

Infoblatt

JAGD NACH DEM SCHNELLEN ERLEBNIS

Kaufsucht: ein wachsendes Problem?

Die Leute haben mehr Geld zur Verfügung und das Konsumgeschäft floriert. Doch immer mehr Menschen fehlt die Kompetenz im Umgang mit Geld.

Neuere Produkte, Rabatte oder Lockgeschenke: Potentielle Käuferinnen und Käufer sind heiss umkämpft. Die Konsumgüterindustrie lässt sich ständig neue Kniffe einfallen, um ihren Umsatz zu steigern. Längst richtet sie sich auch direkt an Kinder und Jugendliche. Diese verfügen über immer mehr Geld und rücken deshalb als wichtige Zielgruppe in den Fokus, denn wer einmal Kunde ist, wechselt nicht so schnell zur Konkurrenz.

270'000 Betroffene in der Schweiz

Gemäss einer Studie der Hochschule für Sozialarbeit in Bern im Jahr 2003 haben rund 5% der Schweizerinnen und Schweizer im Alter zwischen 18 und 84 ein ernst zu nehmendes Problem im Umgang mit dem Kaufen. Aufgrund ihres unwiderstehlichen Zwangs, für sie nicht relevante Produkte, trotz negativer Konsequenzen zu kaufen, gelten sie als

Kaufen verschafft Befriedigung und löst euphorische Glücksgefühle aus.

kaufsüchtig. Weitere 33% der Befragten weisen eine Tendenz zu unkontrolliertem Kaufverhalten auf, d.h. sie kaufen, um dem unerfreulichen Alltag zu entkommen, sich zu entspannen oder aufgrund billiger Angebote. Hochgerechnet auf die Schweizer Bevölkerung gibt es rund 270'000 Kaufsüchtige und 1,9 Millionen



Tägliche neue Topangebote: Der Kaufversuchung nachzugeben ist nicht schwer.

Kaufsucht-Gefährdete. Grenzt man das Alter auf die jungen Erwachsenen von 18 bis 24 Jahren ein, so zeigen in der Berner Studie gar 17% süchtiges und weitere 47% problematisches Kaufverhalten.

Konsum ist gesellschaftlich akzeptiert

Im Vergleich zu anderen Süchten ist die Kaufsucht unauffällig. Konsum ist gesellschaftlich akzeptiert und erwünscht. Gerne lassen wir uns von den tollen Angeboten verführen, um dem gestressten Alltag zu entfliehen. Dies ist eine brauchbare Strategie, um kurzfristig Problemen auszuweichen. Gefährlich wird es, wenn der Frustkauf zur Gewohnheit wird. Betroffene mit süchtigem Kaufverhalten verspüren einen ständigen Drang, Dinge zu kaufen, die sie nicht wirklich benötigen. Der eigentliche Akt des Kaufens verschafft ihnen Befriedigung und löst euphorische Glücksgefühle aus. Die

Güter selbst werden oft nicht benützt, achtlos weggeräumt, verschenkt oder aus Angst vor Vorwürfen entsorgt.

Isolation und Schulden drohen

Können Betroffene ihrem Verlangen nicht nachgehen, so sind Entzugerscheinungen wie Aggressivität, Depressionen oder innere Unruhe zu beobachten. Die Fixierung auf das Einkaufen führt zur Vernachlässigung von Beziehungen und zu Existenz bedrohender Verschuldung. Die Versuchung liegt nahe, Kredite einzuholen. Gemäss Angaben des Vereins zur Führung einer Zentralstelle für Kreditinformation gab es Ende 2005 rund 900'000 Konsumkredite und Leasingverträge mit einem Gesamtvolumen von über 14 Milliarden Franken. In dieser Zusammenstellung fehlen Konto- und Kreditkartenüberzüge sowie all die Schulden, die durch das Anpumpen von

Interessante Links zum Thema

- Kaufsucht-Test: www.palverlag.de/psychotest-kaufsucht.html
- Deutsche Arbeitsgemeinschaft Kaufsucht: www.kaufsucht.org
- Präventionskampagne für Jugendliche zu Geld: www.maxmoney.ch
- Sackgeldplaner des Schweizerischen Beobachters: www.sackgeldplaner.ch
- Schuldenberatung: www.schulden-zh.ch
- Budgetberatung: www.budgetberatung.ch
- Therapiegruppe für Kaufsüchtige: 044 202 30 00 oder www.offenetuer-zh.ch

Verwandten und Bekannten zusammenkommen. Diese haben v.a. auch bei Jugendlichen einen grossen Stellenwert.

Hintergründe der Kaufsucht

Übermässiges Kaufen übernimmt bei Betroffenen häufig die Funktion einer emotionalen Unterstützung oder den Ersatz für Anerkennung. Neben individuellen Ursachen sind gesellschaftliche nicht ausser Acht zu lassen. Unsere Konsumgesellschaft will Bedürfnisse so rasch als möglich befriedigen und befindet sich auf einer ständigen Jagd nach dem schnellen Erlebnis. Jugendlichen hilft Geld zudem, sich aus Abhängigkeiten zu lösen und sich Anerkennung in der Peer Group zu ergattern. Kein Geld zu haben, gilt als persönliches Versagen. Verschiedene Untersuchungen zeigen, dass bereits ein Fünftel bis ein Drittel der Jugendlichen Schulden macht.

Als wichtiger erster Schritt sollte für Betroffene die Hürde beim Einkaufen vergrössert werden. Das kann mit der Rückgabe von Kreditkarten, der Beschränkung auf Barzahlung, dem Meiden von Ausverkäufen oder dem Hinaus-

Geld hilft Jugendlichen, sich Anerkennung zu verschaffen.

schieben eines Kaufentscheides erreicht werden. Einkaufen fällt schwerer, wenn sich Betroffene zu Hause eine Liste aller Besitzgegenstände machen und diese immer auf sich tragen. Auch die Unterstützung durch eine Vertrauensperson oder eine therapeutische Behandlung sind zu empfehlen. Budget- und Schuldenberatungsstellen können mithelfen, die finanzielle Seite des Problems in den Griff zu kriegen.



Roger Zahner ist bei der Suchtpräventionsstelle verantwortlich für die Öffentlichkeitsarbeit und hat den zweiten Schwerpunkt im Bereich Volksschule.

INTERVIEW MIT EINER BETROFFENEN

«Ich komme schnell in einen Kaufrausch»

Kaufsuchtgefährdung ist ein Tabuthema: Das Infoblatt hatte die Gelegenheit sich dazu mit Jasmin Meier* zu unterhalten.

Infoblatt: Sie haben ein problematisches Kaufverhalten. Worin zeigt sich dieses?

Jasmin Meier* (21): Ich kaufe viel zu viel ein: Schuhe, Kleider, Accessoires. Ich merke es, wenn ich in den Kasten schaue. Ich habe bereits eine Unmenge Kleider und Schmuck. Oder wenn ich feststelle, dass was ich gekauft habe, mir gar nicht gefällt. Wenn ich einkaufe, verliere ich die Kontrolle; ich möchte alles haben, alles ist schön. Dann habe ich plötzlich kein Geld mehr auf dem Konto.

Wofür geben Sie unnötig Geld aus?

Es sind eigentlich immer die gleichen Sachen: Kleider, Schmuck, Taschen und Accessoires. Extrem viel Schmuck. Manchmal kaufe ich ähnliche Sachen, wie ich sie schon habe, z.B. Ketten und Ohringe, manchmal kaufe ich gleich mehrere Stücke.

In welchen Momenten ist die Versuchung des Shoppens für Sie am grössten?

Das ist ziemlich schlimm, meistens wenn ich frustriert bin. Dann denke ich, jetzt kaufe ich mir etwas Schönes, damit es mir wieder besser geht. Ich möchte dann einfach schöne Sachen haben, um mich gut zu fühlen. Oder wenn ich bei anderen etwas Schönes sehe, denke ich, das will ich unbedingt auch haben, obwohl es gar nicht zu mir passt. Es ist besonders schlimm, wenn etwas billig ist.

Wie fühlen Sie sich in der Situation des Kaufens? Wie danach?

Wenn ich frustriert bin und einkaufe, denke ich schon manchmal, muss ich das kaufen, nur damit ich glücklich bin? Aber ich komme doch schnell in einen Kaufrausch. Dann bin ich so gierig. Einmal war Ausverkauf bei «Chicorée». Alles kostete nur 15 Franken. Und ich ging da zweimal hintereinander hin und kaufte zwei Riesensäcke voll Kleider für mehr als zweihundert Franken. Als

Nach dem befriedigenden Käuferlebnis kommt das schlechte Gewissen.

ich dann damit auf dem Heimweg war, habe ich gedacht, ich sei wohl nicht ganz normal. Das meiste von den Sachen habe ich dann auch weggegeben. Wenn ich dann so viel Geld ausbebe, fühle ich mich schon recht mies.

Welche Empfehlung würden Sie jemandem geben, der glaubt ein problematisches Kaufverhalten zu haben?

Das ist eine schwierige Frage. Ich würde ihr empfehlen, erst mal mit jemandem darüber zu sprechen und zu versuchen, den Überblick über die Ausgaben zu behalten sowie gar nicht erst in den Laden rein, sondern daran vorbei zu gehen.

Gibt es für Sie beim Kaufen ein ganz spezielles Erlebnis?

Sehr schlimm war für mich, als ich einmal für zweihundert Franken Accessoires gekauft habe. Da hatte ich dann nachher ein sehr schlechtes Gewissen. Speziell schön ist es, wenn ich eigenes Geld verdient habe und ich mir nach einer längeren Pause wieder etwas Schönes kaufe. Das freut mich dann sehr.

Das Interview mit Jasmin Meier führte Magie Scheuble.

* Der Name wurde von der Redaktion geändert.



Nochmals zwei Taschen: Die Reflektion erfolgt oft erst nach dem Kauf.

LERNFELDER IN ELTERNHAUS UND SCHULE

Den Umgang mit Geld thematisieren

Prävention im Bereich Kaufen ist eine Aufgabe für Schule und Elternhaus. Eltern sind im Umgang mit Geld und Konsumgütern ein wichtiges Vorbild für ihre Kinder. Taschengeld und Jugendlohn sind Instrumente mit denen Kinder und Jugendliche einen verantwortungsvollen Umgang mit Geld lernen können.

Untersuchungen der Schuldenberatungsstellen zeigen, dass 80 Prozent der verschuldeten Personen ihre ersten Schulden vor ihrem 25. Altersjahr gemacht haben. Kinder und Jugendliche sind heute einem starken Werbedruck ausgesetzt. Um den vielfältigen Verlockungen der goldenen Konsumtempel zu widerstehen, braucht es eine rechte Portion Selbstwertgefühl. Deshalb ist es wichtig, präventiv bei Kindern und Jugendlichen anzusetzen. Die Förderung von individuellen Schutzfaktoren hat einen grossen Effekt. Bei Kindern müssen Selbstwirksamkeit, Selbstwertgefühl, Konflikt- und Problemlösefähigkeit gestärkt werden. Sie sollen sich in Familie und schulischem Umfeld wohl und aufgehoben fühlen.

Über Geld spricht man nicht

Die Kinder wissen meist nicht, was Haushalt und Alltag tatsächlich kosten. Dabei ist es gerade wichtig, dass der Umgang mit Geld in der Familie geübt werden kann. Kinder können in die Diskussion mit einbezogen werden, z.B. bei der Anschaffung eines Fernsehers, eines Autos oder bei der Festlegung des Ferienbudgets. Bei diesen Gesprächen geht es um Wertentscheidungen und Eigenverantwortung: Was ist mir wie viel wert? Die Kinder lernen, dass auch Erwachsene ihre Konsumentscheidungen sorgfältig abwägen.

Taschengeld und dessen selbständige Verwaltung ist für Kinder und Jugendliche

eine gute Chance, eigene Erfahrungen mit Geld zu machen und Verantwortung im Umgang damit zu entwickeln. Eltern sollten Geld nicht als Druckmittel einsetzen, keine Kredite gewähren und keine Finanzlöcher stopfen helfen. Wenn nötig (z.B. zu hohe Handyrechnung), müssen klare Regeln im Umgang mit Geld ausgehandelt und durchgesetzt werden. Die Höhe des Taschengeldes richtet sich nach den finanziellen Möglichkeiten der Familie. Eltern und Kinder besprechen miteinander, wofür das Taschengeld eingesetzt wird. Im vereinbarten Rahmen darf das Kind frei darüber verfügen.

Jugendlohn als Lernfeld

Urs Abt, Präsident des Schweizerischen Bundes für Elternbildung, gilt als «Vater» des Jugendlohns. Er vertritt die Ansicht, dass Kinder schon früh die volle Verantwortung für existentiell wichtige Anschaffungen, sowie die dafür notwendigen Finanzen, erhalten sollen. Ideal ist ein Start mit 12 Jahren. Jugendliche in diesem Alter sind stolz, eigenes Geld zu haben. Gemeinsam mit dem Jugendlichen wird ein Budget aufgestellt und festgelegt, für welche Auslagen das Geld bestimmt ist. Dazu gehört auch das Aushandeln von Kompetenzen und Handlungsspielräumen (z.B. bezüglich Schule/Ausbildung, Pflichten im Haushalt). Das heisst die Eltern bezahlen ihrem Kind für seine Arbeit in der Schule und zu Hause einen Lohn. Dieser Jugendlohn wird per Dauerauftrag auf ein Jugend-

konto überwiesen, solange die ausgehandelten Bedingungen erfüllt werden.

Seit die 16-jährige Sandra Jugendlohn erhält, hat sie einen Blick für Sonderangebote entwickelt. Sie tauscht mit ihren Freundinnen Spartipps und Adressen günstiger Läden aus. Auch ihr Bruder braucht sein Handy nur noch für SMS, seitdem er die Telefonrechnung selber bezahlt. «Die Verantwortung hat die Kinder preisbewusst gemacht», sagt deren Mutter.

Ziel: Kompetenter Umgang mit Geld

In der obligatorischen Schulzeit lernen die Jugendlichen wenig über finanzielle und rechtliche Themen wie Verträge, Budget, Kredite, Betreibungsrecht und Werbung, obwohl diese Fragen im heutigen Alltag zentral sind. Ein Angebot der Zürcher Betreibungsämter setzt hier an. Im Rahmen eines Präventionsprojek-

Kinder sollten früh Verantwortung für wichtige Anschaffungen übernehmen.

tes bieten sie 3. Oberstufenklassen, einen Informations-Halbtage zum Thema Schulden an. Wichtig ist, dass die Lehrkräfte das Thema nachbereiten, etwa mit der Klasse ein Budget erstellen. Jährlich nutzen etwa 50 Schulklassen dieses Angebot. Zuständig ist der Stadtammann des entsprechenden Stadtkreises. Unterstützend ist, wenn die Themen Taschengeld und Markenartikel auch an Elternabenden besprochen werden.



Magie Scheuble ist bei der Suchtpräventionsstelle verantwortlich für den Bereich Eltern und engagiert sich auch in der Grundlagenarbeit.



Ferien in Disentis

Man kann davon ausgehen, dass jedes sechste Kind in einer Familie lebt, in der ein Alkoholproblem vorhanden ist. Überraschenderweise ist es aber nicht das Alkoholproblem selber, das schädliche Auswirkungen auf die Kinder



hat. Vielmehr wirkt sich ein hohes Ausmass an Stress und schlechter Atmosphäre in solchen Familien negativ aus. Ganz wichtig ist, dass gesunde Lebensbereiche innerhalb und ausserhalb der Familie zur Verfügung stehen. Deshalb führt die Suchtpräventionsstelle vom 13.–17. August 2007 eine Ferienwoche mit dem nicht Alkohol abhängigen Elternteil und den Kindern durch. Diese Auszeit soll Spiel, Spass und Austausch mit andern Familien in der gleichen Situation ermöglichen.

Auskunft und weitere Informationen:
Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich,
Röntgenstr. 44, 8005 Zürich, Tel. 044 444 50 44
Magie Scheuble oder Eva Imhoof

Der zweite Blick

Die neuste Nummer 9 der Reihe «Stichwort Kinderpolitik» der Kinderlobby Schweiz befasst sich mit verschiedenen Aspekten der Integration von Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund. Die Broschüre ist einerseits eine Anregung, über eigene Vorurteile und Feindbilder nachzudenken. Andererseits werden verschiedene Projekte, Bücher und Filme zum Thema kurz zusammengefasst.

Es lohnt sich via diese Lektüre einen zweiten Blick auf Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund zu «werfen», unabhängig davon, ob der Kontakt mit ihnen im Setting Schule, Freizeit oder am Arbeitsplatz erfolgt.

Redaktion: Blanca Steinmann, kinag pressebüro

Bestellung: www.kinderlobby.ch

Risikotest

Seit Anfang Jahr stellt die Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich online einen Test zur Verfügung, dank dem das tägliche Verhalten in Risikosituationen bewusst hinterfragt werden kann. Der Risikotest soll den Nutzerinnen und Nutzern aufzeigen, welche Strategien im Umgang mit Risiken für sie am wichtigsten sind. Die Fragen greifen die unterschiedlichsten Alltagssituationen auf wie «Bei einem gesellschaftlichen Anlass würde ich eine(n) Unbekannte(n) niemals zum Tanzen auffordern, auch wenn ich



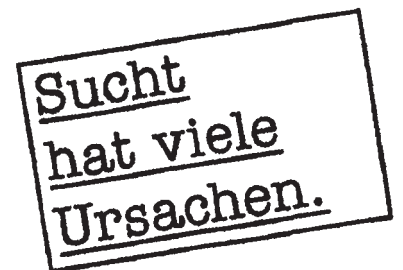
sie/ihn attraktiv finde.» oder «Ein Gläschen ab und zu bei Gesellschäften oder zum Essen gehört einfach dazu.» Die Auswertung zeigt die persönlichen Hauptstrategien im Umgang mit Risikosituationen auf. Risikokompetenz zählt nicht zum angeborenen Verhalten von uns Menschen. Sie muss deshalb erlernt werden, was durch unterschiedlichste Erfahrungen mit Erfolg und Misserfolg möglich wird. Mit dazu beitragen soll auch der Online-Risikotest.

www.stadt-zuerich.ch/risikotest

FrauenAlltag

Mehr als die Hälfte der Mütter kleiner Kinder in der Schweiz ist berufstätig. Neben Kindererziehung und Erwerbstätigkeit erledigen viele von ihnen die ganze Hausarbeit. All die unterschiedlichen Aufgaben gilt es unter einen Hut zu bringen. Berufstätigkeit bedeutet für Mütter Belastung und Gewinn zugleich. Die Erwerbsarbeit vermittelt ihnen Erfolgsgefühle, Kraft und Sicherheit. Probleme sind der dauernde Zeitdruck, die mangelnde Unterstützung des Partners, unflexible Arbeitsbedingungen und das fehlende Verständnis des Arbeitgebers. Zu kurz kommt auch die freie Zeit für sich selbst. Diesem Thema widmet sich der Bericht «FrauenAlltag» der Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich, der AVS – Suchtprävention Aargau und der Gesundheitsförderung und Prävention des Gesundheitsamtes des Kantons Zug. Er basiert auf Gruppeninterviews mit berufstätigen Müttern und Vätern und Interviews mit Fachleuten verschiedenster Institutionen im Themenbereich Familie.

Der Bericht ist kostenlos bei der Suchtpräventionsstelle zu beziehen.



IMPRESSUM

Infoblatt, 19. Jahrgang, Nr. 16, 2007, erscheint dreimal jährlich | **Verantwortliche Redaktion:** Roger Zahner | **Herausgeberin:** Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich, Röntgenstr. 44, 8005 Zürich. Eine Fachstelle im Schul- und Sportdepartment | **Tel.:** 044 444 50 44 | **Fax:** 044 444 50 33 | **E-Mail:** suchtpraevention@zuerich.ch | **Layout:** Fabian Brunner (fabian.brunner@bluewin.ch) | **Druck:** Zürichsee Druckerei AG, Stäfa | **Auflage:** 2000 Exemplare | **Nachdruck:** mit Quellenangabe und Zusendung eines Belegexemplars erwünscht. | www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevention