



Šoppingholizam (eng. *shopaholism*) je opsesivno kupovanje stručnog naziva oniomania (grč. *oni os*

– kupovati +
mania

– opsesija). Psihijatri svrstavaju pretjerano kupovanje u opsesivno-komplusivni poremećaj koji može poprimiti karakteristike ovisnosti poput alkoholizma, prejedanja ili kockanje. Vjeruje se da 8-10% američke populacije pati od nekog oblika šoppingholizma. Pojam je postao poznat po ekraniziranoj noveli Sophie Kinsella.

Smatra se da uobičajeno, svakodnevno kupovanje prelazi u bolest kada se pretvori u stalnu psihičku potrebu i pritisak, te preraste financijske mogućnosti. Osobe koje pate od tog poremećaja prelaze kreditni limit, zadužuju se, a nerijetko i krađu. Sociolozi tvrde da današnja društvena sredina putem medija potiče konzumerističko ponašanje. Ljudska vrijednost u sve većoj mjeri procjenjuje se materijalnim dobrima kao što su stan, kuća, auto, a status postiže kupovinom luksuzne robe, brandova, nakita i sl.

Uzroci poremećaja

Proučavanja pokazuju da uzrok ovog psihičkog poremećaja često leži u ranom djetinjstvu. Manjak samopouzdanja u tom dobu može dovesti do osjećaja usamljenosti koji se uklanja kupovinom. Šoppingholičari su nerijetko osobe čiji roditelji su bili prvenstveno usmjerni na materijalna dobra, te svoju ljubav dokazivali kupovinom. U zreloj dobi takve osobe ne znaju prevladati stres, ljutnju, depresiju i druge negativne osjećaje nego ih kompenziraju kupovinom.

Često se dešava da šoppingholičar/ka kupi proizvod koji joj ne treba, ali je na "akciji", a nakon kupovine osjeća ispraznost ili očaj zbog potrošenog novca, te nerijetko i sakrije kupljenu robu, ili laže o pravoj cijeni. Upravo financijske posljedice, dugovi na karticama i minus na računu navedu osobu da potraži stručnu pomoć, a često je porodica potakne na liječenje. Liječenje se provodi kao i kod drugih vrsta ovisnosti psihoterapijom, rjeđe medikamentima, a postoji i sve više grupa za samopomoć (ShopaholicAnonymous.org).

Jeste li šoppingholičar/ka? – Test

1. Često kupim nešto što mi ne treba.
2. Ne mogu napustiti trgovinu, a da ništa ne kupim.
3. Neka kupljena odjeća i obuća još imaju cijenu.
4. Ulazim u minus na kartici zbog nepotrebne kupovine.
5. Više trošim na odjeću i obuću nego na nužnu kupovinu.
6. Lažem o cijeni kupljenih proizvoda.
7. Sakrивam kupljene proizvode.
8. Porodica i prijatelji me upozoravaju da previše trošim.

Savjeti za šoppingholičar/ke

1. Nosite popis za kupovinu kad idete u shopping
2. Kupujte za gotovinu, a kartice ostavite kod kuće
3. Dogovorite u banci limit na kreditnim karticama
4. Izbjegavajte otvaranja shopping centara i rasprodaje
5. Zatražite stručnu pomoć

Poznate osobe šoppingholičari:

Marija Antoaneta

William Randolph Hearst

Jacqueline Kennedy Onassis

Imelda Marcos

Michael Jackson

Victoria Beckham

Elton John





[Wikipedia](#)