

# Training tegen koopverslaving

05-07-2007 00:00

Shopaholics kunnen van hun verslaving af. De Amsterdamse schrijfster en psychotherapeute Carien Karsten komt hiertoe met een afkicktraining.

“Een dag niet geshopt, is een dag wél geleefd”, stelt Karsten. Volgens de psychotherapeute kunnen mensen die stoppen met buitensporig kopen in een diep gat vallen en depressief worden. “Het is dan ook lastig om er zonder hulp van af te komen. Vaak krijg je afkickverschijnselen, zoals je enorm rot voelen.”

Shoppers met een gat in hun hand kunnen vanaf september de training volgen. Naast het delen van ervaringen, wordt de deelnemers inzicht geboden in het waarom van de koopverslaving en hoe die te bestrijden.