

Univerzita Karlova v Praze

Evangelická teologická fakulta



Oniománie – závislost na nakupování

Seminární práce.

Předmět:	Rizikové skupiny
Vyučující:	PhDr. Hana Pazlarová, PhD.
Zpracovala:	Ing. Nina Kubištová, DiS.
Obor:	ETF – Pastorační a sociální práce (kombinované studium)
Datum:	14. prosince 2015

Kromě závislosti na návykových látkách se v populaci stále častěji vyskytují nové typy závislostního chování, které souvisí především se změnou životního stylu a využíváním nových technologií.

S pojmem oniomanie se můžeme setkat nejen v oblasti ekonomie, obchodu, ale také v oblasti psychosociální. Závislost na nakupování se stále častěji stává fenoménem dnešní doby.

Podle Pokorného a kol. (2002) *„pojem závislost používáme pro popis vztahu mezi organismem a jevem, objektem. Vztah vzniká opakovaným kontaktem s předmětem závislosti, přičemž tento kontakt se stává postupně častějším, intenzivnějším a komplexnějším. To znamená, že závislost je komplexní povahy, neboť postihuje jak jedince, tak okolí“*.

Závislosti lze obecně rozdělit na fyzické (závislost na nějaké látce) a psychické (nelátkové). Jak upozorňuje Presl (1995) fyzická závislost obvykle vzniká dlouhodobým užíváním drogy a její stav organismu lze nazvat drogovou závislostí. Tento druh závislosti lze odstranit za poměrně krátkou dobu, např. pobytem na detoxikačním oddělení. Ovšem psychická závislost, která je obecně založena na psychické rovině závislosti, se vyznačuje dlouhodobou léčbou. Tyto nelátkové či behaviorální závislosti se vztahují na určité impulzivní chování, které v centrální nervové soustavě vyvolává velmi podobné reakce, jako je tomu u látkových závislostí. Psychická závislost se vyznačuje především „cravingem“ neboli „blažením“. K těmto psychickým závislostem lze přiřadit nejen oniománii (či shopping addiction), tj. závislost na nakupování, ale také patologické hráčství („gambling“), závislost na sociálních sítích, internetu, sexu, pornografii, závislost na práci atd.

Podle Pokorného a kol. (2003) se o psychickou závislost jedná v okamžiku, kdy se chování jedince mění na základě příjemného prožitku nebo více příjemných prožitků z něčeho tak, že se tento jedinec přestane ovládat a kontrolovat své chování, narůstá u něj touha, která ho nutí k chování, které směřuje k opětovnému prožívání daného prožitku. Podobně jako je tomu u drogové závislosti, i ony mění jeho chování, prožívání a silně zasahují do jeho osobnosti. Jedinec se tohoto typu závislosti zbavuje velmi obtížně.

Nakupování je pro mnohé z nás každodenní rutinou. Mnozí lidé nepovažují nakupování za nijak obzvlášť nebezpečnou obsesi, přesto však existují lidé, pro které nákup představuje nezvladatelnou závislost, která má velký dopad na jejich život. Skutečnost, že jsme obklopeny nákupními centry, která nabízí nepřehledné množství zboží, slev, s 24hodinovou otevírací dobou, téměř 365 dní v roce a která lákají řadou dalších služeb, jako jsou restaurace, kina,

fitness centra atd., spolu s marketingovou strategií obchodních center, pro mnohé představují imaginární past, bludiště, ze kterého ně každý umí nalézt správný východ.

Závislost na nakupování, tzv. „oniománii“ poprvé popsal Emil Kreapelin v roce 1915 ve své publikaci s názvem „Psychiatrie“. Mezi významné pokračovatele, kteří se danou problematikou rovněž zabývali, patří např. švýcarský psychiatr Eugen Bleuler, který o oniománii píše ve své „Učebnici psychiatrie“ z roku 1924. Ovšem teprve rok 1988 znamenal průlom, neboť v tomto roce vyšel poprvé článek (publikován Beklem), který se pokusil zodpovědět na otázku, proč lidé kompulzivně nakupují, na rozdíl od předchozích popisů zaměřených na pouhé projevy chování. (Kearney a Stevens, 2012)

Závislost na nakupování je v odborné literatuře definovaná různě. Například podle Benkoviče je „shopaholismus“ typická neovladatelná touha nakupovat, v důsledku které jedinec kupuje víc, než si může dovolit nebo než potřebuje. Nakupované věci doma následně skladuje, převážně jako nepotřebné a překážející, nebo tyto věci používá jen velmi zřídka. (Benkovič, 2011)

V České republice je oniománie, podle 10. Revize Mezinárodní klasifikace MKN – 10 (WHO, 1993) platné od 1. 1. 1994, zařazená do kategorie F63.8 jako „jiné návykové a impulzivní poruchy“. Společným znakem těchto poruch je neschopnost jednotlivce odolávat podnětům, lákadlům, pokušením a chování, které ubližuje jemu nebo jiným osobám.

Jak upozorňuje Nešpor a Scheansová (2010) přesto, že patologické či nezdrženlivé nakupování není výslovně zahrnuto jako samostatná diagnostická jednotka v MKN – 10, tj. nejedná se tedy o závislost v pravém slova smyslu, představuje velmi vážný problém jak pro samotného postiženého, tak také pro jeho okolí.

Nezdrženlivé nakupování nemá pouze jednu příčinu, ale vzniká v důsledku vzájemného působení několika příčin, a to ve více rovinách. Nešpor a Scheansová (2010) tyto příčiny rozdělili do tří samostatných kategorií.

Příčiny týkající se jedince, kdy hmotné předměty slouží často k posílení nízkého sebevědomí. Nešpor (2011) upozorňuje na velký rozpor mezi tím, jak člověk vnímá sám sebe a jak by se chtěl vnímat. Do této skupiny příčin lze řadit psychickou deprivaci, subdeprivaci v dětství, sexuální zneužívání u dětí, poruchy v sebehodnocení atd.

Dále se jedná o **příčiny týkající se rodiny**, tzv. „rodinná tradice“, kdy je v rodinách kladen důraz na hmotné věci na úkor lidských vztahů a dalších hodnot nemateriální hodnoty.

V neposlední řadě jde o **příčiny týkající se širší společnosti**, kde spouštěčem se nejčastěji stávají agresivní reklamy, slevy, akce, informace na obalech, včetně barev atd. Ty mohou podněcovat k pocitu, že vlastnit určitou věc je nutné, nebo dokonce mohou navodit pocity štěstí, úspěchu či získání si respektu ze strany druhých. Výsledkem je frustrace, která nutí jedince znovu hledat a nakupovat to „pravé zboží“, které mu přinesou pocit štěstí. (Nešpor a Scheansová, 2010)

Nešpor a Scheansová (2010) rozdělily příznaky nutkavého nakupování do dvou skupin, na tzv. „relativní objektivní příznaky“ a tzv. „subjektivní příznaky“.

Mezi „*relativně objektivní příznaky*“ lze řadit nakupování nepotřebných věcí, u žen jde především o kosmetiku, obuv, oblečení, bižuterii, domácího vybavení atd., u mužů jde především o nepotřebnou elektroniku, hardware, auta atd., to vše spojené s finančními či jinými problémy, nepřiměřeným časem věnovaným nakupování, ať již stráveného v obchodech či přes internet.

Mezi „*subjektivní příznaky*“ lze řadit nutkavý pocit při nákupu, že člověk to či ono musí mít za každou cenu. Dále pocit rozechvění až vzrušení (obdobné sexuálnímu), pocit euforie doprovázející samotné nakupování. Bezprostředně po nákupu se však často dostavuje pocit úzkosti, depresivní nálada, pocity viny pro nadměrné utrácení peněz atd.

Dlouhodobé patologické nakupování má velký vliv na život závislého, a to jak v rovině psychologické, sociální, finanční, někdy i právní. Může mít pro jedince až destruktivní následky. Často vede k rozpadu manželství či partnerství, rodinných vztahů či vztahů na pracovištích. Závislí postupem času mění své chování. Lže, je podrážděný, má tajnosti. Postupně se prohlubují jeho finanční problémy spojené s nadměrným utrácením (bere si půjčky, které není později schopen splácet, stále více se zadlužuje atd.). Mnohdy závislí propadají pocitům beznaděje, které mohou skončit i sebevraždou.

Stav zoufalství a beznaděje mohou přimět závislého k činnostem, které jsou protiprávní, jako jsou např. krádeže, kleptomanie, zpronevěra peněz atd.

K léčbě oniomanie se v současné době užívá nejčastěji kombinace farmakoterapeutického a psychoterapeutického přístupu. Jak upozorňuje Nešpor a Scheansová (2010) léčba oniomanie se do jisté míry překrývá s léčbou patologického hráčství. Základem léčby je na prvním místě **poskytnutí relevantních informací** (např. v podobě poradenství), dále se léčba zaměřuje na **zvládání rizikových duševních stavů** (např. přiznání si problému,

rozpoznání bažení, práce s motivací, změna žebříčku hodnot atd.), dále na **zvládání rizikových zevních podnětů** (vyvarování se rizikovým podnětům jako např. akční letáky, tvorba opatření před nákupem – seznam, nízký finanční limit výběru z karty či nízká hotovost; velký úklid domácnosti – nepotřebné věci prodat, rozdat...; osobní účetnictví, „time-management“ atd.), a na **schopnost využívat pomoci druhých lidí** (začlenění a spolupráce s rodinnými příslušníky, v zahraničí tzv. svépomocné organizace atd.).

Je nutné také připomenout, že nezdrženlivé nakupování může být také projevem jiných psychiatrických onemocnění, jako je například bipolární afektivní porucha (dříve maniodepresivní porucha).

Jak upozorňuje Nešpor (2011) vývoj a životní styl s sebou přináší a stále bude přinášet nové a nové formy návykového chování. O čem jsme se již mohli přesvědčit, kdy vývoj nových technologií přinesl postupně závislost na televizi, internetu (sufrování, chatování ...), mobilním telefonu, počítačových hrách atd.

Je zcela na místě, aby budoucí sociální pracovník se v dané problematice orientoval, aby byl schopen rozpoznat příznaky, byl schopen závislému poskytnout informace o možnostech, kam se obrátit o pomoc. Svými znalostmi, všímavostí, ohleduplností, pochopením a nabídnutou pomocí, tak předejít možnému sociálnímu vyloučení, popřípadě jedinci napomoci k opětovnému začlenění do společnosti.

LITERATURA:

- KEARNEY, Matthew. STEVENS, Lorna. Compulsing buying: Literature review and suggestions for future research in THE MARKETING REVIEW Vol. 12, NO.3, University of Ulster. Westbury Publisher Ltd.UK. 2012. ISSN 1469-347X
- NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. Vyd. 4., aktualiz. Praha: Portál, 2011, 173 s. ISBN 978-80-7367-908-8.
- POKORNÝ, Vratislav, Jana TELCOVÁ a Anton TOMKO. *Patologické závislosti*. 2. vyd. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky, 2002, 194 s. ISBN 80-86568-02-4.
- POKORNÝ, Vratislav, Anton TOMKO a Jana TELCOVÁ. *Prevence sociálně patologických jevů: manuál praxe*. Vyd. 3., rozš. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky, 2003, 186 s. Prevence sociálně patologických jevů. ISBN 80-86568-04-0.
- PRESL, Jiří. *Drogová závislost: může být ohroženo i vaše dítě?*. 2. rozš. vyd. Praha: Maxdorf, 1995, 88 s., barev. fot. na příl. Medica. ISBN 80-85800-25-x.

INTERNETOVÉ ZDROJE:

- *Sociálna prevencia: ČO MAJÚ SPOLOČNÉ HAZARD A KLEPTOMÁNIA? NÁVYKOVÉ A IMPULZÍVNE PORUCHY*. Bratislava: Národné osvetové centrum, 2008, **2008**(1).
- NEŠPOR, Karel a SCHEANSOVÁ, Andrea. Nakupování jako problém: oniomanie (nezdrženlive nakupovani, shopping addiction). 2010. [online] (cit. 2014-05-17) Dostupné na: www.drnespor.eu/SoAdd9.doc
- *Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů - MKN-10* [online]. WHO, 2009 [cit. 2015-12-14]. Dostupné z: <http://www.uzis.cz/cz/mkn/index.html>