

10 ноября 2020 года  
Информация для СМИ

## Исследование Swedbank: 39% латвийских жителей в повседневной жизни испытывают стресс, связанный с деньгами

Помимо работы, здоровья и взаимоотношений, которые нередко вызывают тревогу у латвийских жителей, один из крупнейших источников стресса в повседневной жизни – финансы. Как свидетельствуют результаты проведенного Институтом финансов Swedbank исследования, финансовые вопросы – третий по частоте упоминаний источник стресса в обществе (39%)<sup>1</sup>. Одновременно жители высоко оценивают свои финансовые навыки – 68% считает, что их знания достаточны, чтобы успешно планировать финансы своего домохозяйства и распоряжаться ими.

Связанный с деньгами стресс вызывает тревогу по поводу финансовой ситуации семьи. 36% опрошенных довольно уверенно признают, что по поводу семейных финансов приходится беспокоиться только несколько раз в год, а 12% подобный стресс не испытывают никогда. Однако половина латвийских жителей по поводу финансовой ситуации беспокоится каждый месяц или чаще, а 14% – даже каждый день. Это существенный уровень тревоги, с которым приходится ежедневно сталкиваться и справляться. Финансовый стресс влияет и на другие сферы жизни – чаще всего он негативно отзывается на здоровье (43%) и отношениях с близкими (24%). Чаще по поводу денег беспокоятся молодые люди (19–29 лет), рижане и самозанятые лица. Конечно, это значительные хлопоты и для жителей, чьи доходы низкие или которые сейчас не имеют работы.

*«В здоровых дозах стресс допустим и в известной мере даже является необходимой частью жизни – он нас мобилизует и побуждает к целенаправленным действиям. Низкие доходы однозначно являются большим вызовом – нужно обеспечить все потребности семьи. Но в то же время многие из нас могли бы жить лучше с имеющимся объемом денег, например, поменяв привычки, связанные с тратой и занятием денег, а также постепенно создавая подушку безопасности в виде накоплений. Имеется несомненная связь – чем ниже доходы, тем выше уровень стресса, а в группе высоких доходов стресс уменьшается. Однако высокие доходы по сути не обеспечивают финансового благополучия. В его основе – не то, сколько мы зарабатываем, а то, как заработанными деньгами распоряжаемся», – рассказывает эксперт Института финансов Swedbank Эвия Кропа.*

Согласно результатам исследования 40% жителей признают, что в финансовых делах их семьи царит довольно большой хаос, а 65% не удовлетворены нынешней финансовой ситуацией. В целом с затруднениями финансового характера в течение последних шести месяцев пришлось столкнуться 78% латвийских домохозяйств. Чаще всего такие затруднения выражались как проблемы с накоплением на долгосрочные цели (40%), беспокойство и тревога (34%), проживание от зарплаты до зарплаты (30%) и чувство вины по поводу траты денег на незначимые вещи (29%). Почти десятая часть (9%) домохозяйств столкнулась с ситуацией, когда они больше не могут справиться с повседневными платежами.

*«Говорить о планировании бюджета и улучшении финансовых навыков в латвийском обществе мы интенсивнее начали именно в последние годы. Из года в год эти навыки у латвийских жителей улучшаются, однако необходимо и соответствующее финансовое поведение. Все еще много сфер, требующих улучшения, в которых мы плывем по течению и не берем контроль в свои руки. Что означало бы заняться тщательным планированием бюджета, выдвинуть цели и действовать согласно разработанному плану. Финансовый стресс уменьшается в момент, когда в эту сферу мы привносим порядок, ведь планирование создает ощущение надежности и стабильности в плане нашего будущего. Люди говорят, что в их распоряжении недостаточно денег, чтобы планировать, однако все*

<sup>1</sup> Исследование Института финансов Swedbank проведено в 2020 году в сотрудничестве со Snapshoots. Посредством интернета опрошено 1027 латвийских жителей в возрасте от 18 до 74 лет.

*обстоит как раз наоборот – чем меньше денег, тем тщательнее надо следить, на что каждый цент тратится. Деньги не приносят счастья, однако несомненно играют важную роль в наших буднях и в виде цепной реакции отзываются на бесчисленных сферах жизни», – резюмирует Эвия Кропа.*

Показательно, что латвийские жители неохотно говорят о деньгах. Главная стратегия, как уменьшить вызванный финансовыми вопросами стресс, – более тщательно заняться планированием бюджета (39%), хобби и отдыхом (37%), своевременным созданием накоплений на непредвиденные жизненные ситуации (30%). Только каждый четвертый житель готов поговорить об этих вещах с близким человеком (27%), и лишь редкий ищет связанные с личными финансами информацию, обучение, чтение (4%) или обращается к профессионалу за советом для улаживания финансовых дел (3%).

**Дополнительная информация:**

**Эвия Кропа,**

эксперт Института финансов Swedbank

[evija.kropa@swedbank.lv](mailto:evija.kropa@swedbank.lv)

Тел.: +371 67444610

<https://blog.swedbank.lv/>