

Program Wsparcia Zadłużonych

Sprawdź czy problem dotyczy Cię osobiście

1. Czy długi, które masz, negatywnie wpływają na Twoje życie rodzinne i czynią je nieszczęśliwym?
2. Czy problem długów rozprasza Cię w Twojej codziennej pracy?
3. Czy Twoje długi wpływają na Twoją reputację?
4. Czy Twoje długi powodują, że gorzej o sobie myślisz, wstydzisz się, doświadczasz poczucia winy?
5. Czy kiedykolwiek udzielałeś fałszywych informacji, /kłamałeś/ by otrzymać kredyt?
6. Czy kiedykolwiek składałeś nierealne obietnice swoim wierzycielom?
7. Czy z powodu Swoich długów zaniedbywałeś obowiązki wobec Swojej rodziny?
8. Czy kiedykolwiek bałeś się, że Twój pracodawca lub bliscy dowiedzą się o wielkości Twoich długów?
9. Czy w trudnej sytuacji finansowej, perspektywa pożyczania pieniędzy dawała Ci wyraźne uczucie ulgi?
10. Czy z powodu Swoich długów miewasz problemy ze snem?
11. Czy z powodów długów kiedykolwiek rozważałeś upicie się lub tak postąpiłeś?
12. Czy kiedykolwiek pożyczałeś pieniądze nie patrząc na to, jakie koszty będziesz musiał zapłacić?
13. Czy zazwyczaj spodziewasz się negatywnej odpowiedzi, gdy sprawdzana jest Twoja zdolność kredytową w banku lub wypłacalność kiedy płacisz kartą?
14. Czy kiedykolwiek postanowiłeś wprowadzić ostry reżim spłaty swoich długów, a potem złamałeś się pod wpływem okoliczności i powróciłeś do dawnych zasad?
15. Czy szukasz usprawiedliwień dla Swojej sytuacji zadłużenia, np. winnych Twoich problemów lub wierzysz, że to przejściowe trudności i kiedy tylko się weźmiesz w garść, to wyjdiesz z długów?

Jeśli odpowiedziałeś TAK na więcej niż 8 pytań, wygląda na to, że masz już problem lub jesteś na drodze do tego, by go mieć w najbliższym czasie.

Z jakimi uczuciami patrzysz na swoją sytuację?

Lista uczuć w układzie alfabetycznym – wybierz 5 – 6 uczuć najczęściej i najsilniej doświadczanych

	PRZERAŻENI	SPIĘCI	ZATROSKANI
APATYCZNI	PRZYBICI	STRAPIENI	ZATRWOŻENI
DOTKNIĘCI	PRZYGASZENI	STRWOŻENI	ZAWSTYDZENI
NAPIĘCI	PRZYGNĘBIENI	UDRĘCZENI	ZAŻENOWANI
NIEPOCIESZENI	PRZYTŁOCZENI	UPOKORZENI	ZDEPRYMOWANI
NIESPOKOJNI	ROZDRAŻNIENI	WSTRZAŚNIĘCI	ZDESPEROWANI
NIESZCZĘŚLIWI	ROZTRZĘSIENI	WŚCIEKLI	ZDRUZGOTANI
NIEZADOWOLENI	ROZWŚCIECZENI	WYSTRASZENI	ZIRYTOWANI
OBURZENI	ROZZŁOSZCZENI	ZAKŁOPOTANI	ZMIAŹDŻENI
ODRĘTWIALI	ROŻŻALENI	ZALĘKNIENI	ZNĘKANIE
ONIEŚMIELENI	SFRUSTROWANI	ZAŁAMANI	ZNIECHĘCENI
OSOWIALI	SKRĘPOWANI	ZAŁAMANI	ZOBOJĘTNIALI
OTĘPIALI	SMĘTNI	ZASMUCENI	ZROZPACZENI
POIRYTOWANI	SMUTNI	ZASZOKOWANI	ŻLI