

GGZ Noord- en Midden-Limburg gestart met polikliniek

Koopverslaving: shoppen voor de kick

- _ Naar schatting lijdt twee procent van de Nederlandse bevolking aan een vorm van koopverslaving. Het overgrote deel van hen is vrouw.
- _ Exacte cijfers zijn nog niet bekend. Het onderzoek staat nog in de kinderschoenen.
- _ In Roermond is eind vorig jaar de eerste Nederlandse polikliniek voor koopverslaafden geopend.

'Als ik door de stad loop en ik zie een leuke jas, dan koop ik er meteen vier. Ongeacht of ik op dat moment een jas nodig heb. Ze verdwijnen ongebruikt in de kast, vaak met het prijskaartje er nog aan of ik geef ze weg. Als ik ze koop, geeft me dat een goed gevoel. Maar zodra ik thuis ben, voel ik me weer schuldig. Ten opzichte van mezelf en ten opzichte van mijn partner. Daarom verberg ik de gekochte artikelen voor hem.'

Roos (40) heeft een koopverslaving. Ze is de enige niet. Naar schatting lijdt twee procent van de Nederlandse bevolking eraan. Dat lijkt misschien weinig, maar het gaat om meer dan driehonderdduizend mensen. Onderzoek toont aan dat negen van de tien koopverslaafden vrouw is en veelal van middelbare leeftijd. Maar ook mannen

'Ik verberg de gekochte artikelen voor mijn partner'

kunnen koopverslaafd zijn. Er zit echter een duidelijk verschil tussen wat vrouwen en mannen kopen. De aandacht van vrouwen gaat vooral uit naar kleding en cosmetica, terwijl mannen elektronische apparaten als computers, telefoons en gereedschap kopen.

Ongecontroleerd

Volgens psychiater Jacques Boermans, werkzaam bij de GGZ Noord- en Midden-Limburg, geeft het voorbeeld van Roos aan waar het om draait: de drang iets te moeten kopen om je beter te voelen. Dat typeert de koopverslaving, of het ongecontroleerd kopen, zoals Boermans het liever noemt. 'Ik vind koopverslaving geen gelukkige term. Je spreekt van een verslaving wanneer iemand meer en meer behoefte heeft aan een middel zoals alcohol of drugs, en ontwenningssverschijnselen krijgt als het middel niet meer wordt gebruikt. Mensen die ongecontroleerd kopen zijn in hun gedachten altijd bezig met kopen. Ze zijn er door geobsedeerd. Maar er is geen lichamelijke afhankelijkheid.'

Verslaving of niet, feit is dat ongecontroleerd kopen nogal wat ellende veroorzaakt. Problemen doen zich vooral voor op het financiële en relationele vlak. Winkelen kost geld en de eerste scheurtjes in een relatie ontstaan als geld een schaars goed wordt of schulden oplopen.

Contact geld

Omdat het onderzoek naar koopverslaving nog in de kinderschoenen staat, zijn ook de cijfers voor de regio Noord- en Midden-Limburg gebaseerd op schattingen. Het

betreft ongeveer twee- tot drieduizend mensen. Voor psychiater Jacques Boermans reden om met een polikliniek voor deze vorm van verslaving te starten. Niet omdat de verlokking van het Designer Outlet Center in Roermond zoveel 'slachtoffers' maakt, maar om mensen te helpen en er verder onderzoek naar te doen.

De behandeling richt zich op het beheersbaar maken van de koopdrang. Eind 2006 is de eerste groep van zes personen – afkomstig uit Limburg en aangrenzende regio's – met de behandeling begonnen. De groepssessies geven inzicht in het probleem en er wordt gezocht naar manieren om de aandacht van het kopen af te leiden. Ook omgaan met geld komt aan bod. Boermans: 'We gaan mensen niet verbieden te kopen, maar geven hen handreikingen. Een belangrijke tip is om een bepaald bedrag aan contant geld mee te nemen. Is dat op, dan moet je ophouden met winkelen en naar huis.'

Welvaartsziekte

Is koopverslaving een welvaartsziekte die past in deze tijd? Volgens Boermans niet. Rond 1910 wordt er al melding van gemaakt. Wel heeft het sinds de jaren tachtig en negentig een vlucht genomen door de consumptiemaatschappij waarin we leven. 'Ook is het eenvoudiger geworden om geld te lenen of op krediet te kopen', weet Boermans. 'Op televisie zie je dagelijks reclames die goedkope leningen aanbieden. Ook credit cards, postorderbedrijven en online winkelen stimuleren koopzucht.'

Tekst Joukje Sanders | Illustratie Josje van Koppen





Het is nog moeilijk aan te geven wat de beste oplossing voor de koopdrang is. Zo is bijvoorbeeld nog niet bekend waarom sommige mensen er gevoelig voor zijn en anderen niet. ‘Deze vorm van verslaving heeft veelal te maken met gevoelens van minderwaardigheid of een negatief zelfbeeld, vooral bij vrouwen. Ze kopen spullen zodat ze zich beter voelen, maar de kick is van korte duur. Wat volgt zijn schuldgevoelens. Een beter zelfbeeld, daar draait het om. En laat dat nou in geen winkel te koop zijn...’

Meer informatie

www.carienkarsten.nl. Psychologe Carien Karsten heeft in Nederland als eerste onderzoek gedaan naar koopverslaving.

Herken een koopverslaving

Gebruikt u het winkelen om uzelf beter te voelen? Moet u voortdurend aan winkelen denken? Geeft u meer geld uit dan u zich kunt permitteren? Gebruikt u sommige aankopen niet of verbergt u deze? Heeft u last van schuldgevoelens over uw koopgedrag? Als u één of meerdere vragen met ja heeft beantwoord, heeft u mogelijk te maken met een koopverslaving. Bij de GGZ Noord- en Midden-Limburg is een poliklinisch behandeling door psychiater Jacques Boermans en psycholoog Froukje Wouts mogelijk. Neem voor meer informatie contact op met de GGZ Noord- en Midden-Limburg, T 0475 - 38 79 00 of kijk op www.ggztml.nl