

Краткое наставление в затягивании пояса, или Как научиться жить экономнее?

С ростом цен на товары и услуги внедрение в повседневную жизнь пересмотра трат и различных мероприятий по экономии стало реальностью для многих латвийских жителей. Тактики экономии средств разные – от отказа от небольших лишних трат до лихого уменьшения расходов по существенным позициям, таким как продовольствие, здоровье, транспорт и жилье. Как сэкономить так, чтобы в кошельке денег было больше, а качество жизни существенно не пострадало, рассказывают эксперты Института финансов Swedbank.

«Во-первых, следовало бы начать с учета доходов и расходов. Исследование Института финансов Swedbank свидетельствует, что большая часть жителей, которые планируют свои финансы, делают это в уме, приблизительно осозная свои главные позиции поступлений и трат. Надо признать, что это нельзя считать настоящим учетом – он должен быть систематическим и регулярным, вестись хотя бы раз в месяц или чаще. Если цель – управлять своим бюджетом с умом, надо заниматься этим серьезнее, разработав удобный для себя подход и используя развитие технологий, которые позволяют автоматизировать процесс и учета, и анализа. Знания – главное условие успеха. Только в том случае, если точно известно, сколько вы зарабатываете и сколько и на что тратится, можно в полной мере управлять своими финансовыми делами», – поясняет эксперт Института финансов Swedbank Эвия Кропа.

Для эффективной оценки своего бюджета эксперт советует все платежи распределить по трем большим категориям – обязательные, нужные и желательные траты. Обязательные платежи – это платежи, невыполнение которых грозит неприятными последствиями, – счета за коммунальные услуги, кредиты и другое. Эти счета надо оплачивать в первую очередь, и на них сложнее всего экономить (однако это не невозможно) – разве что радикально изменив жизнь. В категории нужных трат располагаются позиции, без которых не обойтись, но на которых можно сэкономить, например, продовольствие, одежда, транспорт. Как указывает эксперт Института финансов Swedbank, с этими расходами надо считаться, надо понимать, насколько большую сумму в месяц вы можете на них выделить, и надо откладывать деньги для покрытия этих расходов наперед. Правда, эти траты сравнительно гибкие, и мероприятия по экономии в этой категории расходов можно ввести, например, выбирая покупку товаров оптом, не пренебрегая вещами, которые в ваше пользование могут отдать друзья или члены семьи, или пересмотрев привычки перемещения и т.д. Наконец, легче всего сэкономить на желательных тратах, вовсе не позволяя им состояться – будь то посещение кино или кафе, развлекательная поездка и т.п. Эти расходы можно уменьшить больше всего, однако эксперт советует сохранять здоровый баланс, чтобы жизнь продолжала приносить радость.

«В процессе финансового планирования непременно надо следить за тем, чтобы сохранялось удовлетворение от жизни и мероприятия по экономии, или ограничения не стали невыносимой обузой. Если все время будет ощущение, что ничего нельзя себе позволить, намного больше риск утратить энтузиазм. Подобно тому, как специалисты по питанию нередко рекомендуют соблюдать соотношение “правильного приема пищи” к лакомствам в пропорции 80 : 20, и в сфере экономии и планирования денег такой подход может быть весьма полезным. Например, 90% желательных трат сохранить на имеющемся уровне, а остальные 10% направить на достижение определенной цели», – комментирует Эвия Кропа.

Отвечая на вопрос, какими способами можно сэкономить, чтобы в конце месяца денег в кошельке было больше, эксперт Института финансов Swedbank советует сделать пять простых шагов.

- 1) Заплатите себе первому – уже в день зарплаты направьте на накопление конкретную сумму и воспринимайте ее как обязательный платеж для себя. Если вашей стратегией будет копить с излишка, вы можете регулярно оказываться в ситуации, когда перед днем зарплаты в кошельке гуляет ветер и нет средств, чтобы направить их на накопление. В этом случае дисциплинировать себя может помочь сберегательный счет банка с оформленным регулярным платежом.
- 2) Пересмотрите свои привычки. Если имеется желание существенно уменьшить повседневные траты, непременно следует ввести изменения в распорядок дня. Если вы продолжите действовать так же, как раньше, результат будет тем же. Подумайте о категориях расходов, в которые можно ввести изменения (реже есть вне дома, меньше тратить на лакомства, покупать товары оптом, уменьшить частоту покупок, до минимума сократить объем продуктов питания,

выбрасываемых в отходы, и т.п.). Полезно будет и пересмотреть абонементы – подключение и тариф услуг мобильной связи, ежемесячная плата за телевидение и интернет: это только некоторые из примеров, где стоит время от времени пересматривать траты с мыслью, что спектр предложений и расценок на рынке меняется.

- 3) Помните, что ограничить расходы можно до определенного предела, и в какой-то момент придется думать и об увеличении доходов. Выбор, определяющий, сколько мы будем зарабатывать, мы нередко делаем уже в ранней юности, решая, учиться ли и на кого. Важно помнить, что всегда можно поменять свою жизнь, действуя целенаправленно. Обдумайте возможности получать небольшие дополнительные доходы: возьмите дополнительную работу, на время устройтесь на летние сезонные работы, посмотрите, не может ли хобби, которым занимались все это время, приносить доходы, и т.п.
- 4) Расширяйте свой горизонт финансового планирования, заблаговременно готовясь к большим позициям предстоящих расходов, чтобы, например, приобретение рождественских подарков, техосмотр автомобиля или расходы на начало школьной жизни ребенка не застали врасплах ваш бюджет и бюджет вашей семьи. Тут идет речь о высшем пилотаже в бюджетном планировании – способности предвидеть свои расходы в годовом сечении и соответствующим образом к ним готовиться.
- 5) В режиме экономии важно помнить, что больше маленьких покупок дают более длительное ощущение счастья, чем одна крупная, а получение опыта имеет более сильный эффект, чем чувство при приобретении давно желаемой вещи – к вещам мы быстро привыкаем, а опыт, ощущения помним дольше.

Чтобы во время посещения магазина не поддаваться импульсивным и бесполезным покупкам, самое лучшее средство – в магазин не идти. «Наилучший способ воздержаться от импульсивных покупок – не позволять им состояться. Это доказано на практике – чем реже вы ходите по магазинам, тем меньше денег тратите. Полезно также пересмотреть свою электронную почту и SMS-оповещения, чтобы избавиться от регулярной маркетинговой информации о каждой потенциально выгодной покупке. Это действительно полезно, чтобы не поддаваться соблазну ни в день зарплаты, ни в любой другой день месяца. Если ничего другого не остается и магазин надо посетить, полезным союзником станет старый добрый список покупок. Идеально, если подобный список составлен и для запланированных приемов пищи – это поможет и покупать правильные продукты, и планировать нужный для трапезы объем денег и вносить необходимые изменения», – делится советами Эвия Кропа. Полезно для кошелька идентифицировать совершенно ненужные траты и товары во время акций и скидок и отказаться от них – так в этой категории расходов незаметно может собраться заметная сумма.

Если вы планируете крупную покупку, но до конца не уверены, настолько ли нужна вам конкретная вещь, обождите и какое-то время поживите с мыслью, словно этот товар уже в вашем распоряжении. Нередко такой «фазы мечты» достаточно, чтобы понять, что желание купить вещь было мгновенной слабостью. Кроме того, важно понимать свои приоритеты, чтобы в момент трат уметь принять правильное решение. Если, например, вы хотите уехать в путешествие, то в следующий раз, когда захотите купить новые спортивные туфли, будет легко принять решение не делать этого, поскольку оно поможет накопить на поездку. Еще можно обдумать и подсчитать, сколько часов или даже дней придется работать, чтобы купить желанную вещь. Стоит ли она в конце концов того? И, конечно, не поддавайтесь культивируемому в сегодняшнем стиле жизни взгляду на вещи и статус, которые необходимо приобретать, идет ли речь о доме, собаке, ужинах в ресторане, путешествиях, эксклюзивных кружках для детей и т.д. Умение дистанцироваться требует довольно большой уверенности в себе и навыка, позволяющего оценить, что для вас самого действительно важно и ценно, несмотря на то, что об этом думают другие.

«Резюмируя, можно сказать, что первичная задача для соблюдения экономии – справиться с текущими тратами, однако на этом останавливаться было бы неразумно. Не менее важно – заложить стабильный фундамент и на длительный период, думая о будущем финансовом благополучии. Этот фундамент включает в себя накопления на разные цели (например, на сберегательном счете, на будущее ребенка и др.), осуществление взносов в частный пенсионный фонд, в страхование жизни, в депозитные накопления и т.п. Выдвинутые цели должны быть соразмерными. Если они не реалистичны по отношению к вашим доходам или же их достижение требует очень долгого времени, сохранить энтузиазм будет настоящим вызовом. Поэтому позаботьтесь о том, чтобы финансовое планирование включало в себя и небольшие цели, которые позволят отмечать маленькие победы и сохранять мотивацию дольше», – подчеркивает эксперт Института финансов Swedbank Эвия Кропа. Она советует экспериментировать и не отказываться от начатого – найти ту систему, которая в вашем случае

действительно работает лучше всего. У долгосрочного планирования имеется ряд преимуществ – надежность и меньший уровень стресса в повседневной жизни, больший контроль над событиями своей жизни, больше свободы действий и достижение целей.

Дополнительная информация:

Эвия Кропа,
эксперт Института финансов Swedbank
evija.kropa@swedbank.lv
Тел.: +371 67444610
<https://blog.swedbank.lv/>