



ADHS und Kaufsucht

Kaufsucht gehört zu den Störungen der Impulskontrolle. Sie kann auch im Rahmen anderer Erkrankungen auftreten. Bei ADHS zeigen sich häufiger Störungen der Impulskontrolle und Kaufsucht ist für viele ADHS-ler ein Thema, das sie immer wieder beschäftigt.

Nicht wenige ADHS-ler haben immer wieder das Bedürfnis sich Dinge spontan und sofort kaufen zu müssen. Oft beschreiben sie dies wie eine innere Getriebenheit und eine Art Sucht sich immer wieder neue Konsumartikel aneignen zu müssen, ohne dass sie diese wirklich benötigen. In unserer Praxis fragen wir im Rahmen der von uns durchgeführten ADHS-Trainingskurse immer wieder auch nach Kaufzwängen und Verschuldung. Es ist oft unglaublich, was eine Gruppe von ADHS-lern an Erkenntnissen über Kaufsucht zusammentragen kann. So berichtete eine Patientin darüber, 63 Paar Turnschuhe zu besitzen, ein weiterer Patient erzählte, dass er immer wieder in teuren Geschäften nach den neusten und ausgefallensten Hemden suchen müsse und er dafür sehr viel Geld ausbebe. Er könne dann diese Hemden höchstens dreimal tragen, weil er dann etwas Unperfektes an diesem Hemd fände und jeder kleinste Makel an seiner Bekleidung für ihn einfach so unerträglich sei, dass er sie nicht noch einmal anziehen könne. Dieser Patient brachte es auf 103 Hemden, die er aktuell in seinem Kleiderschrank gezählt hatte. Häufig berichten die Patienten auch, dass sie dann einkaufen gehen, wenn sie sich frustriert, leer oder unzufrieden fühlen. Wenn sie kaufen, haben sie ein kurzfristiges Gefühl der Befriedigung, das aber nicht lange anhält und schon wieder müssen sie dann, wie süchtig Getriebene, Jagd auf ein neues Objekt ihrer Begierde machen. ADHS-ler haben dabei auch immer wieder etwas Unersättliches. Es ist nie genug und ihre Bedürfnisbefriedigung reicht oft nur für einen kurzen Zeitraum und schon entsteht in ihnen ein neues Bedürfnis, das sie sofort befriedigen möchten. Es ist häufig auch wie ein unstillbarer Hunger nach Abwechslung, nach Spannung und dem Kick. Wir nennen das „Sensation seeking“, die Suche und die Sucht nach Sensation und Ereignissen, die über Monotonie und Langeweile hinwegtäuschen soll, weil gerade diese Situationen oft für ADHS-ler so unerträglich sind. Es ist die ständige Gier nach mehr und es zeigt sich wohl nirgends deutlicher

als in den ADHS-Liedern von Mick Jagger: „I can't get no satisfaction“, von Queen: „I want it all“ oder aber von Konstantin Wecker: „Genug ist nicht genug“.

ADHS ist häufig auch eine Erkrankung der Exzesse, der Extreme und der Maßlosigkeit. ADHS-ler können Langweile und Ereignislosigkeit sehr bedrohlich erleben, nämlich als bleierne Schwere, als Vakuum, mit dem sie nichts anzufangen wissen. Diesen Gefühlen versuchen sie durch eine Art Ersatzbefriedigung zu entgehen. Das Leben wird wieder spannend, wenn ADHS-ler sich auf die Jagd nach Schnäppchen oder dem „megageilen“ T-Shirt machen oder in eBay sich die ausgefallensten Sachen ersteigern. Und es ist ein wenig wie bei der Jagd: Sobald die Beute ihnen gehört, wird schon wieder nach der nächsten Ausschau gehalten, statt das gejagte oder erworben Beutestück genießen zu können.

Und so entsteht immer wieder ein Gefühl von Getriebenheit, Gereiztheit und Unzufriedenheit. ADHS-ler vergessen auch immer wieder sehr schnell, was sie alles haben und sie neigen dazu den Focus auf das zu richten, was sie ersehnen und erträumen, oder was für sie unerreichbar ist. Ihre Mitmenschen haben häufig große Schwierigkeiten mit dieser Maßlosigkeit umzugehen und sie können nicht verstehen, warum sich ADHS-ler so schnell übervorteilt und zu kurz gekommen wähnen. Häufig reklamiert der ADHS-ler eine vermeintliche Ungerechtigkeit oder Benachteiligung auch in materiellen Dingen, die objektiv so für andere nicht feststellbar ist.

Nicht wenige ADHS-ler sind auch auf Grund ihres Kaufzwanges überschuldet. Sie kaufen spontan, ohne die Konsequenzen ihrer Einkäufe zu überdenken, ohne auf ihr Konto zu schauen und ohne den Überblick zu haben, ob sie sich ihre Einkäufe überhaupt leisten konnten. Sie kaufen erst und merken oft zu spät, dass sie das alles auch bezahlen müssen. So neigen sie dazu auf Raten zu kaufen und häufig ist das gekaufte Objekt schon vergessen, wenn die Rechnung auftaucht und die Bezahlung angemahnt wird. Von dieser Mentalität leben Versandhäuser mit Kleinkrediten und natürlich auch die Inkassobüros, die vergessene Zahlungen eintreiben bzw. immer wieder Zah-