

Katarzyna Czarnecka, 3 lutego 2015

O tym, jak nauczyć się oszczędzać

## Milion zaczyna się od złotówki

Prof. Agata Gąsiorowska o psychologii oszczędzania.

Artykuł dostępny tylko dla abonentów Polityki Cyfrowej

### Katarzyna Czarnecka: – Jak się nauczyć odkładania pieniędzy?

**Agata Gąsiorowska:** – A nie zapyta pani, co to w ogóle jest oszczędzanie? To ważne, bo pod tym pojęciem kryją się dwie sytuacje. Wymagające podobnych cech, ale związane z innym postępowaniem. Oszczędzamy po to, żeby móc ponieść później większe wydatki: kupić mieszkanie, nowy komputer, pojechać na wakacje; lub – na czarną godzinę, czyli żeby w przyszłości mieć jakiś finansowy bufor. Tego samego słowa używamy na określenie sytuacji, kiedy po prostu staramy się zmieścić w miesięcznym budżecie. Kiedy oszczędzamy wodę, prąd czy gaz, żeby ponosić mniej stałych kosztów i kupujemy wyłącznie rzeczy niezbędne.

I tu ujawnia się paradoks. Jesteśmy w stanie zacisnąć pasa, kiedy trzeba spać początek miesiąca z końcem, uważamy, że to jest w zasięgu naszych możliwości. A nie jesteśmy w stanie zrobić tego samego po to, żeby uskładać pieniądze na później. Ponad dwie trzecie Polaków deklaruje, że to jest bardzo mądre i rozsądne, a mimo to prawie tego nie robimy. Tymczasem mechanizmy psychologiczne, które stoją za każdym z tych rodzajów oszczędzania, są dokładnie takie same.

### Jeśli nie zarabia się za dużo albo jeszcze ma się nieregularne dochody, to moim zdaniem jest problem.

Nie zgadzam się. Myślenie: zarabiam zbyt mało, żeby oszczędzać, to powszechny i najpoważniejszy błąd. Kwoty, które człowiek jest w stanie odłożyć – 30 zł czy 1000 zł miesięcznie – rzeczywiście zależą od dochodów. Ale sam fakt, że oszczędza, jest kwestią nawyku.

### Ustalenie sobie procentu od dochodu, który zawsze odkładamy, jest dobrym pomysłem?

Najprostszą drogą do oszczędzania jest zastanowienie się nad tym, jaka kwota codziennie to są „nie-pieniądze”. Jaka kwota jest na tyle mała, że możemy uznać, że jej nie ma? Jeżeli ustalimy, że 10 zł, 5 zł czy nawet złotówka, dokładnie tę sumę odkładamy. To są przecież pieniądze, o których myślimy, że nie istnieją, więc niczego się nie pozbawiamy. A 5 zł razy 30 dni w miesiącu razy 12 miesięcy to 1,8 tys. zł rocznie.

### Nie oszczędzamy w ten sposób, bo mamy kłopoty z mnożeniem?

Tak. Często w reklamach przekonuje się nas, że coś tam kosztuje nas dziennie mniej niż gazeta. I dajemy się złapać. Jesteśmy pewni, że to nie jest żaden wydatek, bo właśnie nie przeliczamy tego na większe kwoty. A przecież tym samym mechanizmem, którym manipulują nami różnego rodzaju firmy, moglibyśmy sami siebie zmanipulować, żeby oszczędzać.

### Dlaczego tak niewiele osób potrafi to zrobić?

Bo w to trzeba włożyć wysiłek.

## Niezbędna dyscyplina

### Co mają w sobie ci, którzy jednak potrafią?

W badaniach mówi się o trzech najważniejszych elementach, które składają się na umiejętność oszczędzania, przy czym na pierwszym miejscu zawsze stawia się samokontrolę. Składają się na nią cierpliwość, której można się nauczyć już w bardzo młodym wieku, oraz umiejętność odraczania gratyfikacji – powiedzenia sobie: teraz sobie czegoś odmówię i poniosę trochę więcej kosztów psychologicznych, ale za to za jakiś czas będę miał więcej zysków, zarówno z tego, że będę mógł skorzystać z rzeczy, na które sobie odłożę, oraz zysków psychologicznych, bo wytrwałem, dałem radę. Psycholog Walter Mischel w latach 60. rozpoczął eksperyment z piankami marshmallow. Dawał czteroletnim dzieciom jedną i obiecywał, że jeśli nie zjedzą jej od razu, za jakiś czas dostaną drugą. Kiedy dzieci dorosły, spotkał się z nimi znowu. Okazało się, że te, które były w stanie poczekać na drugą piankę, osiągały lepsze wyniki w szkole i w pracy, w ogóle lepiej sobie radziły w życiu. Potrafiły wyznaczać sobie cele i konsekwentnie je realizować. A na tym właśnie polega oszczędzanie.

Drugi ważny element – powiązany zresztą z pierwszym – to wiedza ekonomiczna. Im lepiej człowiek rozumie, dlaczego zabezpieczenie finansowe jest ważne, tym większe prawdopodobieństwo, że będzie angażować się w różne formy oszczędzania. Niestety, wiedza ekonomiczna Polaków jest taka, że ręce opadają. Prof. Uniwersytetu Warszawskiego Dominika Maison w swoich badaniach zadała 20 pytań. Uczestnicy odpowiedzieli poprawnie średnio na zaledwie 9. A to były proste „zagadki” w stylu: czy karta debetowa działa tak samo jak karta kredytowa?

### Aż tak jest pod tym względem z Polakami źle?

Zazwyczaj nie rozumieją, jaką wartość ma poduszka finansowa i jak duża musi być, by byli w stanie normalnie funkcjonować. Nie wiemy, jakie emerytury dostaniemy ani co trzeba zrobić, żeby je uzyskać. Nie wiemy nawet, jaka jest różnica między kredytem a oszczędzaniem.

### **Czy osoby lepiej wykształcone mają większą wiedzę ekonomiczną?**

Nie zawsze. Mało tego – bardzo często jest tak, że ci, którzy na poziomie teoretycznym wszystko doskonale rozumieją, nie potrafią tej wiedzy wykorzystać praktycznie. Znam osobę, która była menedżerem zarządzającym w instytucji powiązanej z finansami, a miała długi na siedmiu kartach kredytowych, które na przemian spłacała i nie wiedziała, co ma z tym problemem zrobić. Wiedza ekonomiczna nie nam nie da, jeżeli zabraknie samokontroli.

### **Co jest tą trzecią sprawą ważną przy oszczędzaniu?**

Pełna świadomość, skąd mamy pieniądze. W naszych badaniach dzieci dostawały zabawkowe banknoty, które mogły wymieniać na różne nagrody albo musiały je zarobić, na przykład robiąc przysiady albo rozwiązując proste łamigłówki. Jeżeli wkładały wysiłek w uzyskanie pieniędzy, łatwiej było im zaoszczędzić, niż wtedy, kiedy miały poczucie, że spadły im one z nieba. Ten mechanizm wyraźnie widać u dorosłych w przypadku zwrotu podatku. Wielu z nas uważa, że to prezent od urzędu skarbowego, który można przepuć na głupoty.

### **Cóż, potwierdzam.**

No właśnie. A to są przecież ciężko przez nas zarobione pieniądze, które – mówiąc w uproszczeniu – pracodawcy odprowadzali w zbyt dużej wysokości. Urząd skarbowy nam je tylko oddaje. Jeśli pomyślelibyśmy w ten sposób, zdecydowanie łatwiej byłoby nam te sumy odłożyć.

Jest jeszcze jeden czynnik, które ma znaczenie przy oszczędzaniu, choć już trochę mniejsze: poziom optymizmu ekonomicznego. I tu znów mamy paradoks.

## **Pomocna racjonalność**

### **Jaki?**

Proszę powiedzieć: jeżeli uważamy, że z gospodarką nic dobrego nie będzie się działo, na przykład spodziewamy się, że będzie wysoka inflacja czy kryzys, co powinniśmy zrobić?

### **Zabezpieczyć się finansowo w miarę możliwości.**

Oczywiście. A wiele osób myśli: skoro będzie kryzys, to lepiej wydać pieniądze natychmiast, skonsumować je, bo kto wie, jaka za chwilę będzie ich wartość. Rosjanie oszczędzali i nagle okazało się, że te ich ruble są nic niewarte. Gdyby je wcześniej zamienili na jakieś tam rzeczy, toby przynajmniej te rzeczy mieli.

### **Dlaczego jednak w takiej sytuacji wydajemy na rzeczy nieważne, zamiast się jakkolwiek zabezpieczyć? Przeczytałam ostatnio o ocalałym z Holocaustu, który zbierał srebrne monety, żeby w razie czego mieć za co kupić chleb. Taka postawa – abstrahując od okoliczności – wydaje mi się racjonalna.**

Pod wpływem doświadczeń granicznych, realnego czy nawet wyimaginowanego zagrożenia, ludzie mogą się zachowywać skrajnie. Bardzo racjonalnie, tak jak w pani przykładzie, albo zupełnie nierozsądnie. Co się stało po 11 września w USA? Ówczesny prezydent George W. Bush powiedział: Dajmy teraz popalić tym terrorystom, pokażmy, jakimi jesteśmy patriotami, i idźmy na zakupy. Zrekompensujmy sobie tę śmierć, tę tragedię. Zakupami wywindujemy gospodarkę. I Amerykanie pobiegli do sklepów wydawać na cokolwiek. Jest bardzo wiele badań w psychologii, które pokazują, że wiele osób wykorzystuje nadmierną konsumpcję jako sposób na zredukowanie lęków. Ci zaś, którzy optymistycznie widzą swoją przyszłość, są bardziej skłonni do oszczędzania. Nasze badania pokazują także że oszczędzanie może lepiej uchronić nas przed lękami egzystencjalnymi niż natychmiastowa konsumpcja.

### **A może Polacy – wciąż pamiętając PRL – sądzą, że państwu czy instytucjom finansowym raczej nie można ufać?**

A Amber Gold był godny zaufania? Oczywiście, Polacy na ogół nie wierzą instytucjom. Ale tutaj ważna jest wyłącznie wiedza ekonomiczna. Bo co tak naprawdę sprawia, że parabanki odnoszą sukces? To, że wiele osób nie rozumie, jaki jest związek między ryzykiem finansowym a potencjalną wysokością stopy oprocentowania na lokacie. Tego, że jeżeli stopa jest mała, tak jak w banku, to dostaną mały zysk, ale na pewno. A jeżeli ktoś im mówi, że mają szansę zarobić bardzo dużo, to mogą zarobić, ale mogą też stracić. Dzisiaj oprocentowanie lokaty wynosi 2 proc., a w 1987 r. sięgało 40 proc. I większość Polaków uważa, że wtedy było lepiej. A te 2 proc. – pytają – co to w ogóle jest; nie opłaca się zanosić pieniędzy do banku. Tyle że wtedy była kilkusetprocentowa inflacja, a dzisiaj jej praktycznie nie ma. Realny zarobek jest, owszem, niewielki, ale jest, a wtedy go w ogóle nie było. Inna sprawa, że jeszcze nie umiemy inwestować.

### **Dlaczego?**

W psychologii ekonomicznej zakłada się, że najpierw trzeba mieć umiejętność i nawyk oszczędzania, dopiero później można wejść na poziom inwestowania. To kolejny etap. Fundacja Kronenberga co roku robi badania „Postawy Polaków wobec oszczędzania”. Wynika z nich, że większość osób, które w ogóle oszczędzają, przyznaje, że nie mają konkretnego celu, a jeżeli już, to głównie wakacje, zakup sprzętów do domu, samochodu. Zabezpieczenie przyszłości swoich dzieci, najbliższych i swojej pojawia się na bardzo odległych miejscach na liście.

### **Ponad 25 lat kapitalizmu to za mało, żeby przejść do etapu inwestowania?**

Z jednej strony nie, bo problem z oszczędzaniem nie dotyczy tylko Polaków – wynika z psychicznej konstrukcji człowieka. Z drugiej jednak strony Amerykanie wiedzą, że jeżeli nie będą oszczędzać, to nie będą w stanie wysłać dziecka do szkoły i nie będą mieć emerytury, bo tak mają zbudowany system społeczny. U nas zaś wiele rzeczy jest bezpłatnych i większość liczy, że jednak ta emerytura jakaś będzie, bo zawsze była, że ta szkoła dla dziecka będzie, bo zawsze była. To powoduje, że czują się trochę zwolnieni z oszczędzania na zabezpieczenie przyszłości.

## **Przydatna kontrola**

## **Wróćmy do cech ważnych przy oszczędzaniu. Co zrobić, jeśli ich nie mamy?**

W takiej sytuacji najprościej jest się zmusić.

### **Nie brzmi to ani łatwo, ani zachęcająco.**

A jednak. W latach 50. psycholog ekonomiczny George Katona postawił tezę, że są przynajmniej trzy rodzaje oszczędzania: mimowolne, dobrowolne i kontraktowe. Z mimowolnym mamy do czynienia wtedy, kiedy wydajemy mniej pieniędzy, niż zarabiamy i odkładamy różnicę. Tyle że to jest oszczędzanie z punktu widzenia ekonomicznego, a nie psychologicznego, bo nie wkładamy w to żadnego wysiłku. Oszczędzanie dobrowolne oznacza, że podejmujemy decyzję o odkładaniu pewnej kwoty co miesiąc. W tym wariantcie najważniejsze jest ćwiczenie samokontroli.

Oszczędzanie kontraktowe zaś to taka sytuacja: nie jesteśmy w stanie sami siebie kontrolować, więc angażujemy się w pewien formalny układ, w którym robi to za nas ktoś inny. Podpisujemy umowę z firmą ubezpieczeniową, że będziemy co miesiąc wpłacać składkę na fundusz emerytalny i jeżeli się nie wywiążemy, będziemy musieli ponieść jakąś karę. Ustawiamy sobie automatyczny przelew niewielkiej kwoty dziennie lub tygodniowo na konto oszczędnościowe, z którego nie wolno wypłacić pieniędzy. Ciekawym rozwiązaniem, które wprowadza już wiele banków, jest zaokrąglenie i przelewanie na osobne konto kwoty każdego przelewu czy opłaty kartą: kiedy płacimy 37,50 zł, to 2,50 zł – czyli owo zaokrąglenie do 40 zł – jest odkładane.

Takie rozwiązania to wysublimowane wersje tego, co znamy z dzieciństwa: skarbonki nie można po prostu otworzyć – by wyciągnąć ze środka pieniądze, trzeba ją uszkodzić. A rozbicie świnki jest na tyle spektakularne, że przedtem raczej się cztery razy zastanowimy, czy na pewno w tym momencie chcemy się dostać do zgromadzonych w niej pieniędzy.

Możemy też sobie ułatwić oszczędzanie, stawiając przed sobą konkretny cel: na przykład mieć dodatkowe 500 zł na wakacje, za które będziemy mogli jeść w restauracjach, bawić się i miło spędzać czas.

### **Czyli przepuszczać pieniądze? Jak to się ma do zabezpieczenia na czarną godzinę?**

Jeśli nauczymy się oszczędzać na konkretne cele, będziemy w stanie później oszczędzać na te niekonkretne. Czarna godzina jest niekonkretnym celem, bo nigdy nie wiadomo, kiedy ona nadejdzie, więc nie znamy odpowiedzi na pytanie, czy już mamy wystarczająco dużo zaoszczędzone. Podobnie z dodatkowymi środkami na lata emerytury – nie wiadomo, ile będziemy potrzebować. I takie oszczędzanie jest trudne. Jeśli jednak odniesiemy sukcesy w zbieraniu na małe, proste rzeczy z konkretnym terminem, z czasem będzie nam łatwiej robić coraz większe oszczędności.

### **Wielu osobom oszczędnością wydaje się polowanie na niskie ceny. Mają rację?**

Gdy kupujemy w promocji, chcemy myśleć o sobie, że jesteśmy sprytni i oszczędni. Powinniśmy jednak zapytać siebie: czy normalnie byśmy te rzeczy kupili, bo są nam potrzebne, czy rozpatrywaliśmy ich zakup, kiedy jeszcze były droższe? Jeśli odpowiedź brzmi tak – oszczędziliśmy bez dwóch zdań. Jeśli nie, to nawet jeżeli coś było przecenione z tysiąca na 15 zł, wydaliśmy te 15 zł bez sensu. Nie umiemy się powstrzymać od szaleństw na wyprzedających? Omijajmy centra handlowe, a zakupy spożywcze róbmy przez internet.

### **Czy to jednak nie jest zbyt łatwe, żeby było bezpieczniejsze?**

I tak, i nie. Przez internet nie płacimy gotówką. A z badań neurofizjologicznych wiemy, że kiedy rozstajemy się z monetami czy banknotami, w naszych mózgach uaktywniają się obszary związane z odczuwaniem fizycznego bólu. Karta nie uruchamia tego mechanizmu i to może być problem z kupowaniem przez internet. Z drugiej strony mamy możliwość łatwego porównania cen produktów i ich cech, czego nie jesteśmy w stanie zrobić w sklepie. No i nie wystawiamy się na wszystkie bodźce – muzykę, oświetlenie, kolory, tłok, presję czasu – więc jesteśmy w stanie bardziej się kontrolować. Oczywiście, jeżeli ktoś jest superimpulsywnym kupującym, to nic mu nie pomoże. Ale kiedy rozważamy zakupy w domu przed własnym komputerem, prawdopodobieństwo, że podejmiemy złą decyzję, jest zdecydowanie mniejsze.

## **Rozsądna równowaga**

### **A można się uzależnić od oszczędzania?**

Oczywiście. Można wpaść w pułapkę niewydawania – obsesyjnego sprawdzania, czy coś w innym sklepie nie jest tańsze o 20 gr, ciągłego myślenia: nie stać mnie na to, nie powinienem tego mieć. Albo widząc, jak kupka oszczędności narasta, ulegać pozytywnym emocjom, które także przecież mogą uzależnić. I możemy się stać tacy, jak Ebenezer Scrooge z „Opowieści wigilijnej” Karola Dickensa.

### **Jak się z tego wyrwać?**

On się wyrwał dzięki duchom, które go skonfrontowały z własną śmiertelnością, i spowodowały, że zbliżył się do ważnych dla siebie ludzi. Fikcja literacka fikcją, ale z badań wynika, że najważniejszym warunkiem szczęścia są dobre relacje społeczne. Jeżeli dbamy o nie, profity psychologiczne wynikające z oszczędzania mają mniejsze znaczenie. Jeśli zaś nie jesteśmy w stanie zbudować na nich dobrostanu psychologicznego, to szukamy obszarów, w których sobie te deficyty rekompensujemy. Pieniądze są takim obszarem. Tyle że oszczędzanie w tym momencie jest tylko po to, żeby mieć przysłowiową skrzynię ze złotem, gdzie można włożyć ręce, przesypywać monety i dzięki temu mieć złudne poczucie bezpieczeństwa i szczęścia.

### **Na początku powiedziała pani, że oszczędzania najlepiej się uczyć w dzieciństwie. Jak sobie radzą dorośli Polacy?**

Z teorii ekonomicznych wynikałoby, że ludzie młodzi nie oszczędzają, bo zarabiają mniej, niż potrzebują wydawać, więc żyją na kredyt. Osoby w średnim wieku oszczędzają, ponieważ kumulują kapitał. A ludzie w starszym wieku nie oszczędzają, ponieważ żyją ze skumulowanego kapitału.

Tymczasem analizy rzeczywistego oszczędzania pokazują, że największy z nim problem mają mężczyźni w wieku ok. 40 lat. Oni najlepiej zarabiają, ale myślą: to cały czas za mało, mam większe aspiracje, co powoduje, że nie są zadowoleni ze swojej sytuacji finansowej, a skoro tak, to uważają, że nie stać ich, żeby oszczędzać.

Najlepiej zaś radzą sobie osoby starsze, szczególnie kobiety. Nieraz widzimy rodziny, które żyją z jednej biednej emerytury babci. Ona jakoś jest w stanie podzielić pieniądze. Badania prof. Maison udowodniły, że te osoby, które teoretycznie mają najniższe dochody, wcale nie są automatycznie niezadowolone ze swojej sytuacji finansowej, bo potrafią zbilansować to, ile wydają, z kwotą, którą mają do dyspozycji. Myślą w kategoriach: to mi wystarczy. I zawsze mają pieniądze na cukierki dla wnucząt.

rozmawiała **Katarzyna Czarnecka**

\*\*\*

**Dr hab. Agata Gąsiorowska** jest psychologiem ekonomicznym, profesorem Wydziału Zamiejscowego we Wrocławiu SWPS. Zajmuje się psychologią ekonomiczną i zachowaniami konsumentckimi, a w szczególności psychologicznymi funkcjami pieniędzy i bezrefleksyjnym kupowaniem. Bada wpływ pieniędzy na funkcjonowanie człowieka i indywidualne różnice w zakresie postaw wobec pieniędzy. Jest autorką książki „Psychologiczne znaczenie pieniędzy” (recenzję czytaj na s. 18).