Hilfe für Menschen mit Kaufdruck

Von D.Staudt

23. November 2026, 10:00



Schnäppchen oder Falle – wenn das Shoppen zur Sucht wird

Unzählige Werbehinweise locken in diesen Tagen mit der „Black Week“ oder dem „Black Friday“. Und für diejenigen, die schon lange nach einem bestimmten Artikel suchen, mögen sie gute Gelegenheiten bieten.

Doch diese massive Einladung zum Kauf erhöht erheblich den Druck auf Menschen, die ohnehin einen starken inneren Drang verspüren, Dinge zu erstehen. Auch wenn sie diese gar nicht brauchen, auch wenn das dreißigste Paar Turnschuhe bereits im Regal verstaubt, die Vorratskammer überfüllt ist – und das Konto immer leerer wird. Aus dem fröhlichen Einkaufserlebnis wird eine zwanghafte Tat. Und auf die kurze Ablenkung von Stress oder von Einsamkeit folgen Scham, Reue und Schuldgefühle. Finanzielle Schwierigkeiten, Probleme in der Beziehung oder zunehmender psychischer Druck schließen sich an.

Ein Thema, das unsere Suchtberaterinnen und -berater in den Beratungsstellen in Siegburg, Bornheim und Rheinbach gut kennen. Sie wissen, welche Fragen sich viele Konsumenten und Konsumentinnen immer wieder stellen: Ab wann wird Shoppen problematisch?

Aber sie wissen auch, dass es gut erprobte Methoden gibt, die aus dem Kaufzwang wieder herausführen können. Die Caritas-Suchtberatungsstellen sind unter folgenden Rufnummern erreichbar: in Siegburg unter 02241/ 1209-302, in Bornheim unter 02222/ 60265 sowie in Rheinbach unter 02226/ 8943030.