

“一烦就想买东西，不买东西就更烦” 全职妈妈每月开销10多万元

医生：购物成瘾障碍与“剁手不停”是两码事，前者是一种病

又是一年双11网购高峰，很多年轻人说再买就剁手，结果发现自己是“手观音”。点开直播前啥都不缺，进了直播间啥啥都缺，一通抢购猛如虎。很多年轻人自嘲“干啥啥不行，购物第一名”，怀疑自己是不是购物上瘾。

宁波市第一医院心身医学科副主任医师侯言彬说，相对而言，这些还算是比较正常的购物行为，心理学上的购物成瘾障碍远不止如此。

女儿寄宿后每月开销暴涨10多倍

41岁的孙女士是个全职妈妈，自从女儿出生后，就从职场回归家庭。这些年来，全职妈妈这份工作，孙女士做得游刃有余。

去年9月，女儿如愿进入一所优质初中，并选择了寄宿。女儿读初中后的第一个月，她的开销有点大，用了4万多元。第二个月，开销更大了。很快，每个月的开销稳定在15万-20万元。

而女儿读初中前，孙女士每月家庭开销在1万元左右。

孙女士自己也意识到不对劲。丈夫做小生意，家里条件还可以，可绝对支撑不起长期一个月十几万元的家庭开销。钱用在哪里了？答案只有一个——购物。今年6月，她在几天里，先后买了100多袋大米，每袋有20斤，远远超过了小家庭的需求。为了不让家人发现，她特地把米存放在名下的3处房子里。

“我也意识到自己状态不对，这样买下去不是办法。可是，我控制不住自己。”孙女士说，自己每天都很烦，很空虚，一

烦就想买东西，不买东西就更烦。买了当时会舒服一些，但过一会，又会后悔为什么又买东西，内心更烦躁。

孙女士的丈夫给她挂了侯言彬的号。经过诊断，孙女士被确定患了“购物成瘾障碍、焦虑症”。这是一种心理疾病。

针对孙女士的焦虑情绪，侯言彬开了药物，用以缓解焦虑情绪。针对购物行为，侯言彬也给出了逐步减少购物的预算，记录一下购物清单、花费，改变购物相关的想法和感受等建议。

孙女士的丈夫也领到了两项任务：一是多和妻子交流。女儿寄宿后，妻子少了个交流对象，夫妻间也应该多沟通；二是多肯定她作为全职太太的价值，哪怕女儿寄宿了，妻子在这个家还是创造了很多价值，作出了巨大贡献。

最近，孙女士来复诊，她说自己松了一口气——情绪平和了很多，买的少多了，现在每个月花销在两万元左右。她还学会了游泳，跟朋友开始学摄影。

过度购物不要光从购物本身找原因

侯言彬说，从业以来，像孙女士这样共病焦虑症和购物成瘾障碍的案例，他在门诊碰到的不太多。躁狂发作期间的过度挥霍较为常见，患者情绪高涨，从而出现挥霍行为。

他有个患者，没有遵医嘱服药，躁狂发作期一天内用了150多万元，疯狂购物，花光了家里所有的积蓄，透支了信用卡。当天，一口气买了套单身公寓，把家电全部换成新的，买了一辆车，又赶去买了首饰。

“购物会给人带来快感，能让人身心愉悦，能安抚一些不良情绪，但过分沉迷购

物，产生明显不符合财务状况的消费，那就要引起足够的重视了，需要心理干预。”宁波市康宁医院副院长禹海航介绍，在一些躁狂症患者身上常常会有过度购物的表现。

“出现过度购物问题，不要光从购物本身找原因。”禹海航说，像这样的情况，需要寻找患者生活中有没有过于压抑的现实问题。比如工作不愉快、家庭关系紧张、内心得不到满足，或人际关系不顺，所以采取购物的方式来纾解压力。如果是这样的话，通过寻找背后的原因，购物成瘾的问题就能迎刃而解。

网购“剁手不停”是不是购物成瘾障碍？

那普通人双11买买买“剁手不停”，直播间里抢着秒杀，是购物成瘾障碍吗？

侯言彬说，不是！只有在购物行为存在强烈渴望，购物后得到短暂的愉悦和兴奋，购买之后陷入自责，又难以控制，引起个人痛苦、负债或家庭问题时才被视为购物成瘾障碍。

大多数人双11疯狂购物，主要是出于对价格的认同，并认为自己确实需要这一物品才购买的。本质上，是为了使用购买的，而不是

通过购买来满足心理需求。

为了减少类似的“冲动消费”，可以在下单前，先冷静想想，家里是否还有足够的存货？是否确实很需要？是否确定下次不能按这个价格买到？究竟是为了缓解一时的压力购买，还是为了长久的愉悦而买？或者可以暂时放到购物车里不去付款，过几天后自然就会删除。因为，必需品并没有我们想象的那么多。

记者 王颖 孙美星
通讯员 陈静娜 李湘兰

拍卖公告栏

刊登热线：13884469746 姚

另外承接《宁波晚报》《东南商报》政府类、企业类、招聘等公告，欢迎垂询！

宁波市产权拍卖有限公司 拍卖公告

受委托，本公司将于2021年11月24日10时在中拍平台(https://paimai.caa123.org.cn)举行拍卖会，现将有关事项公告如下：

- 一、拍卖标的：** 罚没冰醋酸(乙酸)一批，重量约41.2吨，起拍价：103000元，保证金：5万元。
 - 二、竞买条件：** 竞买人须具有危险化学品生产(或经营)许可资质的企业法人及个体工商户，经营范围须包含冰醋酸(乙酸)项；若企业自身使用且不具有危险化学品生产(或经营)许可资质的，报名时需提供安全责任承诺书。
 - 三、标的咨询、看样：** 即日起到2021年11月19日止可自行看样或与拍卖公司联系看样。
 - 四、保证金缴纳及竞买登记：** 竞买人须于2021年11月22日16时前将拍卖保证金汇入拍卖人指定账户(户名：宁波市产权拍卖有限公司，账号：12010122000870493，开户行：宁波银行总行营业部)。并于2021年11月23日17时前企业持银行进账单、营业执照副本、法定代表人身份证、公章(有委托代理的还须提供授权委托书、代理人身份证)等原件至本公司办理网络竞买登记手续。
 - 五、拍卖方式：** 有保留价增价拍卖。
 - 六、咨询电话：** 0574-87319000 13906694448 俞经理
 - 七、公司地址：** 宁波市江北区钻石商业广场18号8-4室
- 网站公告：** 宁波市鄞州区公共资源交易网站 http://yinzhou.bidding.gov.cn
宁波市产权拍卖有限公司网站 www.nbeqpm.com
未尽事宜详见拍卖会专场资料。

浙江金诚拍卖有限公司 苗木拍卖公告

受委托，定于2021年12月10日上午9:00-11:00(延时除外)在诚拍网(网址：www.chengpai.com)举行网络在线拍卖会，现将有关事项公告如下：

- 一、拍卖标的：** 香樟、水杉、桂花、茶花等苗木一批，具体品种、规格、数量详见《苗木拍卖清单》，苗木的具体情况以实地现状为准，起拍价2260325元，拍卖保证金20万元。
 - 二、展示看样：** 即日起至2021年12月8日前，可与本公司预约看样事宜，电话：17706600776。
 - 三、拍卖方式：** 有保留价的网络增价拍卖方式，不到保留价不成交。
 - 四、报名办法：** 竞买人应于2021年12月9日16时前，在诚拍网提交有效身份证件完成注册、实名认证，提交《竞买承诺书》参加报名。并于拍卖会开始前按诚拍网系统提示交纳拍卖保证金(以到本公司账户为准)，注册人和交纳保证金的人名称必须一致。
 - 五、特别提示：** 竞买人应在拍卖会前认真阅读《诚拍网网络竞价规则》、《苗木竞买须知》、《苗木拍卖清单》、《苗木买卖合同》样本等拍卖专场资料，以上资料及《竞买承诺书》格式请在诚拍网自行下载。
 - 六、联系方式：** 87715615、87869880(网络技术服务)。
- 联系地址：** 宁波市百丈东路28弄2号嘉汇国贸B座907室。

<p>1818厂房网 厂房租售专家 估价、过户、房源登记 www.1818cf.cn 热线：15105741188席娟 客户众多，急求购求租厂房租售房源，可马上成交，一次性付款</p>		<p>镇海区 江北区(急征房源)</p> <p>201903023302030021 骆驼2/12亩5000平 3800万 202005153302110104 镇海20亩12000平 面议 201911283302120087 江北20亩15000平 面议 2019121111302120012 江北12亩6000平 3500万</p> <p>看房热线13306614561 戴 152 5828 0313胡</p>		<p>慈溪(急征房源)</p> <p>201810243302050014 慈东35亩3.5万平 8200万 201810043302120015 慈东20亩1万平 7200万 202005253302030039 慈东25亩15000平 5300万 201907163302120039 慈东25亩2万平 6300万 202009053302030048 慈东40/75亩2万平 面议 201907203301020041 范市9亩12000平 3150万 20200704330212006 附海25亩2万平 5900万</p> <p>看房热线151 0574 4669小涛133 8584 5376黄</p>			
<p>宁波范围大厂房及商用房</p> <p>201907102133022333 慈东75亩4万平 1.5亿 201911223302020021 庵东130/40亩10万平 面议 201907082133022111 北仑35亩3万平 1.1亿 202008082044022415 丈亭70亩5万平 价面议 201902163302120071 宁海130亩5万平 1.45亿 202105123302120041 杭州湾70亩4万平 1.3亿 201907243302050040 梁辉50亩5万平 1.2亿 201906203302122011 北仑55亩3.5万平 面议</p> <p>看房及咨询热线151 0574 1188席</p>		<p>鄞州区 奉化区(急征房源)</p> <p>201910043302120015 下应7/15亩1.8万平 价面议 201809283302030047 滨海8亩12000平 价面议 201802303302220106 姜山5/18亩1万平 面议 201810183302110033 东钱湖28/14亩2万平 面议 201907053302201012 咸祥3/15亩10000平 价面议 201905220330222121 西坞6亩5000平 2500万 201808253302220208 班溪边22亩1.5万平 4000万 201903253302220207 班溪边13亩 1000万 201912283302120030 莼湖9亩4000平 2700万 202008303302120052 三横9/20亩7000平 面议</p> <p>看房热线159 6894 6056汪152 5828 0313胡</p>		<p>象山(急征房源)</p> <p>202003283302120114 滨海2/4/9亩3300平 600万 201907133302050017 滨海30亩2万平 5200万 201908253302130117 爵溪5亩4000平 1100万 201911283302120087 城东25亩2万平 4800万 202004053302050021 丹城35亩20000平 3600万 202008303302120052 丹城5亩3000平 1000万 202009063302120049 茅洋10亩4000平 7500万 202009053302030040 泗洲头8亩5000平 面议 202003283302120110 贤庠30亩5000平 2250万</p> <p>看房热线135 6784 9539唐158 6787 6202杜</p>		<p>上虞 宁海</p> <p>202007183302030024 慈东5夫8亩3000平 1500万 201900133021201721 上虞丰惠17亩1.7万平 2900万 202005273302120002 上虞驿亭40亩1.5万平 4500万 202012283302050025 上虞牟山40亩15000平 5600万 202001102330203004 宁海西店10亩1万平 3900万 201909073302030022 宁海前章34亩11000平 5500万 202012283302050025 宁海城南20亩12000平 4500万 201909073302030022 宁海深圳12亩6000平 1700万</p> <p>看房热线135 6602 0399邵189 6624 4520周</p>	
<p>北仑区 海曙区(急征房源)</p> <p>202005033302041121 小港18亩10000平 面议 202008303302120052 大树5亩6000平 价面议 201907133302050017 白峰7亩3000平 价面议 202009053302030048 大碇3亩2000平 价面议 202003303302220726 集士港15亩15000平 5300万 202003303302220726 集士港15亩15000平 价面议 202008303302220212 高桥25亩20000平 价面议 202006080330221042 集士港10亩6700平 4500万 201905043302030052 集士港5亩5600平 2580万</p> <p>看房热线:151 0574 1188席</p>		<p>余姚(急征房源)</p> <p>201903233302020403 朗霞7亩4500平 1880万 201903203303122311 泗门20亩2万平 5200万 201907303302030014 泗门7/10/30亩7000平 面议 201904023302010033 阳明11亩8000平 价面议 201907303302030026 丈亭20亩5000平 5000万 201812033302120046 丈亭6/12亩5000平 价面议 202008303302120052 肖东30亩5000平 价面议 201810243302120059 临山17亩10000平 3600万 202005263302500038 小曹娥35亩15500平 6600万</p> <p>看房热线189 6624 4520周182 6858 4836杨</p>		<p>嵊州 新昌(急征房源)</p> <p>202005163302120114 三江10亩7000平 面议 202103103302110111 长乐18亩1.5万平 3000万 201907163302120039 忠盖10亩1.2万平 2900万 202005163302120114 城东12/23/35亩1.7万平 面议 202106013302031012 三界68亩2.7万平 面议 202105213302031011 甘霖70亩3万平 面议 202007183302030024 浦口30亩5000平 3000万 202005273302120002 梅渚30亩3万平 7500万 202103012330211003 塔山20亩1.2万平 3500万 202100212330212553 泉清13亩6000平 2100万 202103243300112453 后溪3亩1700平 860万</p> <p>看房热线13105749933俞13105742225宓</p>			