

Selbsthilfocgruppe Kaufsucht



Kennst du diesen Moment:

Du hast wieder einmal zu viel eingekauft, obwohl dein Kleiderschrank schon voll und dein Konto bereits im Minus ist?

Und kommen dir auch diese Gefühle und Gedanken bekannt vor:

- Du hast schon wieder **unkontrolliert eingekauft** und schämst dich dafür?
- Nachdem du den Laden verlässt, ist die Freude an den neuen Sachen bereits Vergangenheit und dich plagt nur noch das **schlechte Gewissen**?
- **Du versteckst die eingekauften Sachen** vor Familie oder Freund/-in damit sie nichts mitkriegen?
- Du hast die Kreditkarte überzogen und hast **Angst vor finanziellen Konsequenzen**?
- **Du fühlst dich alleine** mit all diesen belastenden Gedanken?

Dann solltest du bei uns vorbeischauchen!

Wir sind eine Gruppe von Kaufsucht betroffener Menschen, welche in einem vertraulichen Rahmen zusammenkommen und offen über unsere Erfahrungen sprechen. Gemeinsam suchen wir nach möglichen Ursachen und bieten einander Hilfestellung im Umgang mit der Sucht. Wir diskutieren Wege um Muster zu durchbrechen und finden Lösungen, um die Sucht in den Griff zu bekommen.

Informiere dich jetzt beim Selbsthilfocenter: