一、 评估未来收入，在证明自己短时间没有还款能力的情况下，不要一点一点的还款，因为这样没有任何作用，好好规划收入情况，先存起来。

二、 保持和米行的良好沟通，表明自己具有强烈的还款意愿，并告知米行自己的真实情况，目前一直在努力赚钱筹钱，让米行不担心你会失联逃债。

三、 出现逾期的一两个月内，不要浪费时间去跟银行协商，谈免除利息、违约金再办分期的事情，银行基本不会答应这样的请求。此时他想的是全额收回欠款，然而欠款人很难办得到。

四、 等过了三个月以后，因政策原因，此时再协商减免利息和违约金，将你未来的还款计划跟银行说明。就很容易协商成功。

五、 根据双方达成的分期方案，逐月还款，注意一定要按时还。

六、 努力工作赚钱，此时最重要的是保持良好的心态，要自己看得起自己，才能让别人也看的起你。