

Как правильно распоряжаться деньгами?

«Куда деньги деваются?» - вопрос почти риторический. Ответ на него лежит где-то на поверхности, но все время не дается в руки. Недаром психологи считают его одним из самых противоречивых и путанных. Некоторые люди считают, что при помощи денег можно решить все проблемы. Кто-то винит деньги в том, что они разрушили жизнь.

Но мы все время забываем, что деньги не могут быть хорошими или плохими. Это всего лишь инструмент, позволяющий прожить жизнь так, как мы хотим или заслуживаем. Все правильно. Но согласитесь: без денег плохо. Да что там, без денег жить почти невозможно.

Управлять своими доходами – это целая наука. Недаром в западных странах уже давно существуют специальные агентства, которые оказывают услуги под названием «Money management» – помощь в управлении денежными средствами.

Большинство из нас, конечно, обратиться за услугами к таким агентствам не в состоянии. Но воспользоваться некоторыми советами мы можем.

Разработаны психологические упражнения, которые полезны для финансового «оздоровления».

Упражнение 1. Накачивание финансовых мускулов – сбережения «в чулок».

Во-первых, посчитайте все фиксированные расходы за месяц. Это плата за коммунальные услуги, Интернет, услуги связи, платежи по имеющимся кредитам, расходы на транспорт, обеды.

Во-вторых, к полученной сумме прибавьте планируемые «неизбежные» расходы – например, поход к дантисту или парикмахеру.

В-третьих, отнимаем полученную сумму от вашего месячного дохода.

Остаток и является целью данного упражнения.

Разделим остаток на две части. Первую часть вы разрешаете себе потратить. Вторую откладываете «в чулок» (варианты – в сейф, на депозит и т.д.).

Чем больше удалось отложить, тем в лучшем состоянии ваши финансовые мускулы и выше шансы «не утонуть» в случае наступления тяжелых времен.

Упражнение 2. Сжигаем жир – избавляемся от лишних трат.

При выполнении данного упражнения записываются абсолютно все покупки (до самых мелких, таких как мороженое или пачка сигарет). Через две недели съядьте и спокойно подумайте, что из данного списка можно вычеркнуть. Вы ужаснетесь, как много ненужных вещей приобрели за это время. Практика показывает, что финансовое положение можно улучшить благодаря одному факту учета. Вы начнете обращать внимание на свои расходы и не покупать лишнее.

Упражнение 3. Привыкаем вести здоровый образ жизни.

Постараемся привить себе здоровые платежные привычки и избавиться от тех, которые наносят урон нашему кошельку.

Первая хорошая привычка – сразу же по получении заработной платы оплачивать все свои долги по квартплате и по кредитам.

Вторая хорошая привычка – при посещении торговых центров и магазинов брать строго фиксированную сумму наличных на заранее запланированные покупки. Это спасет вас от ненужных покупок. Ведь как часто придя домой, мы обнаруживаем, что приобретенная вещь нам абсолютно не нужна. Если что-то вас заинтересует в магазине, за ней можно сходить еще раз.

Третья хорошая привычка – не покупать «сомнительных» вещей. Для этого необходимо научиться жить по принципу: «Я не настолько богат, чтобы покупать дешевые вещи».

Благодаря соблюдению «финансовой» диеты наша жизнь станет не только более стабильной и безопасной, но и более приятной – мы не просто будем экономить деньги, но и привыкнем тратить их на важные и полезные вещи.

Автор - **Светлана Губанова**

[Источник](#)