Psihologija dugovanja

Autor Administrator

U ovo predblagdansko vrijeme kada teško ostajemo imuni na potrošaèku groznicu, a i inaèe, dobro je poslušati rijeèi struènjaka. Prenosimo dio teksta Psihologija dugovanja patera, dr. Mije Nikiæa, psihologa iz Glasa Koncila, od 16. prosinca 2007. Psihologija dugovanja
Emocije uzrokovane zaduživanjem Emocije koje se naièešæe 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 prijeti osobi. Kad je u pitanju zadu-ženje, opasnost je u tome da osoba ne može vratiti dug na vrijeme i tako se izloži novim stresovima, sramu i bolnoj neizvjesnosti s obzirom na konaèni ishod. Nadalje, zadužena osoba živi u trajnom tjeskobnom *stanju i neugodnoj strepnji pri pomisli što bi se sve moglo dogoditi u stanju zaduženosti. Ako prijeteæa 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 istroši da vrlo lako dqðe 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 blažim, ili težim oblicima skoro je redovita popratna pojava koja se javlja onda kad osoba ne može vratiti zaduženi novac ili- neku veæu nekretninu. Agresivnost se takoðer èesto javlja kod osoba koje ne znaju ili ne mogu adekvatno riješiti probleme svoje zaduženosti. Èesto se ta agresivnost usmjerava prema osobama kojima dugujemo posuðeni novac, želeæi ih tako prestrašiti i obeshrabriti da traže svoj novac. Agresivnost izazvana prevelikim zaduživanjem može biti okrenuta protiv samoga sebe, a u svomr najtežem obliku može dovesti do Samoubojstva kada se osoba nađe u bezizlaznoj situaciji. 0soba koja je prezadužena u velikoj je opasnosti da postane žrtvom raznih ovisnosti, kao što su alkohol, droga, prostitucija, želeæi tako pobjeæi od vlastite odgovornosti, odnosno zaboraviti na tjeskobu koja ih neprestano prati dok su u stanju zaduženosti. Osjeæaj osamljenosti èestso je rezultat bijega od ljudi kojima dugujemo. Osoba koja živi u stanju zaduženosti, a ne može vratiti svoj dug, ukoliko je normalna i poštena, osjeæat æe sram i stid zbog svojih dugova i zbog toga æe najèešèe bježati od ljud. Preveliko i nerazumno zaduživanje koje se ne može navrijeme podmiriti vrlo èesto dovodi do poremeæaja meðuljudskih odnosa, kidanja prijateljskih veza ako se radi o prijateljima kojima smo dužni, a vrlo lako može doæi i do teških poremetaja meðuljudskih odnosa unutar obitelji, a po-nekad i do raskida braka i propadanja cijele obitelji. Kako nadvladati napast zaduživanja Odluka da se osoba zaduži najèešæe se donosi na temelju emoija , tj. motivi- rana je željom 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 psihološko dozrijevanje osobe. Ta se napast može nadvladati ukljuèivanjem razuma koji treba donijeti konaènu odluku hoæerno Ii se zaduživati ili neæe-mo. Razum postupa razumno, tj. trudi se da ne dopusti iracionanim afektiv-nim prisilama i nerazunumnim emocijama da imaju zadnju rijeè u donošenju naših odluka. Èovjek koji postupa razu-mno neæe se bez potrebe zadužvati. Tko dobro planira svoju potrošnju i unaprijed sebi postavi mehanizme za-štite, kao što je npr. svojevoljno ogra-nièenje na bankovnoj kartici, taj neæe lako padati u zaduženja. Važno je da takva odluka bude svojevoljno, dakle slobodno donesena i dobro argumenti-rana. Dobro je usvojiti pravilo da se kupuje samo novcem koji veæ imamo, dakle gotovinom. Svako kupovanje na kredit, odnosno ulaskom u minus na bankovnim karticama slièno je si-lasku nizbrdo. Vraæati potrošeni novac slièno je usponu na brdo. Lako i brzo trošimo, a teško i sporo vraæmo svoj dug. Tko se želi osloboditi te tjeskobe, neka troši samo veæ po-stojeæi novac , dakle svoju gotovinu. Tada, može mirno spavati bez straha što æe biti sutra kada bude trebalo vraæati posuðeni novac. Ne iæi u nerazumne kredite i rizike Kupovanje prijeko potrebnih stvari za život ili posuđivanje novca za važne lijeènièke zahvate ili skupe lijekove može se, a ponekad i mora kupovati na kredit. Meðutim, kad to èinimo razumno i samo onda kad su u pitanju veæe vrijednosti kao što su žvot i zdravlje, tada. neæemo osjeæati preveliku tjeskobu zbog za-duženosti i takve æemo kredite lakše i brže vratiti jer smo u njih svie-sno i argumentirano ušli. U prilikama kad se moramo zaduživati važno je da bolje pazimo kakonebisimo upali u nepotrebne ri-zike. Zato je važno da se posa-vjetujemo s pravim struènjacima na podruèju kreditiranja.Tako npr.nije pametno vezati svoje dugovanje na devize jer postoji velik rizik da doðe do devalvacije nacionalne valute, što bi onda poveæalo dugovanje. Najbolji naèn da saèuvamo du-ševni mir i pobijedima napast ne-razumnog zaduživanja jest da živi-mo istinske vrijednosti. Osoba kojoj nije glavni cIj života da zado-voljava svoje nerazumne potrebe, nego da živi istinske ideale kao što su sloboda, pravda, poštenje, èestit život, solidamost, prijateljstvo i au-tentièna ljubav, imat æe snage na-dvladati napast zaduživanja i pri-tom zadržati nutamji mir i psihofi-zièko zdravlje. Nije bogat onaj tko puno ima, veæ 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 æe srljati u nerazumno zaduživanje kako bi mnoštvom nepotrebnih stvari i grešnih užitaka pokrio nutarnju bijedu i psihièku Iabilnost. Istinska sreæa se ne postiže na naèin da se zatrpamo suvišnim stvarima, nego da ih po-dijelimo drugima. Sretan je onaj tko zna i hoæe usreæivati druge. Za to se nije potrebno zaduživati, nego razduživati. Jedino potrebno i poželjno dugovanje je ono o kojem govori sv. Pavao apostol u Poslanici Rimljanima kad kaže: „Nikome ni-šta ne dugujte, osim da ljubite jedan drugoga“ (Rim, B. 8). n