

小美是个月薪5000元的小白领，但你可能不会相信的是：表面光鲜亮丽的她，居然是个欠债高达12万的信用卡卡奴。日前，小美向融360信用卡分析师求助，希望获取自救法术，摆脱卡奴身份。融360分析师认为，可以从思想力、行动力、支持力三方面下手，多管齐下。

### 【思想力：剁手/割首 你来定】

小美之所以成为卡奴，究其原因，主要是她面对诱惑，无法控制。新服饰、新包包、新电子产品统统都想要，月入才5000，日常消费却经常1-2W。

对这样的卡奴，融360分析师建议，一定要从思想上断根，如果确实想要摆脱卡债，就要有“壮士断腕”的决心和勇气。

有个例子可以分享给卡友，张学良为了戒掉毒瘾，就让人把他绑在床上死撑，终于摆脱。如果没有这种坚持到底、跟“剁手”行为斗争到底的精神，摆脱卡奴地位难上加难。

### 【行动力：四步走战略】

具体行动可以分四步走：

- 1、账务分期。选择适合自己经济能力的分期很有必要，看起来多给银行钱了，实际上远比利息少。而且拉长了还款期限，给了卡奴喘息的机会。选择适合自己经济能力的分期很有必要，看起来多给银行钱了，实际上远比利息少。而且拉长了还款期限，给了卡奴喘息的机会。
- 2、少刷卡，用现金。首先减少自己手中的信用卡，不给自己更多的机会刷卡，代之以现金支付。这样可以切实体会到“肉疼”的感觉，帮助卡奴认识到自己的处境。而且收入有限，眼看着钱包日渐干瘪，消费的欲望也会随之被抑制不少。
- 3、节流。信用卡少用，但在有些情况下可以使用，比如在购买某些生活必需品（都成了卡奴了，生活品质就别想这么多了）时，适时享受银行优惠，也能节省一笔银子。比如广发银行信用卡每周五在万宁，有满88减44的活动。
- 4、开源。目前理财产品盛行，如果把要还信用卡的钱，投资短期理财，至少能赚回来几顿饭钱。

### 【支持力：外援必不可少】

12万卡债，5000元月薪，即使小美不吃不喝，也要整整2年才能还清。即使是走了以上几步，也要几年的时间脱离苦海。这种情况下，融360分析师建议卡奴们，积极争取外援力量，比如家庭支持。

一来可以大大减轻自己的负担，甚至可能被清账，一步解脱。二来一旦因为工作变动，无法按时还款，也可先从外援中得到支持，避免逾期。

### 【推荐卡片】

适合下卡较易的中信家乐福卡和交行Y-POWER卡

享周三周六5%返现

交行Y-POWER卡