

# Psihologija dugovanja

Autor Administrator

U ovo predblagdansko vrijeme kada teško ostajemo imuni na potrošaèku groznicu, a i inaè, dobro je poslušati rijeè struènjaka. Prenosimo dio teksta Psihologija dugovanja patera, dr. Mije Nikièa, psihologa iz Glasa Koncila, od 16. prosinca 2007. Psihologija dugovanja

Emocije uzrokovane zaduèvanjem Emocije koje se naiè&scaron;àe javljaju kod osoba koje su u velikim dugovi-ma imaju visoki nivo tenzije i veo-ma su bolne jer izazivaju veliku tjeskobu i strepnju. Strah je primarna emocija koja nastaje percepcijom opasnosti koja prijete osobi. Kad je u pitanju zaduènje, opasnost je u tome da osoba ne moè vratiti dug na vrijeme i tako se izloèi novim stresovima, sramu i bolnoj neizvjesnosti s obzirom na konaèni ishod. Nadalje, zaduèna osoba >ivi u trajnom tjeskobnom \*stanju i neugodnoj strepnji pri pomisli &scaron;to bi se sve moglo dogoditi u stanju zaduènosti. Ako prijeteà si-tuacija potraje dulje vremena, dolazi do kroniène zabrinutosti i neuroze. Kad te emocije postanu dominantne u psihodinamici osobe, onda se or-ganizam psihofizièki toliko istroš i da vrlo lako doè do potološke regresije u kojoj se onda mogu aktivirati poti-snuti konflikti, razne psihotraume i ostale potisnute bolne emocije kao i latentna psihopatologija neurotiène, pa èak i psihotiène naravi. Depresija u blaèim, ili teèim oblicima skoro je redovita popratna pojava koja se javlja onda kad osoba ne moè vratiti zaduèeni novac ili- neku veèu nekretninu. Agresivnost se takoèer èsto javlja kod osoba koje ne znaju ili ne mogu adekvatno riješiti probleme svoje zaduènosti. >esto se ta agresivnost usmjerava prema osobama kojima dugujemo posuèeni novac, >eleèi ih tako prestrašiti i obeshrabriti da traèe svoj novac. Agresivnost izazvana prevelikim zaduèvanjem moè biti okrenuta protiv samoga sebe, a u svomr najteèem obliku moè dovesti do Samoubojstva kada se osoba naèe u bezizlaznoj situaciji.

Osoba koja je prezaduèna u velikoj je opasnosti da postane >rtvom raznih ovisnosti, kao &scaron;to su alkohol, droga, prostitucija, >eleèi tako pobjeèi od vlastite odgovornosti, odnosno zaboraviti na tjeskobu koja ih neprestano prati dok su u stanju zaduènosti. Osjeèaj osamljenosti èestso je rezultat bijega od ljudi kojima dugujemo. Osoba koja >ivi u stanju zaduènosti, a ne moè vratiti svoj dug, ukoliko je normalna i po&scaron;tena, osjeèat àe sram i stid zbog svojih dugova i zbog toga àe najè&scaron;èe bjeèati od ljudi. Preveliko i nerazumno zaduèvanje koje se ne moè navrijeme podmiriti vrlo èesto dovodi do poremeèaja meèuljudskih odnosa, kidanja prijateljskih veza ako se radi o prijateljima kojima smo duèni, a vrlo lako moè doèi i do te&scaron;kih poremetaja meèuljudskih odnosa unutar obitelji, a po-nekad i do raskida braka i propadanja cijele obitelji.

Kako nadvladati napast zaduèvanja Odluka da se osoba zaduè najè&scaron;àe se donosi na temelju emocija, tj. motivi-rana je >eljom da se zadovolje potrebe emocionalne naravi. Odluke donesene na zahtjev ili prisilu emocija nisu razu-mne. One su egoistiène i kao takve spreèavaju istinski duhovni razvoj kao i psiholo&scaron;ko dozrijevanje osobe. Ta se napast moè nadvladati ukljuèivanjem razuma koji treba donijeti konaènu odluku hoèerno li se zaduèivati ili neèe-mo. Razum postupa razumno, tj. trudi se da ne dopusti iracionanim afektiv-nim prisilama i nerazumnim emocijama da imaju zadnju rijeè u dono&scaron;enju na&scaron;ih odluka. >ovjek koji postupa razu-mno neèe se bez potrebe zaduèivati. Tko dobro planira svoju potro&scaron;nju i unaprijed sebi postavi mehanizme za-&scaron;tite, kao &scaron;to je npr. svojevouljno ogra-nièenje na bankovnoj kartici, taj neèe lako padati u zaduèenja. Va>no je da takva odluka bude svojevouljno, dakle slobodno donesena i dobro argumenti-rana. Dobro je usvojiti pravilo da se kupuje samo novcem koji veè imamo, dakle gotovinom. Svako kupovanje na kredit, odnosno ulaskom u minus na bankovnim karticama slièno je si-lasku nizbrdo. Vraèati potro&scaron;eni novac slièno je usponu na brdo. Lako i brzo tro&scaron;imo, a te&scaron;ko i sporo vraèmo svoj dug. Tko se >eli osloboditi te tjeskobe, neka tro&scaron;i samo veèe po-stojeèi novac, dakle svoju gotovinu. Tada, moè mirno spavati bez straha &scaron;to àe biti sutra kada bude trebalo vraèati posuèeni novac. Ne ièi u nerazumne kredite i rizike Kupovanje prijeko potrebnih stvari za >ivot ili posuèivanje novca za va>ne lijeènièke zahvate ili skupe lijekove moè se, a ponekad i mora kupovati na kredit. Meèutim, kad to ènimo razumno i samo onda kad su u pitanju veèe vrijednosti kao &scaron;to su >ivot i zdravlje, tada. neèemo osjeèati preveliku tjeskobu zbog za-duènosti i takve àemo kredite lak&scaron;e i br>e vratiti jer smo u njih svie-sno i argumentirano u&scaron;li. U prilikama kad se moramo zaduèivati va>no je da bolje pazimo kakonebisimo upali u nepotrebne ri-zike. Zato je va>no da se posa-vjetujemo s pravim struènjacima na podruèju kreditiranja. Tako npr. nije pametno vezati svoje dugovanje na devize jer postoji velik rizik da doèe do devalvacije nacionalne valute, &scaron;to bi onda poveèalo dugovanje. Najbolji naèn da saèuvamo du-&scaron;evni mir i pobijedimo napast ne-razumnog zaduèvanja jest da >ivi-mo istinske vrijednosti. Osoba kojoj nije glavni clj >ivota da zado-voljava svoje nerazumne potrebe, nego da >ivi istinske ideale kao &scaron;to su sloboda, pravda, po&scaron;tenje, èestit >ivot, solidarnost, prijateljstvo i au-tentièna ljubav, imat àe snage na-dvladati napast zaduèvanja i pri-tom zadržati nutamji mir i psihofi-zièko zdravlje. Nije bogat onaj tko puno ima, veèe onaj tko malo treba. Skromnost je vrlina, a ne slabost. Pravo bogat-stvo je unutar èovjeka, u njegovu duhu, a ne vani, u njegovu ruhu. Tko nije otkrio svoje nutarnje blago i duhovno bogatstvo, taj àe srljati u nerazumno zaduèvanje kako bi mno&scaron;tvom nepotrebnih stvari i gre&scaron;nih u>itaka pokrio nutarnju bijedu i psihièku labilnost. Istinska sreèa se ne posti>e na naèin da se zatrpamo suvi&scaron;nim stvarima, nego da ih po-dijelimo drugima. Sretan je onaj tko zna i hoèe usreèivati druge. Za to se nije potrebno zaduèivati, nego razduèivati. Jedino potrebno i po>eljno dugovanje je ono o kojem govori sv. Pavao apostol u Poslanici Rimljanima kad ka>e: &bdquo;Nikome ni-&scaron;ta ne dugujte, osim da ljubite jedan drugoga&ldquo; (Rim, B. 8). n