

Финансовая грамотность: что такое и как её повысить во взрослом возрасте

Разбираемся с основами финансовой грамотности: что это, зачем её изучать и с чего начать во взрослом возрасте.

По данным исследования аналитического центра НАФИ, 80% населения испытывают стресс из-за денег, 70% не знают, как тратят ресурсы, а 60% не имеют финансового резерва и не готовы к экстренным ситуациям. В основе всех этих проблем лежит низкий уровень финансовой грамотности.

Что такое финансовая грамотность?

Финансовая грамотность — это знания о том, как двигаться к денежному благополучию, справляться с кризисами и уменьшать уровень стресса, связанного с деньгами, пользоваться финансовыми продуктами. И умение применять эти знания.

Финансово грамотный человек — это тот, кто:

- умеет планировать бюджет и вести учёт расходов и доходов;
- знает, как создать подушку безопасности;
- работает со своим поведением и мышлением;
- формирует сбережения в соответствии со своими финансовыми целями;
- оценивает риски на рынке;
- знает о финансовом мошенничестве и умеет защищаться;
- разбирается в своих правах как налогоплательщик и потребитель;
- умеет работать с информацией;
- принимает взвешенные прозрачные решения.

Зачем прокачивать свою финансовую грамотность?

Это избавит вас от лишнего стресса как в обычной жизни, так и в кризисных ситуациях.

Финансовая грамотность — основа осознанного поведения, которая даёт уверенность в завтрашнем дне. Навыки финансовой грамотности позволяют меньше тратить и эффективнее копить, избегать конфликтов с близкими

по поводу денег, быстрее и качественнее достигать поставленных финансовых целей.

Какие знания и навыки нужны, чтобы стать финансово грамотным?

Устойчивое финансовое развитие в семье — субъективное понятие. Определяется оно на уровне ощущений и зависит от того, есть ли баланс между настоящим и будущим. Например, когда вы не ограничиваете своё ежедневное потребление при наличии большой цели — можете позволить себе сходить в ресторан и не переживать потом, что не отложили деньги на ипотеку.

За устойчивость системы мы отвечаем лично, поэтому необходимо постоянно развивать навыки финансовой грамотности.

К «мягким» навыкам (soft skills) относятся:

- критическая оценка информации — для принятия финансовых решений;
- обсуждение финансовых вопросов с членами семьи и участниками рынка;
- поиск мотивации для работы с личными финансами;
- творческое мышление — для достижения целей при ограниченных ресурсах.

К «твёрдым» навыкам (hard skills) относятся:

- ведение личного и семейного бюджета (учёт, контроль, анализ, планирование);
- постановка финансовых целей;
- осознанный выбор финпродуктов из существующего многообразия;
- управление активами семьи (накопления, инвестиции, кредиты);
- построение семейной и личной финансовой системы.

Что такое личная и семейная финансовая система?

Каждый человек существует в рамках разных финансовых систем — личной, семейной и общеэкономической.

В **общеэкономической системе** человек и семья (домохозяйство) связаны с государством, рынком товаров и услуг, финансовыми рынками, рынком труда. Её формируют внешние факторы, которые влияют на финансовое благополучие домохозяйства, — например, уровень безработицы и инфляции, возможности господдержки, предпринимательский климат и так далее.

На финансы семьи воздействуют не только внешние факторы, но и внутренние: её ценности, потребности, ресурсы, цели, активы, обязательства, риски. Поэтому **финансовая система семьи** — это самостоятельная система.

А ещё есть **личная финансовая система**. Ведь если у человека есть семья — это вовсе не значит, что он состоит только в общеэкономической и семейной финсистемах. У него наверняка есть личные обязательства и потребности. Например, у вас есть общая семейная цель — купить машину, и при этом личная — купить фен Dyson. Есть деньги, которые вы вкладываете в общий бюджет, чтобы оплатить взнос по кредиту на машину, и есть личные средства, которые можете потратить на покупку техники.

Если рассмотреть более **практические действия**, то для создания благополучной финансовой системы нужны:

- финансовый резерв (минимум на три месяца жизни без основного дохода);
- регулярные доходы из нескольких источников (активные и пассивные);
- уровень активов, превышающий долги;
- положительная разница между доходами и расходами в семейном бюджете;
- защита жизни и здоровья основных кормильцев.

Например, в вашей семье один источник дохода. Тогда это повод, во-первых, задуматься о поиске новых источников (найти работу второму члену семьи, монетизировать хобби, найти стабильные и выгодные инвестиционные предложения), а во-вторых, позаботиться о жизни и здоровье основного кормильца.

Как учиться финграмотности во взрослом возрасте?

Изучать что-то новое во взрослом возрасте не всегда просто. У каждого взрослого уже есть жизненный опыт, уровень доверия к определённым экспертам и мотивации, количество свободного времени, психологические установки, связанные с финансами и так далее. Но даже при всём этом багаже личных особенностей реально повышать уровень финансовой грамотности.

Вот несколько советов, с чего начать.

- **Продумайте личную мотивацию для изучения.** Допустим, вы недовольны тем, что зарплаты хватает впритык: всё уходит на квартплату, еду, кружки для детей. Нет денег для накоплений, отдыха и внезапных «хотелок». В этом случае мотивацией для вас станет увеличение качества жизни и формирование безопасного будущего для себя и своих детей.
- **Соотносите теорию с практикой.** Если эксперты говорят инвестировать в акции крупных корпораций, а ваш состоятельный друг уже так делает, это ещё не значит, что и вам нужно этому следовать. Оцените критически, насколько вам близок такой финансовый инструмент, как инвестиции, есть ли у вас на него свободные деньги, готовы ли вы потерять средства в рискованной ситуации. Если не готовы, попробуйте найти комфортные для вас возможности. В том же инвестировании менее рискованными вариантами являются облигации, государственные инвестиционные счета, паевые фонды, недвижимость.

- **Запланируйте время.** Стать финансово грамотным — ваша образовательная цель. Найдите на неё время, когда вас никто не будет отвлекать. Это могут быть выходные или небольшие утренние занятия до работы.
- **Заведите дневник.** Финансовая грамотность — это теория и практика. Ведите конспекты уроков и сразу же ставьте себе конкретные задачи. Когда выполните задачу, вычёркивайте её из чек-листа.
- **Заручитесь поддержкой.** Делитесь своими результатами с родными и друзьями, а ещё лучше — найдите единомышленников, которые тоже решили подтянуть уровень финансовой грамотности. Например, у вас цель — создать такой резерв, чтобы год не работать, а у вашего супруга — накопить на новую машину. Попробуйте каждый месяц делиться промежуточными результатами.
- **Не распыляйте внимание на огромное количество источников информации.** Выберите пару источников, которые вызывают доверие, и изучайте всё по ним. Когда придёт время углубить знания в какой-то области, вы можете найти другой ресурс.
- **Выполняйте практические задания.** Всегда помните о специфике области знаний, с которой работаете. Финграмотность требует практики. Допустим, вы изучили формирование бюджета. После урока сядьте и составьте табличку своих расходов, доходов и накоплений, сделайте выводы.
- **Используйте критическое мышление.** Не доверяйте экспертам слепо, ставьте решение под сомнение, задавайтесь вопросами, а почему это так, а как можно сделать по-другому, есть ли более эффективный вариант и так далее. Мысли и возражения фиксируйте в дневнике, спустя время вы сможете дать на них аргументы, которые помогут двигаться дальше.
- **Не давайте негативному опыту брать верх.** Если не делали этого раньше — ничего страшного. Не получилось выполнить задание или не поняли тему — не ругайте себя, такое бывает со всеми. Просто дайте себе время и пробуйте заново.

Что лежит в основе финансовой стратегии?

В основе управления личными финансами лежат далеко не деньги, а эмоции и желания, которые со временем перерастают в цели. Деньги — лишь инструмент реализации.

Чтобы находить баланс между текущим потреблением и будущими планами, нужно тренировать [осознанное поведение](#). Оно поможет точнее понять истинные потребности и в конечном итоге сформировать финансовую стратегию.

Иногда мы делаем выбор в пользу трат в настоящем, при этом забывая про будущее. Настоящее кажется более обозримым, а насчёт будущего возникают сомнения и страхи. В любом случае нужно помнить о рисках, которые могут возникнуть и поставить под угрозу финансовое планирование.

Мечты и желания безграничны, а финансы ограничены. Поэтому надо уметь расставлять приоритеты — проводить анализ наиболее значимых целей.



Пример колеса баланса

Инфографика: Skillbox Media

Поможет в этом техника **«Колесо жизненного баланса»**. Это упражнение используют, чтобы определить, в каких сферах жизни человек чувствует себя удовлетворённым и неудовлетворённым. Но когда у вас будет общее представление о том, почему именно вы недовольны своей жизнью, вы сможете понять, какую роль в ней играют финансы. Например, вы отметите, что устали, потому что давно не были в отпуске — а это, возможно, прямая связь с уровнем дохода.

Оцените каждую сферу жизни по шкале от 1 до 10 и закрасьте соответствующее количество ячеек в каждом секторе. Количество и название сфер жизни можно определить персонально для себя.

Как ставить финансовые цели и достигать их?

Финансовые цели — это желания, планы и мечты, выраженные в деньгах, это то, без чего невозможно построить личную финансовую стратегию.

Чтобы лучше понять, какие финансовые цели могут стоять перед нами в разном возрасте, давайте посмотрим на линию экономической активности людей. Как правило, жизнь человека делится на следующие этапы:

- **Детство и юность** (до 18 лет) — это этап, когда ещё нет материальной ответственности, но уже есть возможность научиться зарабатывать и распоряжаться теми деньгами, которые дают родители.

- **Период финансового становления и активного труда (18–60 лет)** — этот период связан с финансовой напряжённостью, потому что количество задач и желаний увеличивается и нужно уметь распоряжаться имеющимися средствами, чтобы на всё хватало.
- **Финансовая зрелость, пенсия (после 60 лет)** — этап, на котором доходы снижаются. Уровень жизни зависит от того, насколько человек хорошо подготовился в период активного труда.

Этот инструмент позволяет посмотреть на жизнь со стороны и понять, какие цели и планы могут быть первостепенными в тот или иной момент. Таким образом, по приоритетности цели можно поделить на:

- **Основные.** К сожалению, немногие люди задумываются о том, как они будут жить в то время, когда не смогут работать в таком же темпе, как в период активного труда. Но создание пассивного дохода или просто накоплений, за счёт которых можно будет достойно жить на пенсии, должно стать одной из основных финансовых целей. К основным целям также можно отнести создание финансовой подушки безопасности и погашение кредитов.
- **Значимые.** Здесь можно назвать покупку недвижимости для жизни сейчас, образование детей (или своё собственное), стартовый капитал для детей (в виде недвижимости или накоплений).
- **Прочие.** Планы на ближайшее будущее — покупка машины, путешествие, лечение, крупные покупки для дома.

Все эти цели разных масштабов, но способ их достижения универсален. Чтобы правильно ставить цели и приходить к ним, советуем использовать **методику SMART**. По этой методике цель должна быть конкретной (specific), измеримой (measurable), достижимой (attainable), важной (relevant) и ограниченной во времени (time-bound).



Инфографика: Майя Мальгина для Skillbox Media

Конкретно. Повысить профессиональную квалификацию, пройдя онлайн-курс по топ-менеджменту и управлению командами.

Измеримо. Курс стоит 150 тысяч рублей.

Достижимо. Да, есть сбережения (70 тысяч рублей) и подработка (25 тысяч рублей в месяц).

Актуально. Да, без этого не будет повышения и карьерного роста.

Ограничено во времени. За три месяца необходимо получить нужную сумму и начать обучение.

После того как желания преобразовались в конкретные цели, приступайте к расчётам. Можно выполнить их самостоятельно или воспользоваться готовыми финансовыми калькуляторами. На этом этапе финансовой стратегии оцените не только то, сколько денег потребуется, но и уровень инфляции и ставку доходности выбранного накопительного инструмента.

Цель	Инструмент
Накопить на пенсию	Инвестиционный портфель
Накопить детям на обучение	Накопительное страхование жизни
Накопить на новую машину	Банковский вклад

Подробнее о том, как выбирать финансовые инструменты под разные цели, мы рассказываем на курсе «[Финансовая грамотность: как ставить финансовые цели и достигать их](#)».

КУРСЫ: Финграмотность: учимся управлять бюджетом, копить и инвестировать

Вы узнаете, как контролировать расходы и доходы, выгодно использовать кредиты и господдержку, грамотно инвестировать. Поставите личные финансовые цели и разработаете стратегию, чтобы их достичь.

https://skillbox.ru/course/financial-literacy-2/?utm_source=media&utm_medium=link&utm_campaign=all_all_media_links_links_articles_all_skillbox