

Bábosik Mária – Hergár Eszter

Mennyire nyomasztó az anyagi helyzetünk:

pénzügyi egészségünk sok mindent elárul rólunk

Már mérhető, hogyan befolyásolják pénzügyeink

a mentális és fizikai állapotunkat

Egyre gyakrabban találkozhatunk a „pénzügyi egészség” (financial health) kifejezéssel a fogyasztók pénzügyi helyzetének kapcsán. A megfogalmazás nem újkeletű, ám térhódítása az utóbbi években különösen látványos. Cikkünkben górcső alá vesszük a pénzügyi egészség fogalmát, elemeit, bemutatjuk mérési lehetőségeit, emellett adunk néhány tippet a javítására. Kutatások bebizonyították: a pénzügyileg egészséges emberek általában jobb fizikai, mentális, szociális és családi egészséggel rendelkeznek.

Mi is az a pénzügyi egészség?

A pénzügyi egészség az egyén vagy háztartás pénzügyi helyzetének leírására használt kifejezés, azt fejezi ki, hogy az egyén vagy háztartás mennyire tudja egyensúlyban tartani pénzügyeit a jelenben és a jövőben. Fogyasztói szempontból megfogalmazva a pénzügyi egészség azt jelenti, hogy pénzügyi biztonságban érzem magam, és rendelkezem a pénzügyi döntéseim szabadságával – a jelenben és a tervezett jövőben. A tudományos megfogalmazás így szól: „A pénzügyi egészség az anyagi biztonság és a pénzügyi választás szabadságának érzése a jelenben és a jövőre nézve.”

A pénzügyi egészséghez a pénzügyi tudás és képesség, a pénzügyi magatartás, és a pénzügyi helyzet hármas tényezője mentén jutunk el. Fő elemeit kiadásaink, megtakarításaink, kölcsöneink és – sokszor meg sem fogalmazott – pénzügyi terveink alkotják.

Ma már mérni tudjuk

Pénzügyi egészségünk mérésére ma már speciálisan erre a célra kialakított tesztek állnak rendelkezésre. A tesztek általában a pénzügyi egészség fő elemeire vonatkozó 8-10 egyszerű kérdésből állnak, amelyekre az előre megadott 4 válaszlehetőség egyikét kell bejelölni. A speciális kérdőívek emellett 2-3 demográfiai kérdést is tartalmaznak, amelyek további elemzésekhez nyújtanak segítséget. A válaszok alapján a

tesztek egy összpontszámot adnak ki, amely a teszt kitöltőjét besorolja a pénzügyi egészség szempontjából kialakított kategóriák egyikébe.

Melyek a jellemző kategóriái?

Adott helyzetünk alapján pénzügyi egészségünk több kategóriába sorolható. Leggyakrabban három besorolást alkalmaznak a szakemberek, ez alapján lehetünk pénzügyileg teljesen egészségesek, vagy nehézségekkel küzdők, vagy pénzügyileg sérülékenyek. Négy alapkategória használatával – a középső kategória kétfelé bontásával – valamivel pontosabb diagnózis adható: pénzügyileg egészséges, pénzügyeivel könnyen megbirkózik, pénzügyeivel nehezen birkózik meg, pénzügyileg sérülékeny. A pénzügyileg egészséges emberek sikeresen kezelik pénzügyeik minden területét. Aki pénzügyeivel többé-kevésbé megbirkózik, azzal előfordulhat, hogy bizonyos területeken boldogul, másokon viszont nehézségekkel küzd. A pénzügyileg sérülékeny emberek vagy háztartások pedig nehezen tudják kifizetni a számláikat, nem tervezik meg bevételeiket és kiadásait, valamint nem tudnak megtakarítani a jövőre.

Így tudjuk javítani pénzügyi egészségünket

A pénzügyi egészség többféleképpen javítható annak mentén, hogy melyik kategóriába kerültünk a teszt elvégzésekor. Ha nem a legjobb besorolást kaptuk, akkor első körben ismereteink bővítésével, plusz információk megszerzésével és a pénzügyi tudatosságunk erősítésével javíthatunk helyzetünkön. Ám ez csak a kezdeti lépés: az érdemi javuláshoz a pénzügyi magatartásunkat és szokásainkat is módosítani kell. Ez egyfajta életmódváltást is jelent, hiszen pénzügyi szokásaink megváltoztatása a mindennapokban valósul meg. Végül a pénzügyi egészségünk eléréséhez elkerülhetetlen a bevételeink és kiadásaink alapos átgondolása és megváltoztatása is.

Az ismeretbővítéshez, költségvetésünk megtervezéséhez ma már rengeteg hasznos tanácsot találhatunk hiteles forrásból. A Magyar Nemzeti Bank Pénzügyi Navigátor honlapján hiteles és érvényes pénzügyi információkat olvashatunk, aktuális élethelyzetünk alapján különböző kalkulátorokat találhatunk. Az alkalmazások címszó alatt kitölthetjük a háztartási költségvetést tervező kalkulátort, segítséget kaphatunk bankszámla-, betét-, illetve hiteltermékek választásához, kiszámíthatjuk hitelünket, összehasonlíthatjuk az életbiztosítások és önkéntes nyugdíjpénztárak költségeit, valamint elérhetjük a családtámogatási kalkulátort is. Emellett országszerte ingyenesen igénybe vehetjük a Pénzügyi Navigátor Tanácsadó Irodahálózatot, ahol a szakértők

független, részletes, személyre szabott tájékoztatást és segítséget nyújtanak a hozzájuk fordulóknak.

Miért fontos a pénzügyi egészség?

A pénzügyileg egészséges emberek általában jobb fizikai, mentális, szociális és családi egészséggel rendelkeznek – ezt immár több kutatás is bebizonyította. Ahogyan azt is, hogy a pénzügyileg a legrosszabb helyzetben lévők minden egészségi mutatója rosszabb, mint a pénzügyileg egészségesebb társaiké. A fizikai egészséghez hasonlóan a pénzügyi egészség is fontos a boldog és sikeres élethez. A szilárd pénzügyi alap megteremtése megalapozza a stabil és biztonságos pénzügyi jövőt, ami kulcsfontosságú mind az egyének és családok, mind a társadalom számára.

„Szerkesztett formában megjelent az Origo.hu oldalon 2022. június 2-án.”