

I k U[]X`U`_cfngH^ W^W`n`fYdYhntcf]i a

U]!æ&[,æ}â^Á à|[\`Á c^ {æc`&:}^* [Á]|[]]~b { ^Á :æ&: Á [âÁ :æ] [:]æ}ææÁ •â Á :Á c^ \•c^ {Á
![:]!&:~}æb &^ {Á âæ}^Á à|[\`ÉÁ V\`•c^ c^}Á b^•c^ \[Á]! :^ \jæâ^ {ÉÁ bæ\Á { [^Á , ^* | âæ Á , ^] [, â^â ÉÁ
, ^]!æ&[,æ}â^Á |` àÁ âæ [*Á }æhÁæ} ^Á c^ {æcÉÁ b^Á {æh [}Áæâ• []c}â^Á [*!æ}â&:æ Á ^&: &^* [Á•â ÉÁ |^&:Á {æh
•cæ} [, â Áâ { } ^ |•Á [Ác, [! :^}ææÁ , jæ• } ^&@Á ^•c} ^&@Á |` àÁ }â• { } ^&@Á , ^] [, â^â :æÉÁ Ú { [& Á , Ác^ {Á
c, [! :^}â^Á â :â^Á•y [, }â&c, [Á :æ { â^• :& : []^Á } [âÁ c^ \•c^ {É

K cfhgWUm`5`

b^•c^ :ââ [! ^ {Á•j5, Áâ : , ! [c5, Á :æ, æ!c`&@Á, Ác^ \ &â^Á [!æ:Á] [{æ*æÁ, Áb^* [Á :! :~ {â^}â^É

K cfhgWUm`6`

] [• :^! :æhÁæ}^Á à|[\`Á c^ {æc`&:}^ÉÁ] [{æ*æÁ]! :^Á , ^] [, âæâæ}â^Á•â Á }æhÁæ} ^Á c^ {æcÉÁ ZæÁ] [{ [& Á
c^ \•c^ [*Á•y [, }â&c, æhÁ [âæ}^* [Á]â^Á, \ [|^b] [&âhæ]-æâ^c`&: } ^ÉÉæ| ^Á }æhÁ :æ•æâ :â^Á• \ [bæ! :^ ÉÁ ~&: &^Á•â Á
{ [^Á-! { ^y [, æ Á• , [b^Á, jæ• } ^Á, ^] [, â^â :æÉ



V^ \•c^ ^Á [:]æ&: [] ^Á c^ {Á•^ { à [| ^Á : [•cæj^Á}æ*!æ}^Á}æhÁ y^c ÁÔÖÁâ [y &: [] Áâ [Á\•â \æÉÁ bæ\æ â^ {Á
•^ { à [| ^Á ^ { â^• :& : [] ^Á b^•c^ } ^ { ^ÉÁ] [âÁ c5! ^ {Á :}æhÁ :â^• :Á }æhÁ y^ &â^Á c^ \•c^ ^Á [Á , ^•j~&@æ}æÉ

BUW`XYa`@YgYb

Ú [âÁ c^ \•c^ {Á :}æhÁ~b Á•â Á!5, }â^ Á]^cæ}ææÉÁ \c5!^Á , Á }â^ , â\|â {Á•c []}â^Á â [c`&: Á c^ \•c^ ÉÁ • Á
}æc [{ææ•c^] [{ [& Á , Á , ^] [, âæâæ}â^Á•â Á }æhÁæ} ^Á c^ {æcÉÁ ~b { ^b Á!5 } ^Á b^* [Áæ•] ^Á c^ [!æ:Á \â\!~b Á
~ , æ* Á ^&: &^* [Á•â Á}æhÁ, ^]c^ æ] ^Á c^ {æc`Á^* :æ { â}æ&^b}^É
Ú ^cæ}ææc^Á• Á :ââ [! ^ {Á}æh&: &â^b^ , ^•c]~b &^&@Á :æ*æâ}â^ Á^* :æ { â}æ&^b} ^&@ÉÁ Ú {æ*æh Á [] ^Á
, Á]! :^* [c [, æ}â^Áâ [Á {æc`! ^Á :âb : ^\æhÁ}â^ {â^&\â^* [ÉÁ bæ\âhÁâ [Áâ]}^* [Ác^] ^Á^* :æ { â}5, É

FYU_hjcbYb

Ü^æ\&b^Á b : ^ \ [, ^Á • Á [âÁ , â\| ^Á |æc^ b^â} Á :Á , æ }â^b• : ^&@Á &: &âÁ ^* :æ { â}^Á :Á b : ^\æh [â^* [ÉÁ
Z^â!æ} ^Á c^ ^Á | ^æ\&b^Á • Á | ^! : ^}cæc^ , } ^Á â|æhÁ :æ { â^• :& : [] ^&@Á , Á \•â &^h^ | \ 5 , Á c^ {æc`&:} ^&@ÉÁ
W& : ^ Á { [^Á c, [! :^ Á] [â {à} ^ÉÁ , ^ |! : ^•c^ b &Á, Á }â&@Á]! : ^] [{ }ææ}^ |` àÁ] [:]æ}^Á, Ác|æ\&â^Á |æ&^Á
:Ác^ \•c^ {Á•y [, }â&c, [ÉÁ

V^ {æc`Á :^â!æ}^Á Á | ^ | ^c^ c [!â~ {Á • Á }æh&: &â^b^ •] [c^ \æ} ^ {âÁ c^ {æcæ {âÁ {æc`!æ} } ^ {âÁ
âÁ ^* :æ { â}æ&^b} ^ {ÉÁ Ú y [, }â&c, [ÉÁ \c5!^Á :æ, â^!æh ÉÁ] [: , [!âÁ ^- \c^ , }â^Á]! : ^* [c [, æ Á •â Á â [Á
^* :æ { â}5, ÉÁæhÁ•] [•5âÁ] [âæ}ææc^* [Á•y [, }â&c, æhÁ [• :&: â :æhÁ Yæ• :Á&:æ•ÉÁ \c5!^Á]! : ^âh^* :æ { â}^ {Á
b^•c^ :& : ^*5] }â^Á&^} } ^ÉÁ

^&: ^ { ^Á , â\| ^Á• \&^•5, Á, Á]!æ&^Á :ÁsÖ^~c•&@ÁHÉÁÚ^ ^c^ c [!â~ {Ác^ {æc`&:} [É\• \æ} } ^ {+É

Y ^âæ , }â&c, [Á YcÉÖÜUÚÁ

Á

Á



Für Europa ist die Kaufsucht ein neues Phänomen. Die Studien in Deutschland belegen, dass rund vier Millionen Deutsche stark anfällig für Kaufsucht sind. Fast 800 000 Erwachsene und Jugendliche können als süchtig bezeichnet werden.

Von dieser Sucht sind alle Altersgruppen und alle Einkommens- und Bildungsschichten betroffen. Es ist eine Krankheit wie jede andere Sucht. Der Übergang vom normalen Verhalten zur Sucht geschieht hier unmerklich.

Bei den Kaufsüchtigen löst das Kaufen euphorische Glücksgefühle aus. Der Drang, einzukaufen ist unwiderstehlich. Es wird immer öfter, immer mehr und immer teurer gekauft. Es bildet sich eine sehr starke Abhängigkeit vom Kaufen aus und steigert sich zum Verlust der Selbstkontrolle. Kaufsüchtige kaufen ohne Rücksicht auf ihre finanziellen Verhältnisse. Die Folge ist eine immer höhere Verschuldung, die für sie existenzbedrohend ist.

Die Ursachen sind nicht ganz geklärt, aber immer mehr Menschen leiden unter Kaufzwang. Voller Freude fahren sie gleich nach der Arbeit in ihre Lieblingsläden. Sie sehen alles sehr einfach: „Es ist stärker als ich“ oder „An Sonderangeboten kann ich einfach nicht vorbeikommen“.

Fast alle Kaufsüchtigen spezialisieren sich auf bestimmte Produkte und Läden (z.B. Billigeinkauf im Supermarkt, Einkauf von Kleidung in teuren Boutiquen, Bestellung von Haushaltswaren in Katalogen). Frauen kaufen Kleidung, Schuhe, Schmuck, Lebensmittel und Bücher; Männer – modische Accessoires, technische Geräte und Sportgeräte – insgesamt eher „Prestige-Objekte“. Manche Kaufsüchtige kaufen nur heruntergesetzte Waren.

Das Kaufen selbst verschafft Befriedigung. Der Besitz oder das Konsumieren der Güter sind hier unwichtig. Die Menschen kaufen verschiedene Dinge, nur um den deprimierenden Alltag zu vergessen, um aus der Realität zu fliehen oder Problemen auszuweichen. Die gekauften Sachen werden gar nicht oder nur einmal benutzt. Sie werden achtlos weggeräumt oder verschenkt. Aus Angst vor Vorwürfen der Familie versteckt man sie oder wirft sie weg. Aus dem Katalog bestellte Waren bleiben oft ungeöffnet in den Paketen.

Kaufsucht ist immer mit einem schlechten Gewissen und Schamgefühl verbunden. Der Kauf der Sachen macht den Menschen glücklich, doch der Besitz erzeugt bei ihm Schuldgefühle. Partnerprobleme, die sehr oft auch Auslöser für die Sucht sind, verschlimmern sich noch, führen zur Scheidung. Aus Verzweiflung verstärkt sich die Flucht in den Kaufrausch oder es herrscht die innere Unruhe beim Kaufverzicht. Es ist ein ewiger Teufelskreis.

Der erste Schritt zur Selbsthilfe ist, dass man sein Verhalten als Sucht erkennt und entsprechend damit umgeht. Man muss erkennen, wo die Ursachen dafür liegen. Man muss alle Kreditkarten zurückgeben und auf Ratenkäufe verzichten. Der letzte Schritt aus der Sucht ist Schuldenbekämpfung und vernünftige Finanzplanung.

BUW`XYa`@YgYb

1. Was ist Kaufsucht? Woran kann man sie erkennen?
2. Ist Kaufsucht eine Krankheit wie Alkohol- oder Esssucht?
3. Was kann man gegen Kaufsucht tun?
4. Wie sehen die Konsequenzen der Kaufsucht aus?



K cfhgW Um`5

die Droge, -en – narkotyk
 die Kaufsucht – zakupoholizm
 das Phänomen, -e – fenomen, zjawisko
 belegen – udowodnić, wykazać
 anfällig für Kaufsucht sein
 – być podatnym na zakupoholizm
 süchtig – *tu*: uzależniony od nałogu
 bezeichnen – określić
 die Sucht – *tu*: nałóg, uzależnienie
 von dieser Sucht sind ... betroffen
 – tym nałogiem są dotknięci ...
 alle Einkommens- und Bildungsschichten
 – wszystkie warstwy społeczne niezależnie
 od poziomu dochodów i wykształcenia
 der Übergang – przejście
 das Verhalten – zachowanie
 geschehen – dziać się
 unmerklich – niepostrzeżenie, niezauważalnie
 der Kaufsüchtige, -en
 – osoba cierpiąca na zakupoholizm
 euphorische Glücksgefühle auslösen
 – wyzwać euforyczne uczucie szczęścia
 der Drang – *tu*: wewnętrzny przymus
 unwiderstehlich – nieodparty
 sich ausbilden – wykształcać się
 die Abhängigkeit vom Kaufen
 – uzależnienie od kupowania
 sich steigern – wzmacniać się, wzrastać
 der Verlust, -e – *tu*: utrata
 die Selbstkontrolle – samokontrola
 ohne Rücksicht auf finanzielle Verhältnisse
 – bez względu na warunki finansowe
 die Folge, -en – następstwo, skutek
 eine immer höhere Verschuldung
 – coraz większe zadłużenie
 existenzbedrohend – zagrażające egzystencji
 die Ursache, -en – przyczyna
 unter Kaufzwang leiden
 – cierpieć na przymus kupowania
 der Lieblingsladen – ulubiony sklep
 vorbeikommen – przejść obok, minąć

der Billigeinkauf – tanie zakupy
 insgesamt – *tu*: w sumie
 eher – *tu*: raczej
 die Prestige-Objekte – przedmioty
 o charakterze prestiżowym
 heruntergesetzte Waren – towary przecenione
 Befriedigung verschaffen – przynosić zadowolenie
 der Besitz – posiadanie
 das Konsumieren der Güter – konsumowanie dóbr
 den deprimierenden Alltag vergessen
 – zapomnieć o deprymującym dniu powszednim
 aus der Realität fliehen – uciec od rzeczywistości
 den Problemen ausweichen – uciec od problemów
 achtlos – niedbale
 wegräumen – usunąć, sprzątnąć
 Angst vor Vorwürfen – strach przed wyrzutami
 verstecken – schować, ukryć
 wegwerfen – wyrzucić
 ein schlechtes Gewissen – nieczyste sumienie
 das Schamgefühl – uczucie wstydu
 das Schuldgefühl erzeugen – wywoływać
 (wzbudzać) poczucie winy
 Auslöser für die Sucht
 – czynniki wyzwalające nałóg
 sich verschlimmern – pogarszać się
 zur Scheidung führen – prowadzić do rozwodu
 die Verzweiflung – rozpacz
 die Flucht in den Kaufrausch – ucieczka
 w odurzenie zakupami
 die innere Unruhe – wewnętrzny niepokój
 der Kaufverzicht – rezygnacja z kupowania
 ein Teufelskreis – diabelski krąg
 die Selbsthilfe – samopomoc
 erkennen – rozpoznać
 entsprechend umgehen
 – odpowiednio postępować
 auf Ratenkäufe verzichten
 – zrezygnować z ratalnych zakupów
 die Schuldenbekämpfung – wyjście z długów
 vernünftige Finanzplanung
 – rozsądne planowanie finansów

K cfhgW Um`6

ein unwiderstehlicher Drang
 – nieodparty przymus
 Geldprobleme haben
 – mieć problemy finansowe
 das Konto überziehen – przekroczyć konto
 Kredit aufnehmen – zaciągnąć kredyt
 Sparbücher auflösen
 – zlikwidować książeczki oszczędnościowe
 die Ängste unterdrücken – tłumić lęki

sich ein Glücksgefühl verschaffen
 – zafundować sobie uczucie szczęścia
 sich selbst beschenken
 – obdarować samego siebie
 unter der Kaufsucht leiden
 – cierpieć na zakupoholizm
 das niedrige Selbstwertgefühl
 – niskie poczucie wartości