



Handlefrihet



Trina Lee kan se langt etter nytt julebordsantrekk. I ett år har hun gitt seg selv shoppingforbud. Les hvordan det har vært.



Irina Lee kan se langt etter nytt julebordsantrekk. I ett år har hun gitt seg selv shoppingforbud. Les hvordan det har vært.

Midt i nyttårs-shoppingen hadde jeg et møte med venninne mine Ida og Charlotte. Ida fortalte at hun hadde trukket i bremsene og gitt seg selv shopping-forbud året ut. Hun hadde bare holdt på i noen dager, men kjente allerede en stor tilfredsstillelse.

Det begynte med at Ida klaget over sine hemningsløse tilbudsraid til gode kolleger, og de hadde spurt om hun ville ha klart ett år uten shopping. Ida tok utfordringen.

Jo mer vi tre snakket om det, desto mer forlokkende var det å bli avholdende. Det var miljøvennlig: Mindre forbruk ville gi tilsvarende reduksjon i CO₂-utslipp fra produksjon og transport. Dessuten var det en mulighet til å kutte utgifter og spare penger. Siden det heller ikke var lov til å kjøpe noe til barna, ville kanskje de få oppleve gleden av virkelig å ønske seg noe. Slik vi gjorde da vi vokste opp.

Før kvelden var over, hadde Ida vervet oss. Vi hadde ulike motiver for å kutte ut shoppingen, men kjente en større forpliktelse ved å gjøre det sammen. Som tre velmøblerte Oslo-damer i slutten av 30-årene manglet vi ingenting. Tvert imot. Vi hadde allerede for mye. Det var på tide å gjøre ord om til handling og løse luksusproblemet. Løsningen var ikke å kjøpe et nytt skap på Ikea for å få mer oppbevaringsplass.

Den kvelden visste jeg egentlig ikke hva jeg takket ja til. Det var som å avlegge et nyttårsforsett i blinde. Ville jeg klare det? Ett helt år uten shopping?

FORPLIKTENDE. Førsteamanuensis Henrik Natvig ved Psykologisk institutt ved Universitetet i Oslo vet mye om avhengighet og gruppedynamikk. Selv om «shopaholisme» ikke er en of-

fisiell diagnose, utelukker ikke Natvig at enkelte kan bli avhengige av shopping.

- Når man omtaler shopping som underholdning fremfor noe man gjør for å kjøpe det man trenger, eller man later som om man trenger noe for å ha en unnskyldning for å shoppe, nærmer man seg avhengighet. Å være avhengig trenger ikke være negativt, men hvis det begynner å gå ut over økonomien, kan det være alvorlig, sier Natvig.

Han tror effekten av å gjøre ting i fellesskap er større enn å bestemme seg for en adferdsendring på egen hånd:

- Å gjøre noe sammen i en gruppe kan påvirke utfallet på flere måter. Å si til andre at man skal gjøre en endring, er mer forpliktende enn bare å tenke det selv. Medlemmene i en gruppe spiller også en viktig rolle for å motivere hverandre, sier Natvig.

At alle medlemmene i gruppen har satt seg ett felles mål, gjør gruppedynamikken enda sterkere.

- Da blir det et viktig moment ikke å svikte de andre. For hvis jeg ikke får det til, er det en fare for at også de andre kan falle fra. Da blir det min skyld at gruppen feiler, påpeker Natvig.

UNNTAKSTILSTAND. For å motivere hverandre opprettet Ida, Charlotte og jeg en lukket gruppe på Facebook for «Stop shop 2012». Først måtte vi bli enige om handlingsreglene. Første bud i manifestet vårt var null shopping før 13. januar 2013, hverken til oss selv eller til våre barn. Forbudet omfattet alt som kunne fylle skap, skuffer og kjellerboder. Glem nye Cherrox til yngstemann. Stryk ullsokker og truser fra handlelisten. Rattkjelke på salg, sier du? Ikke aktuelt. Heretter var det kun mat og opple-

SHOPPETID

Ekspertene regner med at vi vil bruke mer enn 50 milliarder på årets julehandel.



BYTTEKVELD: Stop shop-møte hos Irina Lee, mens Irina fikk en ny blazer. Smykker, bøker,

Det var so.

velser vi fremdeles kunne kjøpe. Alt annet måtte vi låne, bytte eller arve fra andre.

Det ble riktignok innført to unntak, som ga et visst handlingsrom: Shoppingforbudet ble midlertidig opphevet ved reiser til utlandet, og gaver til andre var fremdeles tillatt. Hvis man følte seg nødt til å kjøpe noe annet,

TEKST:
IRINA LEE
FOTO: **CARL
MARTIN
NORDBY**



Charlotte Heyerdahl sikret seg blant annet et par fotballsko til sønnen, Bodil Kjelstrup endte opp med en ny treningstrøye, filmer og vesker skiftet også eiere i løpet av kvelden.

om å avlegge et nyttårsforsett i blinde. Ville jeg klare det?

måtte man søke om dispensasjon. Regelverket var ferdigsnekret. Vi var klare for et handlefritt 2012.

Det tok omtrent en uke før vi hadde vår første debatt om dispensasjonsreglene. Ida ville vite om det var greit å fremkalle bilder på fotopapir. Det var det ikke. Det satte standarden for resten av året. Søknad om kjøp

av balkongflagg før 17. mai ble avvist. Det samme ble forespørsler om innkjøp av halloween-effekter og gummistøvler. Kun enkelte innkjøp fikk grønt lys, blant annet søknad om en sykkelhjelm. Ellers var vi overlatt til håndarbeid og reparasjoner. Charlotte lappet, Ida stoppet og skomakerne fikk plutselig mer å gjøre.

SHOPPINGSMELL. Selv om intensjonene er de beste, har vi gått på noen smeller i løpet av året. Først ut var Ida. På et Disney on Ice-arrangement i Oslo Spektrum sammen med barna og noen venner fra barnehagen, gikk det galt. I pausen kjøpte hun to tryllestaver! Ekte plast, «Made in China», som blinket og tutet.



VELKLEDD: - Markedet vil ha deg til å tro at du er umoderne hvis du ikke kjøper noe nytt hele tiden. Det er ikke sikkert det er sant, sier forskningsleder Ingun Grimstad Klepp ved SIFO.

«De andre mødrene kjøpte til sine barn, og da klarte jeg ikke engang å begynne å argumentere for at mine barn ikke skulle få. Det bare ble sånn. Sorry. Dyp skam», skrev hun på Facebook.

Det tok ikke så langt tid før vi andre måtte lufte samvittigheten. Charlotte sprakk på en bukse hun «bare måtte ha». Selv gikk jeg på en smell på den lokale Joker-butikken, som hadde vårsalg på ulltrøyer til barn. «Jeg kan bare late som om min eldste datter får den til jul neste år», tenkte jeg fornøyd. Senere måtte jeg bekjenne mine synder. Jeg hadde brutt reglementet. Shopping er shopping, selv om jeg forsøkte å kamuflere det som gavekjøp.

FRUSTRASJON. Like før sommeren rant det nesten over for Charlotte. Hun var drittlei hele prosjektet.

- Jeg savner å shoppe! Jeg vil ha noen nye sommerklær, jeg vil ha noen nye sommersko. Jeg vil ikke at dere skal få bestemme hva jeg kan og ikke kan kjøpe, utbrøt hun en kveld vi møttes.

Et øyeblikk fryktet jeg at hun kom til å bryte konsumfasten. Men Charlotte holdt ut. Fjorårets sommergarderobe viste seg å holde gjennom en sesong til. Innerst i skapet fant hun dessuten noen godbiter hun nesten hadde glemt.

Forskningsleder Ingun Grimstad Klepp ved Statens institutt for forbruksforskning (SIFO) har registrert at stadig flere velger å kutte ut shoppingen.

- Forbruket øker veldig raskt. Å ta



26
76

LYST PÅ NOE HER? Bøker, DVD-er, sko og klær ligger i haugen når stop-shopperne har byttekveld.



AVVIST: Birtes forsøk på å få kjøpe ny truse lyktes ikke. Hun måtte vaske og føne den gamle tørr.

Bli med videre! Stop shop-jentene har opprettet en åpen side på Facebook: «Stop shop 2013».

det fritt frem når forbudet opphører i 2013?

- Så lenge jeg har en åpning for å handle litt når jeg er utenlands, blir jeg gjerne med ett år til. Det er som å være festrøyker. Litt av og til er tross alt bedre enn å røyke fast, sier Ida.

Jeg er også fristet til å fortsette. Året som ikke-shopper har gitt meg mer tid, penger og bedre humør. Underveis har det oppstått hverdagsmagi, når ønsker er blitt oppfylt på de underligste vis. Seilstøvler, sminke, nylonstrømper og pulsvanter er blitt gitt til oss av mennesker som ikke har noe med prosjektet å gjøre, mammaen til Linda har strikket ulltrøyer og donert isbrodder, og jeg har lært meg å hekle.

Å ta en forbrukspause har vært overraskende enkelt. Når jeg titter igjennom reklameblader nå, er det

mest for å konstatere at jeg fortsatt ikke trenger noen ting. Barna må riktignok få påfyll av enkelte basisplagg ganske snart, men for min egen del avstår jeg gjerne fra shopping ett år til. Charlotte har derimot fått nok:

- Jeg blir ikke med ett minutt lenger enn nødvendig!

PS: Mennene er ikke blitt ilagt noen restriksjoner i forbindelse med Stop shop. De har vært positive til vårt prosjekt, og flere er blitt smittet av vår nøkternhet. Barna er i begrenset grad blitt involvert i prosjektet. Når de har spurt om å få ditt eller datt, har de fått beskjed om å skrive det opp på en ønskeliste. Nå gjenstår det å se hvilke ønsker som blir oppfylt til jul ...

a-magasinet@aftenposten.no