

Psihologija dugovanja

Autor Administrator

U ovo predblagdansko vrijeme kada teško ostajemo imuni na potrošašku groznicu, a i inaše, dobro je poslušati riješi strušnjaka. Prenosimo dio teksta Psihologija dugovanja patera, dr. Mije Nikiša, psihologa iz Glasa Koncila, od 16. prosinca 2007. Psihologija dugovanja

Emocije uzrokovane zadušivanjem Emocije koje se naišešae 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 prijeteši osobi. Kad je u pitanju zadušenje, opasnost je u tome da osoba ne moše vratiti dug na vrijeme i tako se izloši novim stresovima, sramu i bolnoj neizvjesnosti s obzirom na konašeni ishod. Nadalje, zadušena osoba šivi u trajnom tjeskobnom *stanju i neugodnoj strepnji pri pomisli što bi se sve moglo dogoditi u stanju zadušenosti. Ako prijeteša si-tuacija potraje dulje vremena, dolazi do kronišene zabrinutosti i neuroze. Kad te emocije postanu dominantne u psihodinamici osobe, onda se or-ganizam psihofiziši toliko istroši da vrlo lako doše do potološke regresije u kojoj se onda mogu aktivirati poti-snuti konflikti, razne psihotraume i ostale potisnute bolne emocije kao i latentna psihopatologija neurotišene, pa šak i psihotišene naravi. Depresija u blašim, ili tešim oblicima skoro je redovita popratna pojava koja se javlja onda kad osoba ne moše vratiti zadušeni novac ili- neku vešu nekretninu. Agresivnost se takošer šesto javlja kod osoba koje ne znaju ili ne mogu adekvatno riješiti probleme svoje zadušenosti. šesto se ta agresivnost usmjerava prema osobama kojima dugujemo posušeni novac, šeleši ih tako prestrašiti i obeshrabriti da traše svoj novac. Agresivnost izazvana prevelikim zadušivanjem moše biti okrenuta protiv samoga sebe, a u svomr najtešem obliku moše dovesti do Samoubojstva kada se osoba naše u bezizlaznoj situaciji.

Osoba koja je prezadušena u velikoj je opasnosti da postane šrtvom raznih ovisnosti, kao što su alkohol, droga, prostitucija, šeleši tako pobješi od vlastite odgovornosti, odnosno zaboraviti na tjeskobu koja ih neprestano prati dok su u stanju zadušenosti. Osješaj osamljenosti šestso je rezultat bijega od ljudi kojima dugujemo. Osoba koja šivi u stanju zadušenosti, a ne moše vratiti svoj dug, ukoliko je normalna i poštena, osješat še sram i stid zbog svojih dugova i zbog toga še najšeše bješati od ljudi. Preveliko i nerazumno zadušivanje koje se ne moše navrijeme podmiriti vrlo šesto dovodi do poremešaja mešuljudskih odnosa, kidanja prijateljskih veza ako se radi o prijateljima kojima smo dušni, a vrlo lako moše doši i do teških poremetaja mešuljudskih odnosa unutar obitelji, a po-nekad i do raskida braka i propadanja cijele obitelji.

Kako nadvladati napast zadušivanja Odluka da se osoba zaduši najšeše se donosi na temelju emocija, tj. motivi-rana je šeljom da se zadovolje potrebe emocionalne naravi. Odluke donesene na zahtjev ili prisilu emocija nisu razu-mne. One su egoistiše i kao takve sprešavaju istinski duhovni razvoj kao i psihološko dozrijevanje osobe. Ta se napast moše nadvladati ukljušivanjem razuma koji treba donijeti konašnu odluku hošerno li se zadušivati ili neše-mo. Razum postupa razumno, tj. trudi se da ne dopusti iracionanim afektiv-nim prisilama i nerazumnim emocijama da imaju zadnju riješ u donošenju naših odluka. šovjek koji postupa razu-mno neše se bez potrebe zadušivati. Tko dobro planira svoju potrošnju i unaprijed sebi postavi mehanizme za-štite, kao što je npr. svojevšoljno ogra-nišenje na bankovnoj kartici, taj neše lako padati u zadušenja. Vašno je da takva odluka bude svojevšoljno, dakle slobodno donesena i dobro argumenti-rana. Dobro je usvojiti pravilo da se kupuje samo novcem koji veš imamo, dakle gotovinom. Svako kupovanje na kredit, odnosno ulaskom u minus na bankovnim karticama slišeno je si-lasku nizbrdo. Vrašati potrošeni novac slišeno je usponu na brdo. Lako i brzo trošimo, a teško i sporo vrašemo svoj dug. Tko se šeli osloboditi te tjeskobe, neka troši samo veše po-stoješi novac, dakle svoju gotovinu. Tada, moše mirno spavati bez straha što še biti sutra kada bude trebalo vrašati posušeni novac. Ne iši u nerazumne kredite i rizike Kupovanje prijeko potrebnih stvari za šivot ili posušivanje novca za vašne liješniše zahvate ili skupe lijekove moše se, a ponekad i mora kupovati na kredit. Mešutim, kad to šinimo razumno i samo onda kad su u pitanju veše vrijednosti kao što su šivot i zdravlje, tada nešemo osješati preveliku tjeskobu zbog za-dušenosti i takve šemo kredite lakše i brše vratiti jer smo u njih svie-sno i argumentirano ušili. U prilikama kad se moramo zadušivati vašno je da bolje pazimo kakonebisimo upali u nepotrebne ri-zike. Zato je vašno da se posa-vjetujemo s pravim strušnjacima na podrušju kreditiranja. Tako npr. nije pametno vezati svoje dugovanje na devize jer postoji velik rizik da doše do devalvacije nacionalne valute, što bi onda povešalo dugovanje. Najbolji našen da sašuvamo du-ševni mir i pobijedimo napast ne-razumnog zadušivanja jest da šivi-mo istinske vrijednosti. Osoba kojoj nije glavni clj šivota da zado-voljava svoje nerazumne potrebe, nego da šivi istinske ideale kao što su sloboda, pravda, poštenje, šestit šivot, solidarnost, prijateljstvo i au-tentišna ljubav, imat še snage na-dvladati napast zadušivanja i pri-tom zadržati nutamji mir i psihofi-ziško zdravlje. Nije bogat onaj tko puno ima, veše onaj tko malo treba. Skromnost je vrlina, a ne slabost. Pravo bogat-stvo je unutar šovjeka, u njegovu duhu, a ne vani, u njegovu ruhu. Tko nije otkrio svoje nutarnje blago i duhovno bogatstvo, taj še srljati u nerazumno zadušivanje kako bi mnoštvom nepotrebnih stvari i grešnih ušitaka pokrio nutarnju bijedu i psihišku labilnost. Istinska sreša se ne postiše na našin da se zatrpamo suvišnim stvarima, nego da ih po-dijelimo drugima. Sretan je onaj tko zna i hoše usrešivati druge. Za to se nije potrebno zadušivati, nego razdušivati. Jedino potrebno i pošeljno dugovanje je ono o kojem govori sv. Pavao apostol u Poslanici Rimljanima kad kaše: šNikome ni-šta ne dugujte, osim da ljubite jedan drugogaš (Rim, B. 8). n