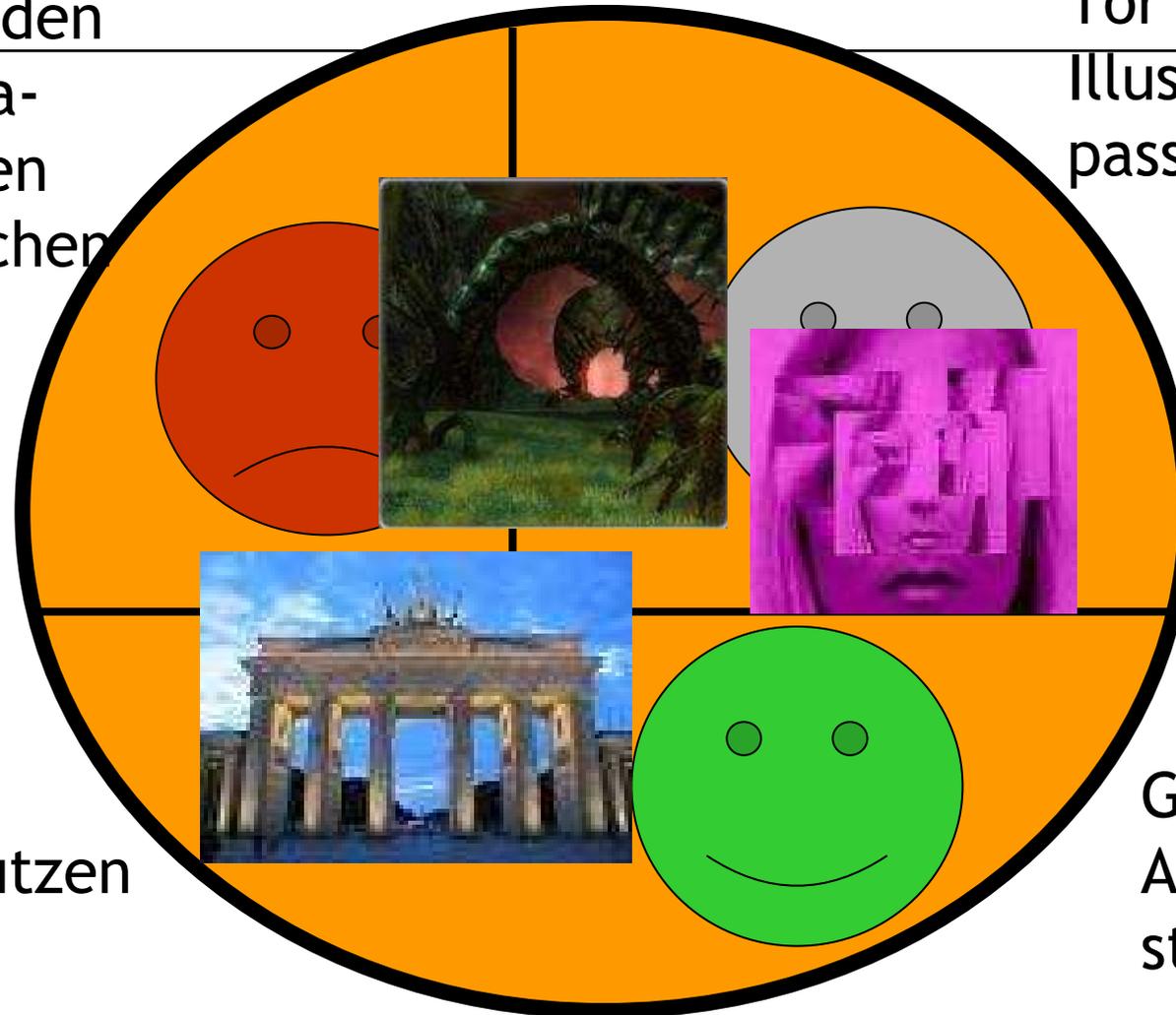
---

- ❖ 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.