

Panorama



Kaufen, kaufen, kaufen: Die nächsten Tage stehen im Zeichen des Konsums.

Tipps vom Konsumforscher Am Black Friday wirklich sparen

Von Ralf Schönball

Erinnern Sie sich noch, als dieser Trend aus den USA mit dem Siegeszug von Amazon im Jahr 2013 zu uns herüberschwappte? Die meisten von uns waren erstmal erschlagen. Heute ist der Kaufrausch an Black Friday und Cyber Monday längst auch bei uns zum routinierten Ritual in der zweiten Hälfte des Novembers geworden.

Aber obwohl viele inzwischen gut vorbereitet sind auf das Shoppen zu Dumpingpreisen, landet dennoch jedes Jahr wieder neues unnützes Zeug im Warenkorb. Das muss nicht sein. Denn: „Man kann der Versuchung emotionaler Impulskaufe widerstehen, obwohl diese Aktionstage an unsere Urinstinkte appellieren“, sagt Konsumforscher Josef Sawetz.

Leicht ist es nicht. Denn Menschen werden von Emotionen gesteuert. Hinzu kommt, dass viele Studien zeigen: Rund 80 Prozent der Kaufentscheidungen erfolgen nicht nur auf Basis von Gefühlen, sondern auch noch unbewusst. Zumal Einkaufen positive Empfindungen in uns auslöst. Erst recht, wenn wir vermeintlich Wertvolles zu günstigen Konditionen bekommen können. „Die damit verbundene Dopamin-Ausschüttung macht glücklich, sie stärkt unser Selbstbewusstsein und das Ego wächst“, sagt Sawetz.

Und noch eine Wirkung löst das Schnäppchen in uns aus: Meine Besitztümer wachsen. Und je mehr ich besitze, desto sicherer

Checkliste für Schnäppchenjäger

- Machen Sie sich eine Liste der Produkte, **die Sie wirklich brauchen**
- Beobachten Sie die **Preisentwicklung** dieser Produkte
- Beachten Sie, dass einige Produkte vor den Aktionstagen **im Preis angehoben** werden, um als „Schnäppchen“ zu erscheinen
- Nutzen Sie **Vergleichsportale** wie „Idealo“ oder „Billiger.de“, um die langfristige Preisentwicklung zu beobachten
- Legen Sie **den Preis fest**, zu dem Sie kaufen wollen
- Nutzen Sie den **Black Friday**, um ausschließlich zum festgelegten Preis zu kaufen

fühle ich mich. Denn Eigentum, erst recht wenn es einen gehobenen Status widerspiegelt, ist Ausdruck meiner Macht über die Welt.

Die Flucht in den Kaufrausch

Die Flucht in den Kaufrausch ist außerdem eine Flucht vor den eigenen negativen Emotionen. Denn wer zu spät kommt, den bestraft der Handel: mit unerreichbar hohen, ganz gewöhnlichen Preisen. „Die Angst, dass uns diese gute Gelegenheit entgehen könnte, erzeugt derart starke Unlust-Gefühle, dass ich lieber irgendetwas auf Verdacht kaufe“, sagt Sawetz.

Auch hierfür hat der Psychologe eine Erklärung, die wiederum in der Entwicklungsgeschichte des Menschen wurzelt. Neue Orte, neue Dinge und neue Menschen bewerten wir instinktiv unter zwei Aspekten: nach den möglichen Chancen und Risiken. Das Risiko, am Black Friday etwas zu versäumen, ist viel zu groß, wir müssen mitmachen. Und die Chance: Wir könnten ja den Deal unseres Lebens machen.

Brauchen wir etwa eine Therapie, um endlich vernünftig zu konsumieren? „Nein, aber vielleicht sollte man vorher in die Selbstreflexion gehen“, sagt der Psychologe. Eventuell lässt sich die Befriedigung, die eine erfolgreiche Schnäppchenjagd bereitet, ja auch auf anderem Wege erlangen. Und wozu brauche ich eigentlich das gesellschaftliche Ansehen, dass mir ein zur Schau gestelltes Pro-

dukt oder Label zu verleihen scheint?

Leicht ist es nicht, sich von der Wirkung der Werbung und der Statussymbole zu lösen. Wie stark sich die „politische Ökonomie der Zeichen“ auswirkt, hat der Soziologe Jean Baudrillard gezeigt: Nicht ihr Nutzen ist die entscheidende Bedeutung vieler Waren, sondern deren Funktion als Zeichen für gesellschaftliche Teilhabe und Wohlstand.

Ausgeliefert ist man dieser Ikonografie nicht. Wir können Zuflucht nehmen zur „gegenteiligen Lebenseinstellung, vom Konsumismus über den Minimalismus zum Essentialismus“ wechseln, sagt Sawetz. Indem wir uns von Besitz und materiellen Dingen unabhängig machen, entkommen wir der Logik und der Wirkung von Waren auf unser Wohlbefinden und unseren Selbstwert.

Wem das gelingt, der braucht keine Produkte, um sich sicher und stark zu fühlen. Für ihn haben Objekte wieder deren ursprüngliche Bedeutung, abgeleitet aus deren Nutzen. Der Gebrauchswert zählt, und der Tauschwert rückt wieder in den Hintergrund. „Wem das gelingt, der erfährt eine wohlthuende Befreiung“, sagt der Konsumforscher. Im besten Fall bringe es sogar ein größeres Lebensglück mit sich. Ganz sicher aber bewahre es uns davor, in die Falle zu tappen, die Black Friday und Cyber Monday uns mit ihren zahllosen Angeboten stellt, und die uns „sehr teuer zu stehen kommt“.

In Kürze

AVIGNON-PROZESS

Anklage fordert Höchststrafe für Ex-Mann

Weil er seine Frau jahrelang betäubt, missbraucht und von Fremden hat vergewaltigen lassen, hat die Staatsanwaltschaft die Höchststrafe von 20 Jahren Haft für den Hauptangeklagten im Missbrauchsprozess von Avignon gefordert. „Das ist gleichzeitig viel und angesichts der Schwere der Taten zu wenig“, sagte Staatsanwältin Laure Chaubaud. Dominique Pelicot hatte die Taten an seiner damaligen Frau Gisèle vor Gericht gestanden. Gisèle Pelicot geht davon aus, innerhalb von fast zehn Jahren etwa 200 Mal vergewaltigt worden zu sein. Neben ihrem Ex-Mann stehen 50 Männer vor Gericht. (dpa)

WEIHNACHTSFANS

Ehepaar will mit 600 Bäumen eigenen Weltrekord übertreffen

Mit 600 geschmückten Weihnachtsbäumen in einem einzigen Haus will ein Ehepaar aus Rinteln in Niedersachsen seinen eigenen Weltrekord übertreffen. Susanne und Thomas Jeromin wollen die Bäume auf verwinkelten 180 Quadratmetern unterbringen, wie das Rekord-Institut für Deutschland am Montag in Hamburg mitteilte. Auch das Bad und das Schlafzimmer dienen dabei als Stellfläche. Am 3. Dezember will ein Prüfer feststellen, ob sie ihr Ziel tatsächlich erreicht haben. (epd)



Die Jeromins im Jahr 2019, als sie 350 Weihnachtsbäume hatten.

17 MENSCHEN VERMISST

Touristen-Boot im Roten Meer gesunken

Vor der ägyptischen Küste im Roten Meer ist ein Boot mit 45 Menschen an Bord, darunter etwa 30 Touristen aus verschiedenen Ländern, gesunken. Nach einer ersten Suche würden noch 17 Menschen vermisst, erklärte der Gouverneur der Region, Generalmajor Amr Hanafi. 28 Überlebende seien nahe der Küstenstadt Marsa Alam, die bei Tauchern beliebt ist, gefunden worden. Sie sollten per Flugzeug und mit einer Fregatte in Sicherheit gebracht werden. Unter den Vermissten sind nach Angaben des Auswärtigen Amtes auch Deutsche. Zudem sollen etwa zwei Dutzend weitere Europäer an Bord gewesen sein, darunter der Zeitung „Al-Masri al-Jum“ zufolge zwei Schweizer. (dpa)