

Bank odmówił przez długi - jakie masz jeszcze opcje

data aktualizacji: 2026.07.27 autor: ARTYKUŁ SPONSOROWANY



Zbyt wiele rat może przekreślić wniosek kredytowy mimo stałych dochodów. Wyjaśniamy, co zrobić po odmowie banku i jak bezpiecznie uporządkować długi. (fot.pexels)

„Decyzja negatywna”, a pod spodem czasem dopisek: zbyt wysokie zaangażowanie w spłatę bieżących zobowiązań. Po ludzku znaczy to tyle, że bank uznał, iż masz już za dużo długów, żeby dołożyć kolejny.

To nie koniec drogi, choć w pierwszej chwili tak wygląda. Odmowa z powodu zadłużenia różni się od zwykłego „nie” - mówi ci wprost, gdzie leży problem. A skoro wiesz, gdzie problem, wiesz też, od czego zacząć. Poniżej opcje, jakie masz po takiej decyzji, od najprostszej do ostatecznej.

Dlaczego to właśnie długi przeważały

Bank nie ocenia cię po wrażeniu. Liczy. Najważniejsza liczba to udział rat w twoim miesięcznym dochodzie.

Kiedy spłacasz już kilka zobowiązań, każda kolejna rata podbija ten udział. W pewnym momencie przekracza granicę, którą bank uznaje za bezpieczną, i wtedy pada odmowa - nawet jeśli zarabiasz przyzwoicie i pracujesz na stałej umowie. Sama wysokość pensji nie wystarczy. Liczy się to, ile z niej zostaje po ratach.

Druga sprawa to twoja historia w BIK. Opóźnienia w spłacie, otwarte windykacje, niespłacone pożyczki - każdy taki wpis obniża ocenę punktową i sam z siebie potrafi przesądzić o decyzji.

Banki nie robią tego ze złośliwości. Ustawa o kredycie konsumenckim oraz Rekomendacja T Komisji Nadzoru Finansowego nakładają na nie obowiązek rzetelnej oceny zdolności kredytowej. Mówiąc prościej: bank ma nie pożyczać komuś, kto najpewniej nie spłaci. Odmowa bywa więc nie tyle karą, ile sygnałem, że budżet jest napięty do granicy.

Zanim złożysz kolejny wniosek

Najgorsze, co możesz zrobić zaraz po odmowie, to od ręki klikać wniosek w następnym banku.

Każde zapytanie kredytowe zostaje w BIK i na kilka miesięcy obniża twoją ocenę. Kilka wniosków w krótkim czasie wygląda w systemie jak desperacja, a kolejne banki czytają to tak samo. Zamiast zwiększać szanse, seryjne wnioski je przekreślają.

Zrób co innego. Poproś bank o uzasadnienie - przy odmowie ma obowiązek wskazać główne przyczyny i bazy, z których korzystał przy ocenie. Potem zamów własny raport BIK i przejrzyj go na spokojnie: czy wszystkie długi są aktualne, czy nie wisi tam coś już spłaconego, czy nie ma cudzego zobowiązania wpisanego na ciebie. Błędy się zdarzają, a każdy z nich zaniża ocenę bez powodu.

Na koniec policz. Ile naprawdę wpływa co miesiąc, ile idzie na raty, co zostaje. Czasem ten rachunek pokazuje to samo, co bank: obciążenie jest za duże i kolejny kredyt tylko pogłębiłby kłopot. To niewygodny wniosek, ale lepiej dojść do niego przy kuchennym stole niż przy trzeciej chwilówce.

Kiedy problemem są długi, rozwiązaniem bywa ich uporządkowanie

Jeśli odmowa wynika z liczby zobowiązań, a nie z braku dochodu, kierunek jest odwrotny niż nowy kredyt na bieżące wydatki. Najpierw uporządkuj to, co już masz.

Pierwsza droga to konsolidacja. Łączysz kilka długów - karty, pożyczki ratalne, chwilówki - w jedno zobowiązanie z jedną ratą, zwykle niższą od ich sumy, choć rozłożoną na dłużej. Zamiast pięciu terminów w miesiącu pilnujesz jednego. Działa pod warunkiem, że nowa rata jest realnie tańsza i że w trakcie spłaty nie dokładasz kolejnych długów.

Problem w tym, że po odmowie z powodu zadłużenia zwykłą konsolidację też bywa trudno dostać, bo bank patrzy na te same wskaźniki. Wtedy warto sprawdzić oferty poza standardową procedurą. Osoby z trudną historią i kilkoma zobowiązaniami na koncie często szukają wsparcia u pośredników, którzy proponują [kredyt dla zadłużonych](#) i oceniają sytuację szerzej niż sam bankowy algorytm. To nie jest gwarancja finansowania i nie zwalnia z policzenia, czy rata się spina - bywa jednak wyjściem tam, gdzie zwykły wniosek odpada już na wstępnej selekcji.

MOŻE CIĘ ZAINTERESOWAĆ:

Czyszczenie czy wymiana? Dlaczego niesprawny zawór EGR wymaga radykalnych i profesjonalnych rozwiązań

Czego unikać na tym etapie? Chwilówek i pożyczek pozabankowych o wysokim RRSO. Kuszą, bo pieniądze są od ręki, a weryfikacja pobieżna. Tyle że ich koszt najczęściej wpędza w pętlę, z której odmowa bankowa miała cię wyprowadzić.

Gdy samo łączenie rat nie wystarcza

Bywa, że długów jest tyle, że żadna nowa rata już ich nie ogarnie. Wtedy szuka się rozwiązań spoza logiki kolejnego kredytu.

Możesz negocjować z bankiem restrukturyzację - wydłużenie okresu spłaty, zawieszenie rat na kilka miesięcy, zmianę harmonogramu. Bankowi też się to opłaca, bo egzekucja długu jest dla niego kosztowna i niepewna. Inicjatywa musi jednak zwykle wyjść od ciebie.

Od 2026 roku działa też restrukturyzacja zadłużenia konsumenta - formalna ścieżka porządkowania długów osoby prywatnej, wcześniej dostępna głównie firmom. A w sytuacjach naprawdę bez wyjścia zostaje upadłość konsumencka: postępowanie sądowe, po którym sąd może umorzyć część albo całość zobowiązań. To rozwiązanie ostateczne, z długoterminowymi skutkami, ale dla wielu osób jedyny sposób, żeby w ogóle wyjść z długów.

Od czego zacząć

Odmowa z powodu długów nie zamyka drogi do kredytu. Pokazuje tylko, że najpierw trzeba zająć się tym, co już wisi na budżecie. Kolejność jest zwykle ta sama: zrozum przyczynę, sprawdź BIK, odpuść pochopne wnioski, a potem wybierz między konsolidacją, restrukturyzacją a - w skrajnym wypadku - oddłużeniem.

W każdym z tych wariantów pomaga rozmowa z kimś, kto zna rynek i policzy to z tobą na chłodno. Bezplatna konsultacja z doradcą albo pośrednikiem kredytowym nie zdejmie z ciebie decyzji, ale pokaże opcje, których łatwo nie zauważyć samemu, i uchroni przed kosztownym błędem.

MOŻE CIĘ ZAINTERESOWAĆ:

Jak dobrać liczbę sekcji w rozdzielaczu, aby ogrzewanie podłogowe działało bez zarzutu

Źródło: <https://eglos.pl/aktualnosci/item/45644-bank-odmowil-przez-dlugi-jakie-masz-jeszcze-opcje>