

## Zwölf Merkmale für zwanghaftes Schuldenmachen

1. Unklar sein über Ihre finanzielle Situation. Die Kontostände, die monatlichen Ausgaben, Darlehenszinsen, Gebühren, Bußgelder oder vertragliche Verpflichtungen nicht kennen.
2. Häufig Dinge wie Bücher, Kulis oder kleine Geldbeträge von Freund:innen oder anderen „ausleihen“ und sie nicht zurückzugeben.
3. Gewohnheitsmäßig keine Rücklagen bilden. Steuern, Altersvorsorge oder andere nicht wiederkehrende aber vorhersehbare Dinge nicht einplanen und sich überrascht fühlen, wenn diese Zahlungen fällig werden. Eine „Lebe im heute, Sorge Dich nicht um morgen“ - Einstellung haben.
4. Zwanghaftes Kaufen: Unfähig sein, auf ein „Gutes Geschäft“ zu verzichten, Impulskäufe tätigen, Preisschilder an Kleidern lassen, damit sie zurückgegeben werden können, Dinge nicht verwenden, die Sie gekauft haben.
5. Schwierigkeiten bei der Erfüllung grundlegender finanzieller oder persönlicher Verpflichtungen und/oder ein übertriebenes Gefühl von besonderer Leistung bei der Erfüllung dieser Verpflichtungen.
6. Ein anderes Gefühl, wenn man Dinge auf Kredit kauft, als wenn man bar zahlt, ein Gefühl zum Club zu gehören, akzeptiert zu werden, erwachsen zu sein.
7. Im Chaos und Drama um Geld leben: Eine Kreditkarte benutzen, um eine andere auszulösen; Schecks platzen lassen; immer mit einer finanziellen Krise zu kämpfen haben.
8. Eine Neigung zu haben, am Abgrund zu leben: von einer Gehaltszahlung zur nächsten leben; Risiken eingehen was die Abdeckung von Kranken- oder Autoversicherung angeht; Schecks ausstellen, in der Hoffnung, dass Geld auftauchen wird, um sie zu decken.
9. Ungerechtfertigte Hemmung und Verlegenheit bei dem, was eine normale Diskussion über Geld sein sollte.
10. Überarbeiteten oder Unterverdienen: Überstunden machen um Geld zu verdienen, um Gläubiger:innen zu bezahlen; Zeit ineffektiv nutzen; Arbeiten annehmen, die unter Ihren Fähigkeiten und Ihrem Ausbildungsniveau liegen.
11. Eine Unwilligkeit, für sich selbst zu sorgen und sich zu schätzen: Leben in selbst auferlegter Entbehrung; Verweigerung der Grundbedürfnisse, um die Gläubiger:innen zu bezahlen.
12. Ein Gefühl oder die Hoffnung haben, dass sich wenn nötig jemand um Sie kümmern wird, damit Sie nicht wirklich in ernsthafte finanzielle Schwierigkeiten geraten; dass es immer jemanden geben wird, an den Sie sich wenden können.

Registrierten DA Gruppen ist es erlaubt dieses Dokument zu vervielfältigen um es ihren Mitgliedern zur Verfügung zu stellen.