

**Od przemocy
ekonomicznej**

**do
niezależności**

Opracowała: **Małgorzata Bładowska-Wrzodak**
przy wsparciu merytorycznym zespołu CPK

Warszawa 2012

poradnik finansowy dla kobiet



Fundacja Kronenberga citi handlowy

Centrum Praw Kobiet
ul. Wilcza 60/19
00-679 Warszawa
tel. (48 22) 652 01 17
tel./fax: (48 22) 622 25 17
e-mail: temida@cpk.org.pl
<http://www.cpk.org.pl>; <http://www.cpk.org.pl/finanse>

© Centrum Praw Kobiet i Fundacja Kronenberga przy Citi
Handlowy

Redakcja i korekta: Andrzej Dominiczak, Magdalena Papuzińska

Wydanie pierwsze
Poradnik sfinansowany ze środków Fundacji Kronenberga przy Citi
Handlowy

ISBN 978-83-89888-17-4

Egzemplarz bezpłatny

Opracowanie graficzne i skład: Meritum21
Druk: Usługi Wydawniczo-Poligraficzne Paper & Tinta

Spis treści

Rozdział 1: Nierówność w dostępie do zasobów finansowych a przemoc ekonomiczna	6
Sprawiedliwy układ ekonomiczny w związku partnerskim a realia życiowe polskich rodzin	6
Tradycyjny podział ról w rodzinie a dostęp do pieniędzy i informacji na ich temat	7
Kiedy nierówność staje się przemocą?	13
Prawo jest po Twojej stronie	17
Rozdział 2: Dług – dowiedz się, czy Cię obciąża i spłacaj według planu	20
Nie wpadaj w panikę i zabezpiecz się	21
Zabezpiecz się przed dalszymi długami i na okoliczność procesu sądowego	21
Pomoc socjalno-finansowa	22
Dowiedz się, czy i w jakim stopniu odpowiadasz za długi męża	23
Dług z punktu widzenia prawa	24
Jak wyjść z pętli zadłużenia?	30
Bank, komornik i Ty – wszystkim zależy na spłacie długu	33
Wskazówki na wolną od długów przyszłość	34
Rozdział 3: Zamień negatywne przekonania na afirmację dobrobytu	37
Rozdział 4: Budżet domowy – działaj według planu	44
Zarządzasz czy rozporządzasz pieniędzmi?	44

Rozdział 5: Budżet domowy w pięciu krokach	46
Krok pierwszy: rejestrowanie wydatków	46
Krok drugi: analiza kwartalnych wydatków	49
Krok trzeci: w poszukiwaniu modelu wydatków	51
Krok czwarty: planowanie większych wydatków	52
Krok piąty: tworzenie budżetu domowego	52
Pracuj nad budżetem, dopóki nie uznasz, że jest taki, jaki być powinien	52
Rozdział 6: Oszczędny styl życia receptą na zasobną przyszłość	56
Rachunek bieżący a rachunek oszczędnościowy	56
Po pierwsze ustal, na jakie cele chcesz przeznaczyć oszczędności	58
Po drugie zacznij stosować zasadę „zapłać najpierw sobie”	60
Po trzecie zautomatyzuj proces odkładania na konto/a oszczędnościowe	61
„Zapłać najpierw sobie” a nieprzewidziane wydatki	62
Zaczynasz nowy miesiąc: krok po kroku, ziarnko do ziarnka	63
Rozdział 7: Jak zacząć inwestować?	67
Kobiety mają predyspozycje, by być skutecznymi inwestorkami	68
Podstawowe produkty oszczędnościowo-inwestycyjne	69
Depozyty gwarantowane, czyli konta oszczędnościowe i lokaty bankowe	69

Produkty inwestycyjne: akcje, obligacje i fundusze inwestycyjne	70
Inwestowanie alternatywne	74
Rozdział 8: Oszacuj swój majątek i naucz się nim zarządzać	76
Jak bardzo jesteś zamożna?	76
Rozdział 9: Ubezpieczenie. Czy chcesz chronić siebie i swoją rodzinę?	81
Ubezpieczenie na pewien okres życia czy ubezpieczenie na stałe?	81
Na jaką kwotę powinnaś się ubezpieczyć?	82
Będę wpłacać i wpłacać, a czy będę mogła wypłacić?	84
Pozostałe rodzaje ubezpieczeń	86
Rozdział 10: Emerytura – zadbaj o swoją starość	87
Podstawowe zasady oszczędzania na emeryturę	90
Podstawowe informacje o polskim systemie emerytalnym	91
Wizualizacja zasobnej emerytury	95
Rozdział 11: Rekomendacje na przyszłość	97
Rozdział 12: Edukacja finansowa dzieci	100
Zakończenie	103
Gdzie po pomoc?	104

Rozdział 1.

Nierówność w dostępie do finansów a przemoc ekonomiczna

Droga Czytelniczko! Trzymasz w swoich rękach poradnik, którego celem jest przekazanie Ci niezbędnej wiedzy na temat finansów osobistych oraz wybranych aspektów prawnych i psychologicznych sytuacji kobiet, które doświadczyły lub mogą doświadczyć przemocy ekonomicznej.

Sprawiedliwe relacje ekonomiczne w związku partnerskim a realia życiowe polskich rodzin

Zastanówmy się najpierw, na czym polega uczciwy układ finansowy łączący dwoje ludzi pozostających w związku małżeńskim lub partnerskim. W Polsce rzadko zadajemy sobie to pytanie, choć często relacje, które uważamy za „normalne”, są w istocie niesprawiedliwe, a w sytuacji kryzysu w związku nabierają cech przemocy ekonomicznej, której ofiarą padają najczęściej kobiety.

W polskim prawie jest zapis, który wyraźnie stwierdza, że **oboje małżonkowie powinni przyczyniać się do utrzymania rodziny według swoich sił i możliwości zarobkowych i majątkowych**. Zacznijmy od różnic w wysokości dochodów pomiędzy małżonkami – dochodów, które powinni wносить do utrzymania wspólnie prowadzonego gospodarstwa domowego.

Kobiety zarabiają przeciętnie o 20 do 30¹ procent mniej niż mężczyźni. Istnieje szereg czynników, które wpływają na ich pozycję na rynku pracy. Jeżeli dojdzie do kumulacji tych czynników, sytuacja zawodowa i dochody kobiety mogą się drastycznie różnić od dochodów i pozycji jej męża.

Kobieta ma na ogół niższe dochody i niższy status zawodowy od swojego męża, ponieważ m.in.:

pracuje w sfeminizowanym zawodzie (w ochronie zdrowia, oświacie, usługach, w sieci sprzedaży bezpośredniej lub w produkcji niewymagającej wysokich kwalifikacji).

Otrzymuje pensję w dyskryminującej ją, niższej wysokości w porównaniu z kolegą po fachu z identycznym wykształceniem i doświadczeniem.

Tempo jej kariery (a więc i możliwości uzyskania wyższego wynagrodzenia) spada, gdy kobieta decyduje się na urodzenie dziecka, (nawet jeśli szybko wraca do pracy), lub gdy przekroczy 45 rok życia.

Wybrała wykształcenie humanistyczne, co może, choć nie musi, utrudniać rozwój kariery w warunkach gospodarki innowacyjnej i technologii teleinformatycznej;

Zamieszkuje w regionie, w którym trudno o odpowiednią i dobrze płatną pracę. W takich przypadkach kobiety często decydują się na bezpłatną pracę domową.

Tradycyjny podział ról w rodzinie a dostęp do pieniędzy i informacji na ich temat

Z badań na temat polskich rodzin przeprowadzonych dla Centrum Praw Kobiet przez prof. Danutę Duch-Krzystoszek²

¹ Za: *Raport z badań opracowanych przez Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich*. Źródło: http://www.rp.pl/artukul/2,611743_Zarabiasz-mniej-zajmuj-sie-dziecmi.html

² Badania zrealizowano w ramach projektu EQUAL – *Praca i godne życie kobiet ofiar przemocy w 2008 r.* Artykuł „ Pieniądze i władza w rodzinie, Prawo i Płeć nr. 10

wynika, że: **większość mężatek nie ma własnych pieniędzy, choć ich mężowie dysponują takimi zasobami** w formie tzw. zaskórniaków, ale również rachunków inwestycyjnych lub kont oszczędnościowych na swoje imię i nazwisko. Mężatki są głównymi dysponentkami pieniędzy z domowego budżetu, ale są to pieniądze przeznaczone na bieżące wydatki na żywność, środki czystości, opłaty, rachunki, odzież itp. Na tym z reguły kończy się ich „władza” nad budżetem domowym. Często nie mają swojego konta oszczędnościowego, a tym bardziej rachunku inwestycyjnego – ani osobistego, ani wspólnego z mężem. Konkluzja z badań Danuty Duch-Krzystoszek jest taka, że w przypadku kobiet nie sprawdza się powiedzenie „kto ma pieniądze, ten ma władzę”. Gdy kobiety zarabiają więcej niż mężczyźni, gdy osiągają sukcesy w pracy, budzi to frustrację partnerów, którzy odreagowują swoje napięcia, deprecjonują ich sukcesy, przejmują kontrolę nad finansami rodziny i dochodami kobiety, a w końcu stosują przemoc, aby pokazać, że w rodzinie to oni rządzą. Zdarza się również tak, że niezależnie od tego, jak kiepsko mężczyzna gospodaruje pieniędzmi, kobieta oddaje mu „dobrowolnie” władzę nad poważniejszymi decyzjami finansowymi. **Sobie pozostawia troskę o to, by wystarczyło jej „do pierwszego”**, co w praktyce oznacza, że jeśli zaczyna brakować gotówki, w pierwszej kolejności sięgnie do swoich zasobów (np. pożyczki od swojej rodziny lub koleżanki z pracy), a dopiero w drugiej zwróci się z tym do męża.

Dla uwypuklenia problemu wyobraźmy sobie taką oto sytuację: Anna pracuje jako fryzjerka. Zarabia „na rękę” 1,5 tysiąca zł i jednocześnie zajmuje się dziećmi oraz domem (co w efekcie oznacza pracę na dwóch etatach). Jarek, jej mąż, nie wykonuje żadnych prac w gospodarstwie domowym, ponieważ uważa, że przy zarobkach rzędu 4,5 tys. zł (kierowca TIR-a) po przyjeździe z pracy „należy mu się odpoczynek”. W efekcie Jarek ma więcej czasu dla

siebie. Próbuje także swoich sił, inwestując rodzinne oszczędności. Przechowuje wszystkie ważne dokumenty, decyduje o większych wydatkach oraz o tym, ile pieniędzy przeznaczają na firmę a ile na bieżące wydatki. Anna nie ma nic do powiedzenia w sprawach finansowych. Dysponuje tylko określoną przez Jarka częścią pieniędzy na codzienne zakupy spożywcze, ubrania dla siebie i dzieci itp.

W polskiej tradycji mocno ugruntował się opisany wyżej podział obowiązków i nawet jeżeli Jarek straci pracę lub znacznie zarabiać tyle, ile jego żona, nie oznacza to, że zacznie choćby „pomagać w domu”. W naszej kulturze opieka nad domem i dziećmi należy do kobiet. Zanim omówię skutki tego stanu rzeczy, zachęcam Cię do **uzmysłowienia sobie, że... można inaczej**. Nowoczesny, partnerski model relacji najczęściej wybierają ludzie młodzi. Na ogół odbiega on od tradycyjnych wyobrażeń na temat tego, co nasze mamy i babcie uważają za normalny i naturalny podział ról i co ich zdaniem należy do kobiet, a co do mężczyzn”. Zobaczymy, jak podzielili się obowiązkami domowymi Monika i Tomek.

Otóż umówili się oni jeszcze przed ślubem, że bez względu na wysokość zarobków i zajmowane stanowiska obowiązkami domowymi i opieką nad małymi dziećmi będą dzielić się po równo. Teraz, gdy dzieci są małe i często chorują, Monika pilnuje, żeby urlopy z pracy brali naprzemiennie. Nie chce zasłużyć w pracy na etykietkę wiecznie zwalnianej się mamy. Choć Tomek zarabia więcej, to dba o dzieci i dom tak samo jak Monika. Czynności domowe dzielą między siebie według klucza: co kto lubi i umie lepiej robić. Czasami dochodzi do sprzeczek – zwykle o zmywanie lub wynoszenie śmieci, bo oboje tego nie lubią. Raz w miesiącu rozliczają dochody i wydatki z ubiegłego miesiąca; planują także większe wydatki na kolejny miesiąc. To ich jedyny wspólny obowiązek. Chcą być na bieżąco, nie unikają odpowiedzialności za budżet rodzinny i nie boją się wzajemnego rozliczania się ze swoich wydatków.

Oba modele związków: Anny i Jarka oraz Moniki i Tomka są modelami uczciwymi, jeżeli (uwaga!) oboje świadomie decydują się na wybrany układ. **Warto jednak wiedzieć, że pod wpływem konfliktów i utraty zaufania niektóre formy relacji mogą szybko nabrać cech przemocy.** Nie trudno zgadnąć, że w sytuacji konfliktu, a co za tym idzie separacji lub rozwodu, Anna może się znaleźć w trudnej sytuacji materialnej i zawodowej. Jako samotnej matce z minimalną pensją będzie jej trudno znaleźć lepszą pracę i powiększyć swoje zarobki, choć może się zdarzyć, że trudna sytuacja będzie dla niej impulsem do pozytywnych zmian. Przy braku porozumienia z byłym mężem, będzie się sama borykać z wydatkami na utrzymanie dzieci. Co gorsza, gdy jeszcze nie zdąży założyć sprawy rozwodowej, może zostać pozbawiona przez męża wspólnie wypracowanego majątku, o którym niewiele wie i do którego nie ma dostępu – „przecież to mąż zajmował się finansami i dokumentami”.

Pamiętaj! Wbrew temu, co słyszy wiele kobiet, dbałość o bezpieczeństwo finansowe nie jest przejawem kobiecego egoizmu, ale przejawem zdrowego rozsądku. W razie rozpadu małżeństwa obowiązki związane z wychowaniem i materialnym zabezpieczeniem dzieci spadają najczęściej na kobietę.³ Co więcej, w Polsce utrzymuje się społeczne przyzwolenie na to, by ojcowie nie płacili alimentów i nie uczestniczyli w wychowywaniu dzieci. Nawet państwo, likwidując Fundusz Alimentacyjny, uchyliło się od pomocy w ściąganiu od ojców środków na utrzymanie dzieci.

Reasumując, należy stwierdzić, że realia życia codziennego w Polsce, sytuacja na rynku pracy i dziedzictwo patriar-

³ Jak wynika z badań prof. Małgorzaty Fuszary nad polskim sądownictwem rodzinnym, prawo do opieki nad dzieckiem sądy przyznają z reguły matce.

chalnej tradycji, sprawiają, że w trosce o własne bezpieczeństwo kobiety powinny dążyć do uzyskania pełnej niezależności finansowej i niezbędnej do jej uzyskania wiedzy.

Niższe zarobki kobiet oznaczają więcej pracy domowej i jeszcze niższe dochody

Obok tradycji, coraz bardziej znaczącym czynnikiem **decydującym o podziale obowiązków domowych jest wysokość pensji**. Osoba, która zarabia mniej, chcąc „wyrównać” swój wkład w życie rodzinne, bierze na siebie większość obowiązków domowych. Dzieje się tak przede wszystkim w rodzinach, w których oboje małżonkowie pracują, a tylko jedno jest wysoko wynagradzane. W efekcie zostaje wzmocniony tradycyjny podział ról: mężczyzna ma przede wszystkim zarabiać, a kobieta zajmować się domem. Powstaje błędne koło. Gdy kobieta zarabia mniej, zajmuje się w większym stopniu domem i dziećmi, w wyniku czego ma coraz mniej czasu, siły i energii na podwyższanie swoich kwalifikacji, co z kolei sprawia, że pracodawca uznaje ją za mniej dyspozycyjną i płaci jej mniej. W ten sposób cementuje się tradycyjny podział ról.

Różnice w wysokości zarobków i zaangażowaniu w pracę na rzecz domu i dzieci nie muszą oczywiście być przejawem przemocy lub nierówności w dostępie do majątku rodziny. O niesprawiedliwych relacjach finansowych nie można także mówić, gdy jedno z małżonków nie interesuje się kwestiami finansowymi i w pełni ufa drugiemu. Jednakże niepokojącym sygnałem, który może prowadzić do nierówności w dostępie do wspólnych dóbr, **jest lekceważenie znaczenia wkładu finansowego w budżet domowy drugiej, słabszej strony**. Dlaczego tak się dzieje? Podkopany jest wówczas fundament, na jakim powinien być zbudowany związek dwojga dojrzałych ludzi. Wartości pracy, a przez to wkładu

w utrzymanie rodziny, nie można mierzyć wyłącznie wysokością zarobków. Zapoznajmy się z kolejną historią:

Iwona jest pielęgniarką w szpitalu. Pracuje na oddziale pediatrycznym i zarabia nieco ponad 2 tysiące „na rękę”. Wojtek, jej mąż, jest przedstawicielem handlowym w międzynarodowej firmie i jego zarobki bywają nawet pięciokrotnie wyższe niż żony. Gdy Wojtek dostanie dużą premię, mówi do Iwony, żeby zatrzymała dla siebie swoją pensję. Śmieje się, że wystarczy jej tylko „na waciki”. Iwona z czasem sama zaczyna wierzyć w to, że jest na utrzymaniu Wojtka, a jej wkład w budżet domowy jest symboliczny. Ile jej praca jest warta, przypomina sobie na szpitalnym oddziale, gdy widzi uśmiechy małych pacjentów. Może i mogłaby dorobić do pensji, ale nie ma ani czasu, ani siły na prywatną praktykę. W domu czeka na nią dwoje własnych dzieci, a mąż często pracuje do późna.

Statystyczna Polka pełni w domu wielorakie funkcje: opiekunki i pielęgniarki (dzieci, niedołączonych rodziców lub innych zależnych członków rodziny), sprzątaczkę, kucharkę, nauczycielkę a także zaopatrzeniowca. Pracę w domu wyceńniono kilka lat temu na około 1,2 tys. zł miesięcznie (wyliczenia GUS), lub nawet na 2,5 tys. zł (wyliczenia ekonomistki Beaty Mikuty)⁴. Teoretycznie wartość pracy domowej polskich gospodyń domowych powiększa dochód narodowy brutto o 25 proc. Jednak w praktyce nikt nie przypisuje tym zajęciom wartości rynkowej. Pamiętaj, Twoja praca, bez względu na to, czy jest płatna i jak wysoko, jest cenna i ma ogromne znaczenie. Jeżeli sama nie będziesz cenić swojego czasu i swojej pracy, tak domowej, jak zawodowej, pozostali członkowie Twojej rodziny też nie będą jej cenić. Jeżeli **nie**

⁴ <http://www.gazetalubuska.pl/apps/pbcs.dll/article?AID=/20120218/LUBUSKARYNKOWA/465914704>

pracujesz zarobkowo, ale pracujesz nieodpłatnie dla dobra swojej rodziny: opiekujesz się domem, dziećmi, chorym lub niedołączonym członkiem rodziny, Twoja praca zasługuje na uznanie i spełnia prawny wymóg przyczyniania się do utrzymania rodziny.

Warto na koniec tych uwag dodać, że coraz więcej kobiet zarabia więcej niż ich mężowie lub partnerzy. Niestety, ani wysokie dochody, ani wysoki status zawodowy nie chroni ich przed przemocą.

Pamiętaj, bez względu na to, kto ile zarabia, zasady wspólnoty majątkowej małżonków, uczciwych negocjacji w zakresie podziału obowiązków domowych i opieki nad dziećmi, powinny obowiązywać obie strony w tym samym stopniu.

Kiedy nierówność staje się przemocą?

Jeśli Twój mąż lub partner **ukrywa** przed Tobą swoje dochody i nie dokłada się do wspólnych wydatków, **wymuszając** na Tobie, abys **utrzymywała rodzinę tylko ze swoich pieniędzy**, nie mówimy już o nierówności, lecz o **przemocy ekonomicznej**. Przeczytaj historie, które są typowymi przykładami przemocy ekonomicznej:

Zastanawiam się, czy istnieją jakieś środki prawne, aby skłonić męża do udziału w kosztach utrzymania rodziny? Jesteśmy małżeństwem z trójką dzieci. Mój mąż ma co chwilę inne "pomysły" na życie. Aktualnie (od dwóch lat) prowadzi firmę, która przynosi niewielki dochód. Na moje pytania odpowiada: „na razie nie mam pieniędzy” i daje mi jakieś marne grosze. Naprawdę marne, bo 400 do 500 zł przy pięcioosobowej rodzinie, to niewiele. Już nie wiem, od kogo pożyczać i co robić. Sama pracuję i tylko dlatego jeszcze nie głodujemy. Może jakiś nakaz sądowy by go zmobilizował? On chyba też ma obowiązek uczestniczenia w utrzymaniu dzieci?

Magda

Źródło: <http://forumprawne.org/prawo-cywilne/25011-maz-nie-daje-pieniedzy.html>

Mój mąż od kwietnia rozpoczął działalność gospodarczą i odtąd nie daje mi pieniędzy. Jest taksówkarzem. Mamy kredyt hipoteczny i inne raty do spłacenia. Pomijam już opłaty takie jak czynsz i inne. Nie daje nic na wspólne gospodarstwo. Sam jest zadłużony (nie wiem, jak bardzo, ale przyszło ostatnio pismo z banku, że nie spłaca kredytu na 5 tys. zł). Nie chce się ze mną rozwieść, bo tak mu jest wygodnie: je moje jedzenie i podbiera mi wszystko, co kupię. Jestem już tym zmęczona. Czy mogę wyegzekwować przez sąd, aby dawał co miesiąc pieniądze na utrzymanie domu?

Teresa

Źródło: <http://forumprawne.org/prawo-rodzinne-opiekuncze/248687-maz-nie-doklada-sie-do-zycia.html>

Dalsza część tego listu jasno ilustruje tezę, że **przemoc ekonomiczna jest również formą przemocy psychicznej**:

Boję się rozwodu, ponieważ boję się męża. On nie chce rozwodu za porozumieniem stron. Będzie szukał zemsty, a proszę mi wierzyć, że ten człowiek jest nieobliczalny. Mam założoną niebieską kartę ze względu na znęcanie się psychiczne nad rodziną, ale moim zdaniem to niewiele da. On się z mieszkania nie wyprowadzi, a mieszkanie jest na kredyt. Spłacić go nie mam możliwości. Dla mnie sytuacja jest bez wyjścia, ale chcę przynajmniej, żeby płacił za mieszkanie, w którym mieszka. Nie chcę tych pieniędzy dla siebie ani na córkę. Chcę jedynie, żeby płacił swoją część rachunków.

Teresa

Źródło: <http://forumprawne.org/prawo-rodzinne-opiekuncze/248687-maz-nie-doklada-sie-do-zycia.html>

Czym jest przemoc ekonomiczna?⁵

Na tle przemocy fizycznej przemoc ekonomiczna (finansowa) może wydawać się mało dolegliwa. Jeśli mąż lub partner nie stosuje przemocy fizycznej, wiele kobiet uważa, że nie może być w ogóle mowy o przemocy. Tymczasem przemoc ekonomiczna może być nie mniej krzywdząca niż

⁵Z: Ulotka „Uwolnij się”, opracowanie: A.Dominiczak, U.Nowakowska.

fizyczne znęcanie się. **Przemoc ekonomiczna często współwystępuje z innymi formami przemocy i zawsze jest również formą przemocy psychicznej.** Badania amerykańskie wskazują, że w ponad 90% przypadków przemocy w rodzinie mamy do czynienia również z przemocą ekonomiczną.⁶

O przemocy ekonomicznej mówimy wtedy, gdy jej **sprawca używa pieniędzy albo innych wartości materialnych do zaspokojenia swojej potrzeby władzy i kontroli, podporządkowując sobie partnerkę lub przerzucając na nią całą odpowiedzialność za utrzymanie domu. Sprawca wykorzystuje uzależnienie partnerki od swoich dochodów lub majątku do znęcania się nad nią.**

Przemoc ekonomiczna występuje wtedy, gdy jej sprawca, mąż lub partner:

- **Odmawia dokładania się do budżetu domowego**, bo ma „inne pomysły” na wydawanie wspólnych pieniędzy bez Twojej zgody.
- **Bez porozumienia z Tobą dysponuje pieniędzmi** ze wspólnego budżetu.
- **Bez Twojej wiedzy i zgody zarobione przez siebie środki przeznacza na swoje potrzeby lub cele**, np. na inwestycje lub działalność gospodarczą. W takich przypadkach najczęściej gromadzi środki na koncie bankowym lub nawet na kilku kontach. Zgodnie z prawem, jako małżonka masz prawo do wiedzy na temat środków stanowiących Waszą wspólną własność i prawo dostępu do tych środków.
- **Wymusza dostęp do Twojego konta bankowego lub utrudnia Ci dostęp do konta wspólnego.**
- **Odmawia Ci dostępu do informacji lub udziału w podejmowaniu decyzji** dotyczących sytuacji ekonomicznej rodziny.

⁶ Adams, A.E., Sullivan, C., M., Bybee, D. & Greeson, M.R. (2008). *Development of the Scale of Economic Abuse. Violence Against Women*, 14 (5), 563

- **Bez porozumienia z Tobą korzysta z Twojej karty kredytowej lub płatniczej.**
- **Zmusza Cię do składania fałszywych zeznań** podatkowych lub podpisywania innych dokumentów finansowych.
- **Zaciąga bez porozumienia z Tobą pożyczki lub kredyty obciążające wspólny budżet.**
- Jeżeli **zakazuje Ci lub utrudnia podjęcie pracy lub nauki**, np. przez obciążenie Cię dodatkowymi obowiązkami domowymi, to również stanowi przemoc ekonomiczną.

Jeżeli chociaż jeden z powyższych punktów opisuje Twój przypadek, to znaczy, że jesteś ofiarą przemocy ekonomicznej. **Nie zasługujesz na takie traktowanie! Masz prawo do swoich pieniędzy!**

Ogromnie trudnym wyzwaniem dla kobiet wykorzystywanych finansowo, zmuszanych przez męża do podpisywania rozmaitych umów są „wspólnie” zaciągane kredyty mieszkaniowe, pożyczki na prowadzenie działalności gospodarczej lub kredyty konsumpcyjne. Kobiety często nawet nie wiedzą o tego typu zobowiązaniach, które **mogą je na wiele lat wiązać ze stosującym tę formę przemocy ekonomicznej mężczyzną.**

Mąż został aresztowany za znęcanie się nad rodziną. Jest posiadaczem trzech kredytów, których ja nie podpisywałam. Tymczasem wydzwaniają do mnie z banków, domagając się uregulowania należności. Nie wiem, co mam dalej robić? Numer telefonu, na który dzwonią banki, należy do mnie, a mąż był tylko jego użytkownikiem.

Aneta

Źródło: <http://forumprawne.org/prawo-rodzinne-opiekuncze/160960-czy-musze-splacac-dlugi-meza.html>

Uzależnione finansowo i pozbawione wiary we własne siły kobiety często nie czują się zdolne do opuszczenia krzywdzącego związku, nawet wówczas, gdy sprawca znęca się nad nimi fizycznie i psychicznie. Te zaś, które decydują się odejść, często wracają do stosującego przemoc mężczyzny. **Badania zachodnie⁷ wskazują, że siedem na osiem kobiet wraca do stosującego przemoc partnera właśnie z powodu problemów finansowych i braku niezależności ekonomicznej.** Nierzadko kobiety, uciekając z domu przed przemocą, nie mają zabezpieczonych żadnych środków finansowych – zostawiają w domu wszystko. **Wspólne konta lub nawet konto osobiste, do którego mąż lub partner miał dostęp, w międzyczasie zostają przez niego całkowicie wyczyszczone.** Warto również pamiętać, że mężczyzna, który zna numery kart kredytowych i płatniczych, ich numery PIN oraz dane osobiste ich posiadaczki może łatwo namierzyć swoją ofiarę. Poważnym problemem dla kobiet, które mają wspólne konto ze sprawcą, może być zaciąganie przez niego nowych kredytów, których spłatą kobieta może być obciążona.

Prawo jest po Twojej stronie

Wbrew temu, co się na ogół sądzi, prawo chroni przed wieloma formami przemocy ekonomicznej.

Generalną zasadą jest równy udział małżonków w majątku wspólnym (art. 43 Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego). Niepracująca lub gorzej zarabiająca żona ma takie samo jak mąż prawo do korzystania z majątku wspólnego, a w trakcie jego podziału sąd uwzględni jej nakład pracy przy wychowaniu dzieci oraz prowadzeniu domu.

⁷ Griffing, S., Ragin, D. F., Sage, R. E., Madry, L., Bingham, L. E., & Primm, B. J. (2002). *Domestic violence survivors' self-identified reasons for returning to abusive relationships*. *Journal of Interpersonal Violence* 16(3) 306–319.

Warto wiedzieć, że **art. 36 kodeksu rodzinnego nakazuje małżonkom współdziałać w zarządzie majątkiem wspólnym, udzielać sobie informacji o jego stanie, o wykonywaniu zarządu i zobowiązaniach obciążających majątek wspólny**. Każdy z małżonków może się sprzeciwić, jeśli ma zastrzeżenia do sposobu, w jaki drugi z nich zarządza majątkiem wspólnym, z wyjątkiem bieżących wydatków zmierzających do zaspokojenia zwykłych potrzeb rodziny albo podejmowanych w ramach działalności zarobkowej.

Różnica pomiędzy zarządzaniem majątkiem wspólnym a przemocą ekonomiczną w rodzinie sprowadza się do motywacji osoby, której postępowanie oceniamy. Jeżeli działa ona dla dobra rodziny, a jedynie z uwagi na brak zainteresowania współmałżonka nie konsultuje z nim spraw finansowych, nie może być mowy o przemocy ekonomicznej. **Jeśli jednak jej celem jest podporządkowanie pozostałych członków rodziny swojej woli i stylowi życia lub zaspokojenie swoich potrzeb kosztem innych członków rodziny, mamy do czynienia z przemocą ekonomiczną.**

W czasie trwania wspólnego pożycia oboje małżonkowie mają obowiązek przyczyniania się do zaspokajania potrzeb rodziny. Jeśli mąż nie wywiązuje się z tego obowiązku, **kobieta może wystąpić z pozwem do sądu o zaspokajanie potrzeb rodziny lub o alimenty i nakazanie przekazywania całości lub części wynagrodzenia męża do swoich rąk**. (art. 28 krio).

Warto wiedzieć, że w przypadkach bardziej drastycznych małżonek uparczywie odmawiający lożenia na małoletnie dzieci może zostać uznany winnym przestępstwa tzw. niealimentacji (art.209 kodeksu karnego.). **W skrajnych przypadkach przemoc ekonomiczną można również zakwalifikować jako przestępstwo znęcania się nad rodziną** (art. 207 kk).

Badania amerykańskie⁸ wykazują, że głównym powodem, dla którego kobiety powracają do stosującego przemoc partnera są problemy finansowe i brak niezależności ekonomicznej. Dlatego na kolejnych stronach tego poradnika w pierwszej kolejności dowiesz się, jak najszybciej wyjść z długów. W dalszej części znajdziesz informacje i **porady dotyczące zarządzania finansami osobistymi**, począwszy od pracy nad zmianą przekonań dotyczących pieniędzy, przez poznanie reguł zarządzania budżetem domowym aż po znajomość instrumentów finansowych zabezpieczających Twoją przyszłość.

Wiesz już, jak przejawia się przemoc ekonomiczna, i że prawo jest po Twojej stronie. **Nie musisz być bierna, nie musisz z lęku o swoją przyszłość godzić się na sytuację finansowo-prawną, w której znalazłaś się z winy Twojego partnera.** Być może nie czujesz się jeszcze zdolna do działania, być może czujesz się wyczerpana psychicznie lub nie znajdujesz w sobie wystarczającej siły, by zabezpieczyć swoje finanse i odzyskać należną Ci część majątku wspólnego. W takim wypadku proszę Cię, abyś jak najszybciej skontaktowała się z Centrum Praw Kobiet lub inną organizacją świadczącą pomoc psychologiczną. Wzmocniona wewnętrznie będziesz działać skuteczniej, broniąc siebie, swoje dzieci i Waszą przyszłość. **Lista placówek świadczących bezpłatną pomoc psychologiczną znajduje się na ostatnich stronach naszego poradnika.**

⁸ Adams, A.E., Sullivan, C., M., Bybee, D. & Greeson, M.R. (2008). *Development of the Scale of Economic Abuse. Violence Against Women*, 14 (5), 563

Rozdział 2:

Dług – dowiedz się, czy Cię obciąża i spłacaj według planu

Troska o stan finansów jest wyrazem elementarnej potrzeby bezpieczeństwa i nie ma nic wspólnego z niezdrowym egoizmem. Jeżeli jesteś matką, te słowa skierowane są w sposób szczególny do Ciebie. Jako matka, będziesz skuteczną opiekunką i podporą dla swoich dzieci, gdy sama uzyskasz niezależność finansową. Walka o Twoją część majątku i należne Ci pieniądze lub o to, byś spłacała **zadłużenie tylko w tej części, za którą rzeczywiście odpowiadasz**, to podstawowe, pierwsze kroki ku Twojej przyszłej niezależności finansowej.

Czy wiesz, co mówi instrukcja obsługi maski tlenowej w samolocie, gdy leci matka z dzieckiem? Jako pierwsza zakłada maskę matka. Tylko taka kolejność daje szansę na przeżycie obojga. Pamiętaj, że **walcząc o swoje, walczysz również o zabezpieczenie dla swoich dzieci**.

Gdy dowiesz się, że bank lub inna instytucja domaga się od Ciebie spłaty zadłużenia, nie wpadaj w panikę! Teraz kluczowa jest Twoja gotowość do konstruktywnego działania. Skorzystaj z porady specjalisty (spis organizacji pomo-

cowych znajduje się na końcu książki), aby dowiedzieć się, czy w ogóle odpowiadasz za długi męża i w razie potrzeby stworzyć plan działania. **Po trzecie dowiedz się, jak należy postępować, aby wyjść z pętli zadłużenia.**

Nie wpadaj w panikę i zabezpiecz się

Specjaliści od wychodzenia ze spirali długów zgodnie twierdzą, że wszelkie działania należy rozpocząć od **uspokoienia emocji**. Tylko racjonalne podejście i konsekwentne działanie pozwoli Ci wyjść z impasu.

Pamiętaj, że choć nie możesz zmienić przeszłości, masz ogromny wpływ na kształtowanie swojej przyszłości. Poniżej naszkicowałam dla Ciebie podstawową strategię postępowania zmierzającego do wyjścia z zadłużenia. Przypominam raz jeszcze! Jeżeli czujesz, że nie dasz sobie rady z opanowaniem sytuacji w obszarze psychicznym czy finansowo-prawnym, koniecznie zgłoś się do specjalistów.

Zabezpiecz się przed dalszymi długami i na okoliczność procesu sądowego:

- **Dowiedz się, czy obciążają Cię wspólne zobowiązania i w jakiej wysokości.**
- **Zabezpiecz kopie ważnych dokumentów** dotyczące kont bankowych, numerów polis ubezpieczeniowych, kart kredytowych, papierów wartościowych oraz zobowiązań, jakie na Tobie ciążyą.
- **Zabezpiecz inne ważne dokumenty dotyczące majątku wspólnego**, w tym m.in. akt notarialny zakupu mieszkania, akty darowizny Twoich rodziców na Twój majątek odrębny, zakupu wspólnego mieszkania, kupna lub sprzedaży samochodu.

- **Po odejściu od sprawcy zmień numery PIN do kart i innych dokumentów bankowych Twoich i Waszych dzieci, unikając nadawania łatwych do rozszyfrowania numerów, na przykład takich, które są związane z waszymi datami urodzenia.**
- **Usuń swoje dane ze wspólnego konta. Chociaż nie chroni Cię to przez istniejącymi zobowiązaniami, to możesz zabezpieczyć się przed długami, które będzie zaciągał Twój partner w przyszłości.**

Pomoc socjalno-finansowa

Jeżeli popadłaś w pętlę zadłużenia, ostatnią rzeczą, która może Ci na dłuższą metę pomóc, jest zaciągnięcie kolejnego kredytu. Zrób wszystko, aby tego uniknąć. W pierwszej kolejności skieruj się do instytucji świadczących pomoc finansowo-socjalną. Nie jesteś zwyczajnym dłużnikiem w trudnej sytuacji finansowej, tylko kobietą dotkniętą przemocą psychiczną, w tym ekonomiczną. O świadczenie socjalne z ośrodka pomocy społecznej możesz ubiegać się z tytułu swojej sytuacji życiowej: trudnej sytuacji materialnej i przemocy w rodzinie. Dodatkowe okoliczności, które mogą uzasadniać uzyskanie pomocy, obejmują między innymi: brak pracy, wychowywanie niepełnoletnich dzieci, brak dachu nad głową itp. Możesz zwrócić się o pomoc do ośrodka pomocy społecznej położonego na terenie gminy, w której zamieszkujesz, a w wyjątkowych sytuacjach na terenie gminy, w której aktualnie przebywasz (*art. 101 Ustawy o pomocy społecznej*). Możesz tam uzyskać pomoc w formie pieniężnej jak i tzw. niepieniężnej. Przykładowe świadczenia obejmują: pomoc finansową (m.in. zasiłki stałe, okresowe, celowe), pracę socjalną, opłacanie składek na ubezpieczenie społeczne (za osobę, która zrezygnuje z zatrudnienia w związku z koniecznością sprawowania bezpośredniej, osobistej opieki nad długotrwale lub ciężko chorym

członkiem rodziny), opłacanie składek na ubezpieczenie zdrowotne, pomoc rzeczową, pomoc na ekonomiczne usamodzielnienie się, zapewnienie miejsca zamieszkania, odzieży i posiłków, poradnictwo specjalistyczne, interwencję kryzysową, świadczenie usług opiekuńczych, pobyt i usługi w domu pomocy społecznej i inne. Zanim udasz się do ośrodka pomocy społecznej, najlepiej najpierw zatelefonuj i dowiedz się, jakie powinnaś przygotować zaświadczenia dokumentujące Twoją sytuację (np. zaświadczenie z urzędu pracy o niepobieraniu zasiłku rodzinnego).⁹

Dowiedz się, czy i w jakim stopniu odpowiadasz za długi męża

Zanim zaczniesz spłacać zobowiązania, które budzą Twoje wątpliwości, **skieruj swoje kroki do prawnika, od którego dowiesz się, czy i w jakim stopniu jesteś rzeczywiście zobowiązana do spłaty zadłużenia**. Wydawałoby się, że oboje małżonkowie powinni wspólnie podpisywać pożyczki i zobowiązania, ale w rzeczywistości nieodpowiedzialni partnerzy często zaciągają niewielkie pożyczki w bankach, funduszach pożyczkowych, u znajomych, rodziny lub od ludzi z tzw. świata przestępczego. Banki nie wymagają na ogół pisemnej zgody obojga małżonków, jeżeli jedno z nich chce zaciągnąć niewielki kredyt w wysokości 5–10 tysięcy złotych (każdy bank ustala swoje progi). Wystarczy też być posiadaczem karty kredytowej lub karty ratalnej, aby bez podpisu małżonka zaciągać kolejne zobowiązania. **Kodeks cywilny nie precyzuje, przy jakich kwotach współmałżonek powinien wyrazić zgodę na zaciągnięcie pożyczki**. Decyzję w tym zakresie pozostawia bankom i instytucjom pożyczkowym.

⁹ Informator Obywatelski ZBPO, <http://informator.zbpo.org.pl/pages/strona-glowna/zasilki-swiadczenia/pomoc-finansowa->

*Prawo mówi, że współmałżonek może sam podejmować decyzje w ramach zwykłego zarządu majątkiem w normalnych sytuacjach życia codziennego w celu zaspokojenia potrzeb rodziny. W oparciu o ten przepis sprawca może dowodzić przed sądem, że zaciągnął pożyczkę na zaspokojenie potrzeb rodziny (na żywność, odzież, remont mieszkania, ochronę zdrowia, rozwój kulturalny lub duchowy). Zgodnie z Kodeksem rodzinnym i opiekuńczym (art. 30, par. 1) spłata tego typu zobowiązań przypada solidarnie na oboje małżonków. **Przygotuj się więc na tego typu argumentację. Dobrze by było, gdybyś umiała udowodnić przed sądem (np. przy pomocy świadków lub dowodów w postaci wyciągów bankowych), na jakie cele sprawca faktycznie przeznaczył środki pochodzące z tych pożyczek i kredytów.***

Dług z punktu widzenia prawa

Z chwilą zawarcia małżeństwa powstała między Wami ustawowa wspólność majątkowa. Oznacza to, że wszystko, czego się oboje dorobiliście w czasie trwania małżeństwa, jest wspólne. **Ze wspólnoty majątkowej wyłączony zostaje jedynie tzw. majątek osobisty, a więc m.in. ubrania lub osobisty sprzęt komputerowy, sportowy itp. Także Wasze pensje stanowią indywidualny majątek osobisty.** To, że jesteście formalnie małżeństwem nie oznacza, że automatycznie musisz solidarnie spłacać zobowiązania swojego męża.

Twoje zobowiązanie do spłacania długu męża zależy od tego, czy:

- dług powstał przed czy po zawarciu związku małżeńskiego;
- zgodziłaś się na jego zaciągnięcie, (a może mąż cię zastraszył lub w inny sposób wymusił złożenie podpisu?);
- wasze sprawy majątkowe uregulowaliście prawnie (np. przez intercyzę);

– dług powstał przed czy po **20 stycznia 2005**, gdy weszła w życie nowelizacja Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego. Jeżeli dług został zaciągnięty po 21 stycznia 2005 roku, to prawo jest dla Ciebie znacznie korzystniejsze – daje Ci wybór, czy chcesz spłacać dług, czy nie. Szczegóły poniżej.

Warto wiedzieć, że:

Majątkiem wspólnym (ale nie osobistym) odpowiadacie za swoje zobowiązania (dotyczy to zobowiązań zaciągniętych po 20 stycznia 2005 roku)¹⁰.

1. **Gdy mąż zaciągnął dług przed ślubem**, wierzyciele nie mają prawa żądać spłaty z majątku wspólnego. Mogą jedynie domagać się pieniędzy od dłużnika z jego majątku osobistego, na przykład z jego pensji.

2. **Gdy mąż popadł w długi po ślubie**

2.1. Jeśli mąż bez Twojej zgody pożyczył pieniądze od znajomego, zaciągnął szybki kredyt lub podżyrował pożyczkę, której pożyczkobiorca nie spłaca, wówczas sam odpowiada za długi. Oznacza to, że komornik nie ma prawa ściągać należności z majątku wspólnego ani też z Twojego majątku osobistego, czyli wierzyciel nie może nastać komornika, żeby zajął Twoją pensję lub telewizor.

Wierzyciel może jedynie zająć majątek osobisty męża, to znaczy:

- wiarygodność z tytułu jego wynagrodzenia za pracę;
- jego dochody uzyskane z innej działalności zarobkowej (kpc, art. 7761);
- korzyści pochodzące np. z tytułu praw autorskich;

¹⁰ <http://www.bankier.pl/wiadomosc/Jak-ustanowic-rozdzielosc-majatkowa-miedzy-malzonkami-1349986.html>

- jego dobra osobiste, takie jak motocykl, laptop lub sprzęt sportowy, który należy wyłącznie do niego;
 - majątek, który kredytobiorca posiadał przed ślubem, zanim zaczęła obowiązywać wspólnota majątkowa.
- 2.2. Jeżeli mąż za Twoją zgodą zaciągnął dług, wówczas **wierzyciele mogą domagać się spłaty** tylko z majątku wspólnego obojga małżonków. Komornik nie może zająć np. wynagrodzenia żony, jeśli nie jest ona dłużnikiem.
- 2.3. **Gdy oboje zaciągnęliście dług**, solidarnie odpowiadacie za jego spłatę.
3. **Jeśli nie chcesz w przyszłości odpowiadać za długi męża**, masz dwa wyjścia:
- 3.1. **Rozdzielność w wyniku rozwodu.**
W przypadku rozwodu powstaje między małżonkami z mocy prawa rozdzielnosc majątkowa.
- 3.2. **Rozdzielność majątkowa w małżeństwie, do której mogą prowadzić dwie drogi:**
- 3.2.1. **umowa notarialna** o ustanowieniu rozdzielnosci (jeżeli jest zgoda małżonków);
- 3.2.2 **wyrok sądowy** sądowy (sądu rejonowego, jeżeli nie ma zgody małżonków).
- Ad. 3.2.1 Umowę Umowę o ustanowieniu rozdzielnosci majątkowej** sporządza notariusz w formie aktu notarialnego (koszt to ok. 400 zł, bez względu na stopień skomplikowania umowy).
- Ad. 3.2.2** Mało prawdopodobne jest, aby w małżeństwie, w którym dochodzi do przemocy, współmałżonek dobrowolnie zgodził się na zniesienie wspólności majątkowej. **W sytuacji braku zgody małżonków w kwestii rozdzielnosci majątkowej należy sięgnąć po środki sądowe, jeżeli z jakiś powodów nie zdecydowałaś się na rozwód.** Problematyka ta uregulowana jest w art. 52 k.r.o. Zgodnie z tym przepisem, z ważnych powodów każdy z małżonków może żądać

ustanowienia przez sąd rozdzielnosci majątkowej. W takiej sytuacji, jeśli sąd pozytywnie rozpatrzy pozew, rozdzielnosc powstaje z chwilą wskazaną w wyroku (która, co do zasady, nie może być wcześniejsza niż dzień złożenia pozwu w sądzie). **Jednak w wyjątkowych przypadkach sąd może wskazać w orzeczeniu jako początek obowiązywania rozdzielnosci termin wcześniejszy niż dzień wytoczenia powództwa.** Jednak, aby tak się stało powinnaś wnosić już w pozwie o ustanowienie rozdzielnosci majątkowej z datą wsteczną. Należy wskazać tę datę i uprawdopodobnić, iż z jej nastaniem, nastąpiło np. zerwanie więzi gospodarczej między Tobą a mężem, albo wówczas straciłaś kontrolę nad zaciąganiem przez niego zobowiązań. Należy pamiętać, że pozew musi być odpowiednio uzasadniony, co znaczy, że powódka musi wskazać fakty mające znaczenie dla sprawy, takie jak: trwonienie majątku wspólnego lub nieprzyczynianie się do powstawania majątku. **W uzasadnieniu należy też wymienić wszystkie działania męża, które w tym opracowaniu zakwalifikowaliśmy jako przemoc ekonomiczną, a także przedstawić dowody, np. zeznania świadków, które potwierdzają, że Twój mąż zakazywał Ci podjęcia pracy, zabierał pensję, nie łożył na utrzymanie dzieci itp.**

Skorzystaj z bezpłatnej pomocy prawnika w Fundacji Centrum Praw Kobiet lub w innej organizacji.

Pozew o ustanowienie rozdzielnosci należy złożyć do wydziału cywilnego sądu rejonowego, właściwego ze względu na miejsce zamieszkania pozwanego. Od takiego pozwu należy uiścić wpis sądowy w wysokości 200 zł. Poniżej zamieszczamy przykładowy wzór pozwu o ustanowienie rozdzielnosci majątkowej. Poniżej zamieszczamy przykładowy wzór pozwu o ustanowienie rozdzielnosci majątkowej.

Wzór pozwu o ustanowienie rozdzielności majątkowej

Miasto, dzień-miesiąc-rok
Sąd Rejonowy w Wydział Cywilny

Powódka: *(Imię i nazwisko), (wykonywany zawód),*
zam. w ul. *(nazwa ulicy, nr mieszkania)*

Pozwany: *(Imię i nazwisko), (wykonywany zawód),*
zam. w ul. *(nazwa ulicy, nr mieszkania)*

Pozew o zniesienie wspólności majątkowej między małżonkami i ustanowienie rozdzielności majątkowej

Niniejszym wnoszę o:

1. zniesienie ustawowej wspólności majątkowej małżonków *(imię i nazwisko powódki)* i *(imię i nazwiska pozwanego)*, wynikającej z zawartego przez strony małżeństwa w (dzień–miesiąc-rok) w Urzędzie Stanu Cywilnego w i ustanowienie między stronami ustroju rozdzielności majątkowej, z dniem wniesienia pozwu (lub z dniem – należy podać datę wsteczną, uzasadniającą ustanowienie rozdzielności majątkowej),
2. zasądzenie od pozwanego na rzecz powódki kosztów procesu według norm przepisanych.

Nadto wnoszę:

3. o wezwanie na rozprawę i przesłuchanie świadków:
(Imię i nazwisko świadka), zam. w, przy ul.
(Imię i nazwisko świadka), zam. w, przy ul.

Uzasadnienie

Strony zawarły w *(dzień–miesiąc-rok)* związek małżeński w Urzędzie Stanu Cywilnego w *(Miasto)*.

Dowód: odpis aktu małżeństwa nr

Od lat małżeństwo stron jest w rozkładzie. Pozwany od wielu lat stosował wobec powódki przemoc psychiczną i ekonomiczną. Znieważał powódkę, używał wobec niej obraźliwych słów, obelg i wyzwisk. W nagłych

napadach gniewu niszczył wspólną własność. Od ponadlat przestał łożyć na utrzymanie wspólnego mieszkania i nie zaspokajał podstawowych potrzeb rodziny, w tym potrzeb dwojga niepełnoletnich dzieci. Uniemożliwił powódce podjęcie pracy zarobkowej. Odbierał jej pieniądze, które uzyskiwała z pomocy społecznej i przeznaczał je na alkohol oraz na spotkania ze swoimi znajomymi. Gdy powódka odmawiała przekazania pozwanemu pieniędzy, on wszczywał awantury i stawał się wobec niej agresywny. Pół roku temu pozwany stracił pracę, jednak pomimo swojego wykształcenia nie znalazł do tej pory żadnego innego zajęcia, a nawet nie podjął w tym celu żadnych konkretnych starań. Mimo braku zajęcia i dużej ilości wolnego czasu, pozwany nie zajmuje się sprawami gospodarstwa domowego. Powódka od trzech miesięcy pracuje, zarabia obecnie ok. *(wysokość zarobków)* netto na miesiąc. Na utrzymaniu ma dwoje dzieci wieku szkolnym. Pozwany nie zgodził się na ustanowienie rozdzielności majątkowej przed notariuszem.

Dowód: zeznania zawnioskowanych świadków,
zaświadczenie o zarobkach powódki.

W tym stanie sprawy uważam niniejszy pozew za uzasadniony.

(Imię i nazwisko)
powódka

Załączniki:

1. Odpis aktu małżeństwa
2. Zaświadczenie o zarobkach powódki
3. Odpis pozwu i załączników

Podstawa prawna: art. 31-54 ustawy z dnia 25.02.1964 r. – Kodeks rodzinny i opiekuńczy (Dz. U. nr 9, poz. 59 ze zm.).

Powstała rozdzielność majątkowa umożliwia kolejny krok: podział majątku¹¹

Podział majątku obejmujący nieruchomości (po powstaniu rozdzielności) możliwy jest w sądzie (gdy nie ma zgodności małżonków) lub u notariusza (jeżeli jest zgodność małżonków).

1. Podział majątku (po rozdzielności majątkowej) w sądzie

Po orzeczeniu przez sąd *rozdzielności majątkowej* każde z małżonków może domagać się, aby podziału ich majątku wspólnego dokonał sąd w *specjalnym postępowaniu o podział majątku wspólnego po ustaniu wspólności majątkowej między małżonkami*. Sądowego podziału majątku wspólnego można domagać się zawsze wtedy, gdy pomiędzy małżonkami nie ma porozumienia co do sposobu rozdzielenia składników majątkowych.

2. Podział majątku (po rozdzielności majątkowej) u notariusza

Wymagana jest zgoda obojga małżonków odnośnie tego, co wchodzi w skład majątku wspólnego i jaka jest wartość poszczególnych jego części, a także co do sposobu podziału. Nie ma obowiązku dokonywania wyceny u rzeczoznawcy majątkowego. Podział dotyczy tylko przedmiotów objętych wspólnością. Wynagrodzenie notariusza uzależnione jest od wartości przedmiotu czynności notarialnej i powiększone o VAT, który obciąża klienta. Możliwe są koszty dodatkowe: opłata sądowa od wpisu do księgi wieczystej, jeżeli podział dotyczy nieruchomości.

Jak wyjść z pętli zadłużenia?

Niektórzy specjaliści od wychodzenia z pętli zadłużenia twierdzą, że należy stworzyć **mały fundusz bezpieczeństwa**,

¹¹ Źródło: http://www.gazetaprawna.pl/encyklopedia/prawo/hasla/338_851_rozdzielosc_majatkowa.html

na który powinno się odkładać środki równolegle ze spłaceniem zobowiązań. Nawet jeżeli będą to niewielkie kwoty, będzie to jakieś zabezpieczenie na wypadek choroby lub innych nieprzewidzianych wydatków, którym pomimo zadłużenia będzie trzeba sprostać. Mały fundusz bezpieczeństwa powinien docelowo opiewać na kwotę odpowiadającą od jednej do trzech miesięcznych pensji. Należy odkładać małe, ale regularnie odprowadzane kwoty na własne krótkoterminowe konto oszczędnościowe (chodzi o to, żeby te pieniądze były dostępne w razie nagłej potrzeby).

Inni eksperci od długów uważają, że wprost przeciwnie, jeżeli wpadnie się w pętlę zadłużenia, należy jak najszybciej wydostać się z tej matni i zredukować dług wszelkimi sposobami, również przez likwidację oszczędności. Rozważ, co Ci się bardziej opłaca. Jeżeli stopa oprocentowania kredytu znacznie przekracza oprocentowanie konta oszczędnościowego, nie ma się nad czym zastanawiać. Jeżeli sytuacja zmusi Cię do tego kroku, **po zredukowaniu lub zlikwidowaniu długu staraj się jak najszybciej odtworzyć swój fundusz oszczędnościowy.**

Oczywiście podstawową, wspomnianą już wyżej zasadą przy wychodzeniu z długów jest unikanie dalszego **zadłużania się**. Jedyne kredyty, po jakie ewentualnie możesz teraz iść do banku, to kredyty konsolidacyjne.

Strategia działania – wyjście ze spirali zadłużenia¹²

1. Jeżeli nie masz za co żyć, **skorzystaj z pomocy** społecznej i innych organizacji pomocowych, ale jak najszybciej przestań się zadłużać.
2. Postaraj się **zacząć spłacać dług jak najszybciej** i przestrzegaj zasady systematyczności.
3. **Uporządkuj długi w kolejności** od najwyższej do najniższej oprocentowanych.

¹² Z: „Kobiety i finanse” Suze Orman, MT Biznes, 2008

4. Spłacaj długi, **rozpoczynając od najwyższej oprocentowanego**. Ta pożyczka kosztuje Cię najwięcej!
5. Jeśli jakaś pożyczka wymaga spłaty regularnej raty, **przestrzegaj terminów**.
6. **Niepłacenie rachunków za czynsz, telefon lub media w żadnym razie nie jest dobrym pomysłem** na wygospodarowanie dodatkowych środków na spłatę bieżącego długu. Spójrz na zasadę numer 1.

Najtrudniejsze są zawsze początki. Powinnaś regularnie spłacać raty wszystkich pożyczek. **Wraz ze spłatą każdej pożyczki, w kolejnych miesiącach będziesz miała do dyspozycji więcej pieniędzy, a więc będzie Ci łatwiej i będziesz mogła spłacać pozostałe pożyczki jeszcze szybciej.** Gdy poczujesz, że masz więcej pieniędzy, nie zaprzestawaj spłat. Postaraj się spłacić **wszystkie** swoje długi jak najszybciej. **Jeżeli możesz przekazać o 50zł więcej niż wynosi minimalna spłata zadłużenia, zrób wszystko, co w Twojej mocy, aby wysłać 100 zł.** A może w kolejnym miesiącu będzie to dodatkowe 200 zł? Oczywiście jest, że czas działa na twoja niekorzyść. Im szybciej spłacisz dług, tym mniej będzie Cię kosztował stresu i pieniędzy, tym szybciej zamkniesz za sobą przeszłość i rozpoczniesz życie na nowo.

Co jeszcze możesz zrobić?

- **Poinformuj bank o swoich kłopotach.** Możesz uzyskać zamianę rat na malejące, wydłużenie okresu spłaty lub tzw. „wakacje kredytowe”, czyli kilkumiesięczną karencję w spłacie.
- **Możesz zmienić kredyt na korzystniejszy w nowym banku.** Zanim jednak podejmiesz taką decyzję, skontaktuj się ze specjalistą, który zna się na kruczkach w umowach i będzie umiał porównać oferty.

- **Jeżeli nie starcza Ci pieniędzy na całą ratę kredytu, spłacaj chociaż jej część** – to lepsze niż całkowite zaniechanie spłat.
- **Danie pierwszeństwa spłatom zobowiązania przynosi lepsze efekty niż odkładanie pieniędzy, które zostaną Ci pod koniec miesiąca.**

Czego NIE robić w trakcie spłacanie zadłużenia? Nie spłacaj długów pożyczką hipoteczną. Kiedy naruszysz prawo własności swojego domu lub innej nieruchomości, możesz być zmuszona do sprzedaży domu, aby spłacić dług hipoteczny.

Wreszcie nadejdzie czas, kiedy Twoje saldo będzie wynosiło 0 zł. Będziesz WOLNA OD DŁUGÓW! Potem może być już tylko lepiej.

Bank, komornik i Ty – wszystkim zależy na spłacie długu

Zapewniam Cię, że w interesie banku jest porozumieć się z Tobą co do spłat. Bankowi nie zależy na tym, żeby Twoje gospodarstwo domowe zbankrutowało; nie czyha też na Twoją nieruchomość. **Dla banku najbardziej opłacalne będzie, jak zwrócisz mu jego pieniądze.** Co innego, jeżeli sprawy pójdą tak daleko, że sprawa trafi do komornika. Ale póki jest czas rozmawiać o spłatach, rozmawiaj, negocjuj. To jest Wasz wspólny interes, ale Twoja odpowiedzialność.

Jeżeli dostajesz monit¹³ lub wezwanie do zapłaty, a wiesz, że nie dasz rady spłacić żądanej sumy w najbliższym czasie, umów się i porozmawiaj z pracownikiem banku na temat tego, jak wyjść z trudnej sytuacji. Negocjuj i podpisz ugodę. W przeciwnym razie twój kredyt w banku stanie się wierzytelnością przeterminowaną z karnymi odsetkami,

¹³ Z: <http://tjip.pl/wezwania-do-zaplaty-problemy-ze-splata-zobowiazan/>

opłatami za monit i innymi kosztami znacznie zwiększającymi wysokość kolejnej raty. Ponadto, przez niespłacanie kredytów możesz trafić do rejestrów, w których widnieje Twoja historia kredytowa. W konsekwencji możesz nie otrzymać już żadnego kredytu, a nawet nie będziesz mogła zawrzeć umowy z dostawcą telewizji, internetu czy z operatorem sieci komórkowej. Jeżeli Twoja sprawa trafi w ręce komornika, będziesz zobowiązana spłacić dodatkowo koszty postępowania sądowego i postępowania komorniczego.

Zdecydowanie lepiej wyjdiesz na wynegocjowaniu z firmą windykacyjną spłat należności niż na zaciągnięciu kolejnej pożyczki, zwłaszcza tzw. „błyskawicznej pożyczki na dowód osobisty” – gotówkowej pożyczki o bardzo wysokim oprocentowaniu. Wystrzegaj się ich, bo wiele osób wpadło w sidła gigantycznej spirali zadłużenia przez korzystanie z tych wątpliwych instrumentów finansowych.

Firma windykacyjna ma wiele możliwości dopasowania częstotliwości i wysokości spłacanych rat do aktualnych możliwości finansowych dłużnika. Przejmuje przecież dług ze świadomością, że ma do czynienia z osobą, która ma trudności w spłatach. Co ważne, za takie polubowne działania firma windykacyjna **nie obciąża dodatkowymi opłatami**. **Skontaktuj się jak najszybciej z wierzycielem i ustal nowe warunki spłaty**, jeżeli wiesz, że przez dłuższy czas będziesz miała trudniejszą sytuację finansową. **Warto też uprzedzić o jednorazowym spóźnieniu w zapłacie, aby nie stracić zaufania windykatora**.

Wskazówki na wolną od długów przyszłość

- **Unikaj tzw. złych długów**, czyli takich, które po zakończeniu spłaty nie powiększają Twojego majątku (zły dług to np. kredyt na samochód, sprzęt AGD/RTV i inne dobra konsumpcyjne, których wartość w czasie spada. Dobry

dług to np. kredyt na zakup nieruchomości, której wartość będzie prawdopodobnie rosła z upływem czasu.

- Gdy otrzymasz **darowiznę**, np. rodzice podarują ci dom lub inną nieruchomość – **wiedz, że powiększy ona Twój majątek osobisty (odrębny) i nie będzie podlegała egzekucji**. Warto nie zrzekać się prawa własności do takiej nieruchomości na rzecz ewentualnego nowego partnera czy dzieci. Pamiętaj, jesteś warta tego, żeby mieć tego typu zabezpieczenie finansowe właśnie dla siebie.

Historia 70-letniej klientki Centrum Praw Kobiet

Matka dwóch dorosłych synów, których wychowywała samotnie, przez całe życie była bardzo pracowita i przedsiębiorcza. Oprócz stałej pracy przez wiele lat wyjeżdżała w celach zarobkowych za granicę, także po przejściu na emeryturę. Klientka posiadała duże mieszkanie w Warszawie oraz kilka niezabudowanych nieruchomości pod Warszawą, m.in. w Konstancinie. Pomimo samotnego wychowywania synów, nigdy niczego im nie brakowało, wręcz przeciwnie – dzięki pracy matki żyli dostatnio od najmłodszych lat.

Gdy wkroczyli w dorosłość, matka sprzedała nieruchomości pod Warszawą i należność przekazała starszemu synowi na budowę domu. Młodszy dostał od matki nową kawalerkę. Klientka sprzedała swoje duże mieszkanie i w zamian kupiła dwie kawalerki – na szczęście jedną dla siebie. Obecnie, z uwagi na wiek, kobieta nie pracuje. Utrzymuje się z kilkusetzłotowej emerytury. Synom powodzi się bardzo dobrze. Starszy ma własną firmę transportową, kilka razy w roku wyjeżdża z rodziną (żoną i dwojgiem dzieci) na zagraniczne wakacje.

Młodszy syn jest barmanem w jednym z warszawskich klubów. Nie ma udokumentowanych stałych dochodów, jednak specyfika jego pracy pozwala mu także na dostatnie życie. Obydwaj synowie ukończyli prywatne studia, za które płaciła matka.

Gdy któregoś dnia kobieta straciła dalsze możliwości zarobkowe i wyzbyła się niemal całego majątku na rzecz swoich synów, ci odwrócili się od niej i odmówili pomocy finansowej.

Po świętach Bożego Narodzenia, gdy klientka CPK zmuszona była pójść do kościoła z prośbą o jedzenie (wstydziła się poprosić znajomych), zdecydowała się na wniesienie pozwu o zasądzenie alimentów od synów na jej rzecz. Synowie w taki sposób przedstawili przed sądem swoje dochody, że została zasądzona kwota po 100 zł od każdego z nich miesięcznie. Sąd w uzasadnieniu wyroku podniósł, iż kwota ta w zupełności matce wystarczy, chociażby dlatego, że może zrezygnować z takich rzeczy jak telewizja lub telefon stacjonarny. Od wyroku została wniesiona apelacja; czekamy na jej rozpoznanie.

Przed zawarciem nowego związku małżeńskiego lub podjęciem decyzji o wspólnym prowadzeniu gospodarstwa domowego warto wyraźnie określić, **co chcecie zachować jako odrębną własność, a co stanie się waszym wspólnym majątkiem.**

Podstawowa zasada: wszystkie decyzje na temat dużych wydatków, w szczególności tych, które mają być finansowane poprzez zaciągnięcie kredytu, powinny być podejmowane wspólnie z (ewentualnym) nowym partnerem.

Prawdopodobnie przemoc ekonomiczna, której doświadczyłaś, skutecznie uniemożliwiła Ci dotychczas nabycie wiedzy i doświadczenia z zakresu zarządzania finansami osobistymi. **Jednak teraz podjęłaś decyzję! Zamierzasz wziąć swoje sprawy we własne ręce. Musisz się wiele nauczyć.** Przed Tobą rozdziały dotyczące zarządzania budżetem domowym, oszczędzania, inwestowania i nauczania dzieci. Następnym krokiem może być lektura kolejnych publikacji. Również w internecie znajdziesz wiele wartościowych i na bieżąco aktualizowanych informacji.

Rozdział 3:

Zamień negatywne przekonania na afirmację dobrobytu

W dalszej części poradnika będziesz uczyć się podstawowych zasad zarządzania finansami osobistymi. Ich znajomość jest konieczna, jeśli chcesz stać się prawdziwie niezależną finansowo kobietą. Zanim jednak dowiesz się, jak dbać o swój budżet domowy, jak oszczędzać, jak kontrolować stan swojego majątku, a wreszcie – jak inwestować, zastanów się, co tak naprawdę myślisz o pieniądzu. Można bowiem osiąść całą wiedzę teoretyczną, ale jeżeli – świadomie lub podświadomie – masz silny, negatywny stosunek do pieniędzy, na nic się zda wiedza o nich – nie skorzystasz z niej z sukcesem w swoim życiu. Zachęcam Cię do **zrewidowania swoich przekonań na temat pieniędzy**, a także dobrobytu, bogactwa i ludzi bogatych. Następnie, przy pomocy narzędzia, jakim są afirmacje, powinnaś spróbować „odczarować” swoją finansową przyszłość.

Bardzo często okazuje się, że **mniej lub bardziej świadomie powtarzamy zasłyszane w dzieciństwie negatywne przekonania na temat pieniędzy**. Nie ma się co dziwić. Jako dzieci byliśmy niezwykle podatni na informacje płynące od naszych rodziców. Ich świat automatycznie stawał się naszym światem. Ich subiektywne postrzeganie rzeczywistości odbierałyśmy jako obiektywny obraz świata na zasadzie „tak to już jest”. Pochodzące od rodziców i najbliższej rodziny

opinie na temat pieniędzy przyjęłyśmy w dużej mierze jako własne poglądy. „Odziedziczone” wzorce myślowe mogą być konstruktywne i podnosić naszą wiarę w siebie, np. pieniądze są ważne, zasługują na bezpieczeństwo finansowe i dostatek itd. Natomiast destrukcyjne wzorce myślowe tworzą lękowy sposób postrzegania pieniędzy i dobrobytu, o czym więcej w dalszej części. **Nie bez znaczenia mogą być Twoje doświadczenia z dorosłego życia, a przede wszystkim ze związku przemocowego, w którym pieniądze był narzędziem kontroli, dominacji i upokorzenia.**

Prześledźmy teraz następujący mechanizm:

- **wzorzec myślenia – reakcja emocjonalna organizmu – sygnały do otoczenia.**

Każda znacząca myśl wiąże się z emocjonalną reakcją naszego organizmu, a za nią idą werbalne i niewerbalne sygnały kierowane do otoczenia. Sygnały te mogą być odbierane przez osoby z otoczenia podprogowo – podświadomie. Znany jest np. w kryminalistyce syndrom potencjalnej ofiary. Sprawca przez niewerbalne sygnały wyłania z tłumu jedną osobę na swoją ofiarę – kogoś, kogo odbiera jako osobę słabą, zalęknioną, a więc podatną na atak. Podobnie jest w przypadku czworonogów. Pies wyczuwa lęk człowieka i gryzie tego, u którego wyczuł strach. Z tego samego powodu w szkołach samoobrony dla kobiet narażonych na przemoc (np. WenDo) trenerki uczą przybierania w chwilach zagrożenia odpowiedniej postawy, spojrzenia, tonu głosu tak, aby z jednej strony dać sygnał agresorowi – nie dam się zastraszyć, a z drugiej by nie być odbieraną jako agresywną, nastawioną na konfrontację. **Pomyśl, jak odbierasz niewerbalne sygnały z otoczenia związane ze statusem finansowym.** Rozważ następujący przykład. W pobliżu swojego miejsca zamieszkania widzisz sztywnie ubranych mężczyznę i kobietę wsiadających do luksusowego samochodu. Na jakich myślach się wtedy łapiesz? Jeżeli masz negatywne

wzorze myślowe pomyślisz mniej więcej tak: para snobów! Na świecie panuje głód/kryzys a tu taka rozpusta! Na pewno nie dorobili się tego wszystkiego legalnie. Wiadomo – pierwszy milion trzeba ukraść itp. Idźmy dalej. Jeżeli oprócz **negatywnych, ograniczających przekonań** cierpisz również na **nawykowe branie wszystkiego do siebie**, możesz pomyśleć: czuję się gorsza, niechlujnie ubrana, mniej inteligentna, a na pewno mniej zaradna. Szczery uśmiech zamożnej osoby zinterpretujesz jako np. wyśmiewanie się z Twoich niemodnych ubrań, albo że właśnie owa „snobka” zaliczyła cię do marginesu społecznego. Warto sobie uzmysłowić, że wszystkie myśli, które w takiej sytuacji przychodzą Ci do głowy są Twoją interpretacją wydarzeń i intencji, a to wynika z negatywnych wzorców poznawczych.

Mam dla Ciebie dobrą wiadomość: **możesz odzyskać kontrolę nad swoimi myślami w znaczących dla Ciebie obszarach, w tym w dziedzinie finansów**. Oczywiście różne myśli pojawiają się często bez naszej woli, nawykowo, ale możesz poprzez pewne narzędzia, np. afirmacje, przekuć stare, destrukcyjne sposoby myślenia na nowe, dające Ci nieporównywalnie więcej korzyści. Czym są afirmacje?

Afirmacje to pozytywne stwierdzenia. Powtarzane, pomagają zmienić sposób myślenia o sobie i świecie, a także wytworzyć pożyteczne nawyki. Zdania wypowiedane są w czasie teraźniejszym, tak jakby to, co afirmujesz, właśnie wydarzało się w Twoim życiu.

Poniższa tabela zawiera listę typowych ograniczających przekonań i skutków, jakie może spowodować taki sposób myślenia, a także afirmacje, czyli „zaczarowujące rzeczywistość”, pozytywne przekonania. Nie poprzestawaj na zapoznaniu się z tą tabelą. Wyodrębnij te przekonania, przy których odczuwasz tzw. efekt aha, sporządź listę własnych, typowych dla Ciebie przekonań i spróbuj je zmienić poprzez skonstruowanie i powtarzanie własnych afirmacji. Zatem do dzieła!

Tabela ograniczających przekonań i afirmacji.

Ograniczające przekonania	Skutki negatywnych przekonań	Pozytywne myśli na temat pieniędzy. Afirmacje
Pieniądze są po to, żeby je wydawać.	Mniej lub bardziej świadome pozbywanie się pieniędzy, problemy z ich przyjmowaniem, zarabianiem, oszczędzaniem i inwestowaniem (pomnażaniem).	Bogaci się ten, kto gromadzi pieniądze, a nie ten, kto je wydaje.
Pieniądze są przyczyną zła na tym świecie. Pieniądze są złe i brudne.	j.w.	Pieniądze są tylko narzędziem, a w ręku ludzi z dobrymi intencjami, mogą zdziałać wiele dobrego.
Pieniądze nie mają wymiaru duchowego. Albo być albo mieć. Pieniądze „czynią” człowieka próżnym, wygodnym, egoistycznym i niewrażliwym na biedę innych.	Przypisywanie pieniądzom winy za całe zło. Niedostrzeżenie, że zło jest wynikiem złych emocji, intencji, ambicji itp. W efekcie osoba wyznająca to przekonanie nie ma ani pieniędzy ani realnego obrazu świata.	j.w.
Pieniądze psują człowieka. Ludzie bogaci są amoralni. Dzieci z bogatych domów są rozpuszczone itd.	Nie szanujesz ludzi zamożnych.	Robię dobry użytek z pieniędzy. Pieniądze pomagają mi mocno stać na własnych nogach, również po to, żebym mogła pomagać innym.
Pieniądze szczęścia nie dają.	Niewykorzystywanie swojego potencjału do zdobywania pieniędzy, niewykorzystywanie szans i okazji.	Pieniądze pomagają szczęściu – pomagają spełniać marzenia. Pieniądze pomagają czuć się bezpiecznie i pomagają w planowaniu przyszłości.
Uczciwy człowiek nigdy się nie dorobi. W życiu trzeba kombinować, żeby do czegoś dojść. Pierwszy milion trzeba ukraść.	W tym ujęciu zdobywanie dóbr materialnych to walka o przetrwanie – wygrywają jednostki najbardziej cwane i bezwzględne, bogacenie się jest jednoznaczne z zabieraniem innym. W efekcie: nie chcesz być zamożna, bo chcesz być uczciwa. Nie szanujesz osób zamożnych, nie zawierasz z nimi znajomości i nie uczysz się od nich, bo z góry jesteś przekonana, że są nieuczciwi.	Uczciwość i pieniądze mogą iść w parze.

Ograniczające przekonania	Skutki negatywnych przekonań	Pozytywne myśli na temat pieniędzy. Afirmacje
Tylko ciężka praca wzbogaca. Łatwo przyszło, łatwo poszło. Przyjemność to przyjemność a praca to praca.	Brak szacunku i przywiązania należytej uwagi dla otrzymanych pieniędzy np. darowanych, zarobionych w okolicznościach przyjemnych – nie okupionych krwią i potem. Taka osoba raczej nie połączy pasji i pracy, a przecież często tylko takie połączenie może zaowocować osiągnięciami w pracy i sukcesem finansowym.	Pieniądże przychodzą do mnie łatwo i bez wysiłku. co jest to korzystne dla mnie i dla innych. Pieniądże są dobrą energią – przyciągam wszelki dostatek.
Pieniądzy zawsze brakuje	To przekonanie podszyte jest lękiem. Osoba wyznająca takie przekonanie, za każdym razem kiedy wydaje pieniądze, automatycznie zaczyna obawiać się, że zabraknie pieniędzy na coś ważnego. Wszystkiego sobie odmawia, kupuje rzeczy najtańsze, nawet jeżeli oznacza to zaniebdywanie ważnych potrzeb np. estetycznych. Osoba taka funkcjonuje w stałym poczuciu lęku, że wydaje za dużo, że mogłaby mniej, a każdy przyływ pieniędzy interpretuje jako chwilowy, niewiele znaczący zastrzyk – wciąż ma na myśli jakiś ważny wydatek, a potem następny.	Mam wystarczająco dużo pieniędzy. Pieniądże łatwo pojawiają się w moim życiu. Wciąż odkrywam nowe sposoby na zarabianie pieniędzy. Jest wiele osób, które chętnie zapłacą za moje umiejętności i za moja pracę. Wydawanie pieniędzy jest przyjemne i bezpieczne.
Zajmowanie się finansami nie jest kobiece	W efekcie takiego sposobu myślenia kobieta nie jest zainteresowana zarządzaniem finansami, lecz funkcjonuje od wypłaty do wypłaty lub uzależnia się od osób, które w jej odczuciu „zajmą się tym lepiej”. Z takim podejściem nie może skutecznie kontrolować ich poczynań, bo nie ma wiedzy i doświadczenia w zarządzaniu pieniędzmi.	Każdego dnia uczę się zarządzać swoimi pieniędzmi, swoim osobistym majątkiem i staję się coraz lepiej zabezpieczoną finansowo kobietą. Jestem niezależna. Ufam samej sobie, że potrafię nauczyć się i wdrożyć wszystkie ważne aspekty zarządzania osobistymi finansami. Umiem liczyć, więc liczę na siebie!

Tabelę opracowano przy użyciu źródła: <http://forum-przebudzenie.rozwojduchowy.net/?/p/1651/ograniczaj%C4%85ce-przekonania-na-temat-pieni%C4%99dzy>

Inne przykładowe afirmacje¹⁴:

- uwalniam się od wszelkich blokad i ograniczeń, które nie pozwalały mi w pełni wyrażać i realizować siebie. Przyjmuję twórczą postawę w życiu, co zapewnia mi pełnię sukcesu materialnego i duchowego;
- doceniam swoją pracę, to co umiem i to co robię;
- doskonale radzę sobie ze wszystkimi sprawami;
- wykorzystuję swoją pomysłowość w celu pomnożenia swoich dochodów;
- mam wystarczająco dobre pomysły i jestem wystarczająco dobra, by zarabiać tyle, ile chcę i potrzebuję;
- moja praca ma sens;
- moja praca przynosi mi realne dochody;
- moja praca sprawia mi radość, ponieważ realizuję się w niej twórczo;
- otwieram się i jestem gotowa na polepszenie swojej sytuacji; dostrzegam nowe możliwości poprawy i ułatwień;
- otwieram się na wysokie zarobki;
- daję sobie prawo do sukcesu w życiu.

Podsumowując, **ograniczające przekonania na temat pieniędzy, dobrobytu i ludzi zamożnych skutecznie utrudniają mądre zarządzanie finansami**. To, że przekonania te kształtują Twoją podświadomość od czasów dzieciństwa, jeszcze nie znaczy, że muszą towarzyszyć Ci do końca życia. Również to, że zostałeś wykorzystana finansowo przez bliską Ci kiedyś osobę, że używano wobec Ciebie pieniędzy jako „straszaka” lub narzędzia szantażu i kontroli, jeszcze nie oznacza, że już zawsze będziesz miała negatywny stosunek do pieniędzy (o ile tak rzeczywiście jest w twoim przypadku). **W każdej chwili możesz zrezygnować ze starego sposobu myślenia**. Wystarczy, że zaczniesz tworzyć sobie na własny

¹⁴ <http://www.afirmacje.pl/c2/praca-i-zarabianie>

użytek przeciwieństwa swoich ograniczających przekonań zwane afirmacjami. Jest to zalecany przez psychologów sposób na zmianę wzorców myślenia i postaw. **Konsekwentnie powtarzane pozytywne zdania na tematy związane z pracą zawodową, pieniędzmi, biznesem i dobrobytem wpłyną wreszcie w Twoją podświadomość – stworzysz na swój użytek zupełnie nowy obraz świata, świata zamożnego i przyjaznego.**



Dobrobyt to sposób życia i myślenia – nie tylko pieniądze lub rzeczy. Bieda to sposób życia i myślenia – nie tylko brak pieniędzy lub rzeczy.

Eric Butterworth

Rozdział 4:

Budżet domowy – działaj według planu

Zarządzasz czy rozporządzasz pieniędzmi?

Istnieje fundamentalna różnica pomiędzy zarządzaniem pieniędzmi a rozporządzaniem nimi. Część kobiet ma do swojej dyspozycji wyłącznie pulę pieniędzy przeznaczoną na codzienne wydatki, na tzw. życie. Z tych środków w pierwszej kolejności wykonują wszystkie niezbędne opłaty, a reszta musi im wystarczyć na konsumpcję do końca miesiąca. Niestety nie zawsze wystarcza. Niemniej jednak, jeżeli kobieta nie zajmuje się strategicznym planowaniem w oparciu o budżet domowy, a jej partner decyduje o większości dużych wydatków, pożyczkach i inwestycjach, nie możemy mówić o zarządzaniu, tylko o rozporządzaniu pieniędzmi.

Co Ci da umiejętność **zarządzania domowymi finansami**?

- Odzyskasz poczucie kontroli nad finansową stroną swojego życia.
- Będziesz wydawać pieniądze w oparciu o swoje rzeczywiste możliwości, dzięki narzędziu jakim jest budżet domowy.
- Zbudujesz bufor oszczędnościowy – zyskasz realne zabezpieczenie w razie utraty pracy, choroby itp.
- Będziesz gromadzić pieniądze i zwiększać swój majątek w oparciu o prosty styl życia.

- Nauczysz się podstaw inwestowania i poczujesz się bezpieczniejsza o przyszłość swoją i swojej rodziny.
- Zarządzaj nawet jak „nie masz pieniędzy”

Bez względu na to, jak biedną lub jak majątną kobietą jesteś, wiedz jedno – czeka Cię bardzo ważna lekcja do odrobienia. **Umiejętność zarządzania domowym budżetem** – bez względu na to, jak wielkie lub małe są Twoje dochody – jest umiejętnością podstawową i konieczną dla każdej kobiety, która marzy o samodzielności finansowej. Nikt nie uczył nas w szkole zarządzania osobistymi finansami, ale na naukę nigdy nie jest za późno. Częstą wymówką jest stwierdzenie: nie mam pieniędzy, nie mam czym zarządzać. Spójrz do portfela i na swoje konto. Może jednak masz jakieś środki? Kto chce, szuka sposobu, a kto nie chce, szuka pretekstu.

Luki w wiedzy finansowej, a przede wszystkim braki w rozeznaniu co do stanu swojego portfela i majątku w ogóle, mogą być katastrofalne w skutkach, nawet dla bardzo zamożnych osób, którym się wydaje, że bieda im nigdy nie zagrozi. Okazuje się, że można wygrać szóstkę w lotto i w stosunkowo krótkim czasie zostać z niczym, albo wręcz z dużymi długami. Niech będą dla nas przestrogą historie finansowe takich znanych osób jak Mike Tyson, Michel Jackson i wielu polskich totolotkowych szczęśliwców. **Lepiej umieć zarządzać niewielkimi pieniędzmi, niż mieć (aktualnie) dużo pieniędzy bez umiejętności zarządzania nimi.** Cokolwiek dobrego lub złego spotka Cię w Twoim finansowym życiu, Twoim orężem będzie wiedza i nawyk właściwego obchodzenia się ze swoimi pieniędzmi i majątkiem.

Pamiętaj, nawyk zarządzania pieniędzmi jest ważniejszy niż to, ile pieniędzy aktualnie posiadasz!

Rozdział 5: Budżet domowy w pięciu krokach

Budżet domowy to narzędzie, którym posługuje się każdy, kto chce osiągnąć i utrzymać równowagę w finansach swojego gospodarstwa domowego. Budżet domowy obejmuje sumę zaplanowanych wydatków i sumę zaplanowanych przychodów. Tak jak we wszystkich sferach życia – chodzi o równowagę. Nie mam tutaj bynajmniej na myśli wydawania wszystkich środków do ostatniej złotówki. Równowagę finansową osiągniesz wtedy, gdy nauczysz się wygospodarowywać pieniądze na ważne dla Ciebie cele: spłacanie długów, oszczędzanie na wyznaczone przez Ciebie cele (w tym na emeryturę) i oczywiście na niezbędną konsumpcję.



Doprawdy jestem bogata, bo mój dochód przewyższa moje wydatki, a wydatki są takie, jak sobie życzę.

Kahlil Gibran

Budżet domowy powstaje w pięciu etapach¹⁵:

KROK PIERWSZY: rejestrowanie wydatków

Na kartce papieru lub w arkuszu kalkulacyjnym w komputerze (Excel, Calc) stwórz tabelę (jak niżej), w której bę-

¹⁵ „Jak być kobietą zadbaną finansowo”, Małgorzata Bładowska-Wrzodak, Wydawnictwo Złote Myśli, 2012

dziesz przez najbliższy kwartał odnotowywała wszystkie swoje wydatki. Proponuję jak najmniej polegać na pamięci (swojej i dzieci). Zbieraj paragony, kopiuj lub przepisz dane z wyciągów bankowych. Rachunki trzymaj w oddzielnej teczce. Zdecyduj, co najlepiej Ci służy i albo płać gotówką, jeżeli płacenie materialnym pieniądzem powstrzymuje Cię przed zbędnymi wydatkami, albo kartą płatniczą, jeżeli umiesz się kontrolować i wolisz analizować wyciągi bankowe. Natomiast karty debetowe i kredytowe to pomocne narzędzie, ale tylko dla tych, którzy mają wiedzę na ich temat, są dobrze zorganizowani (pilnują terminów, kontrolują na bieżąco wielkość zadłużenia itp.).

Data	Kategoria/pod-kategoria/nazwa produktu/usługi	Kwota zł	Ew. miejsce zakupu
	Kategoria: Kredyty i pożyczki Podkategorie: Rata – kredyt konsumencki X Rata – kredyt hipoteczny Y Rata – pożyczka od koleżanki Z	Ogółem:zł ...zł ...zł ...zł	
	Żywność: pieczywo nabiał mięso i wędliny owoce i warzywa słodyczne soki napoje kolorowe/gazowane inne		
	Opłaty: czynsz elektryczność woda telefon komórkowy internet telewizja kablowa		
	Samochód: serwis paliwo parking		

Data	Kategoria/pod-kategoria/nazwa produktu/usługi	Kwota zł	Ew. miejsce zakupu
	Dziecko: ubrania zabawki opieka (żłobek, przedszkole, opiekunka) specjalne jedzenie (jeśli np. dziecko jest alergikiem i potrzebujesz tej wiedzy do sprawy sądowej o alimenty) edukacja (książki i artykuły pomocnicze do szkoły, komputer, zajęcia dodatkowe). wycieczki, m.in. zielona szkoła		
	Rozrywka: kino, teatr, książki hobby		
	Wydatki „dla ciała”: fryzjer kosmetyczka fitness club/basen/itd.		
	Ubrania: konieczna odzież sezonowa niezaplanowane (jeśli chcesz kontrolować swoją skłonność do wydawania)		
	Ubezpieczenia: ubezpieczenie mieszkania ubezpieczenie samochodu OC/AC		
	Pozostałe wydatki*...		

* Unikaj tej kategorii, bo bardzo często kryją się w niej wydatki mało potrzebne lub wręcz zbędne. Warto je nazwać, żeby je sobie uświadomić i ewentualnie zredukować lub wyeliminować.

Warto od razu przypisywać poszczególne wydatki do odpowiednich kategorii i podkategorii, co pomoże w ich późniejszej analizie (wersja minimum rejestrowania wydatków to: nazwa/cena). Spójrz na rozpisane w powyższej tabeli podkategorie w ramach kategorii „żywność”: to dobry sposób na szukanie oszczędności na wydatkach na niezdrowe produkty, takie jak napoje gazowane, słodczye itd.

Często okazuje się, że na zupełnie zbędne produkty wydajemy 50-200 zł, które możemy regularnie przeznaczać np. na fundusz oszczędnościowy.

Zwróć uwagę, aby spisywanie wydatków nastąpiło w kwartale reprezentatywnych miesięcy. W okresie przedświątecznym obraz miesięcznych wydatków będzie zniekształcony, zarówno, jeśli chodzi o sumę wydatków, jak ich strukturę (głównie w kategoriach jedzenie, prezenty itp.).

Dodatkowo **warto monitorować wydatki poszczególnych osób w rodzinie.** Na przykład w przypadku rachunków telefonicznych, wpisujemy oddzielnie kwotę do zapłacenia z imieniem osoby, która korzysta z danego numeru.



Strzeżcie się drobnych wydatków, mała dziurka bywa często przyczyną zatonięcia wielkiego statku.

Benjamin Franklin

KROK DRUGI: **Analiza wydatków kwartalnych**

Zastanów się nad Twoją sytuacją finansową, celami, do jakich dążysz, i zdecyduj, które wydatki chcesz ograniczyć, a które całkowicie wyeliminować. Pomyśl, czy dana rzecz lub usługa była warta zakupu; weź pod uwagę zakupioną ilość, cenę jednostkową i cenę całkowitą. Czy miejsce, w którym daną rzecz kupiłeś, nie wymaga zmiany? Zaczynij orientować się co, ile i gdzie kosztuje (delikatesy, hipermarket, sklepik osiedlowy, bazarek, internet).

Zastanów się nad użytecznością danej rzeczy lub usługi. Być może najszybszy na rynku internet nie jest Ci aktualnie niezbędny? Co jest dla Ciebie priorytetem, jeśli chodzi o ciągle wymagającą uzupełnienia odzież dla dzieci – jej nowość czy użyteczność? Skonfrontuj korzyści, jakie masz z przyjemnych choć niezdrowych nawyków, jak słodczyce lub pale-

nie papierosów, z korzyściami z ich zredukowania lub wyeliminowania: większymi oszczędnościami, lepszym zdrowiem i oczywiście urodą. Zastanów się, co jeszcze możesz zmienić, żeby zredukować koszty. Dotyczy to również banków. Przeanalizuj najnowsze oferty i podejmij próbę renegocjacji umowy. Jeśli się nie uda, zmień bank lub dostawcę usługi.

Z końcem drugiego lub trzeciego miesiąca zauważysz, że pewne typy wydatków możesz przewidzieć z dużą dokładnością.

Wydatki stałe to wydatki o stosunkowo stałej kwocie, np. opłata za czynsz, abonamenty, rata kredytu itd. W przypadku kosztów stałych nie musisz zaprzętać sobie głowy terminami płatności za poszczególne typowe rachunki – możesz skorzystać z funkcji „zlecenia stałe” albo „polecenia zapłaty”.

Usługi bankowe automatyzujące stałe płatności:

- **Zlecenie stałe.**

Przekazujesz do banku informacje, aby określonego dnia przelewał konkretną kwotę na wskazany rachunek. Jeżeli stawka np. czynszu zmieni się, wystarczy zmodyfikować zlecenie.

- **Polecenie zapłaty**

Z tej bankowej usługi korzystamy w przypadku wydatków, których wysokość różni się w każdym miesiącu, tak np. jak rachunki za telefon komórkowy. Umawiamy się z bankiem i instytucją, która wystawia rachunki, na pobieranie odpowiedniej kwoty z naszego konta. Operator telefonii komórkowej, czy dostawca prądu będzie wtedy wysyłał fakturę zarówno do nas, jak i do banku, a ten ostatni przeleje odpowiednią kwotę na konto instytucji wystawiającej fakturę.

Oczywiście taka automatyzacja (korzystanie z usługi polecenia zapłaty i zlecenia stałego) nie powinna oznaczać braku zainteresowania z Twojej strony. W przypadku polecenia zapłaty może zdarzyć się pomyłka i z twojego konta zostanie pobrana kwota większa niż należy. Masz jednak 30 dni na anulowanie takiej transakcji. Zapoznaj się z tabelą opłat i pro-

wizji w swoim banku a także w bankach konkurencyjnych. Zastanów się, a następnie wybierz najkorzystniejszą z ofert.

- **Wydatki zmienne**

Jest ich najwięcej i najtrudniej zapanować nad ich rejestracją. Najlepiej zbierać paragony, ważne żeby nie poddawać się frustracji związanej z portfelem wypchanym mnóstwem karteczek. Warto też jak najczęściej korzystać z karty płatniczej (przy zakupach powyżej 20zł, bo wciąż niektóre sklepy ustalają sobie wewnętrznie minimalną kwotę zakupów przy płatności kartą płatniczą).

KROK TRZECI: W poszukiwaniu modelu wydatków

Po dwóch-trzech miesiącach spisywania i analizy wyklaruje się model Twoich wydatków: opłaty, wydatki bieżące i na poszczególne kategorie zakupów. Mając te dane, możesz już zacząć planować kolejne miesiące. Planowanie na tym etapie będzie bardziej racjonalne, gdyż będziesz już wiedziała, ile pieniędzy przecieka Ci przez palce w skali miesiąca. Po rejestracji wydatków może się okazać, że wbrew temu, co sądziłaś, potrafisz wygospodarować niezłą sumkę.

Dodatkowy miesiąc z ulepszonym planem wydatków

W zależności od problemu (wydajesz wszystko, co zarabiasz; wydajesz więcej niż zarabiasz albo nie masz środków na wszystkie cele, na których Ci zależy), zaplanuj odpowiednio mniejszą pulę pieniędzy przeznaczonych na wybraną kategorię (np. ubrania, kosmetyki) i znowu pilnuj wydatków przez kolejny miesiąc. Ze szczególną uwagą przyglądaj się kategoriom, które są najprawdopodobniej tzw. **czarną dziurą w twoim budżecie**. Może warto uszczegółowić kategorię, na którą wyjątkowo dużo wydajesz? Po upływie miesiąca warto zadać sobie pytanie: czy taki model wydatków Ci odpowiada?

KROK CZWARTY: planowanie większych wydatków

Wiesz już, jak powinien wyglądać Twój modelowy miesiąc, a teraz **spójrz w kalendarz i zastanów się, jakie wydatki czekają Cię w skali roku**: kolonie dla dzieci, urlop, święta, ubezpieczenie samochodu, podatek od nieruchomości. Warto też uzmysłowić sobie, na jakie dodatkowe przychody możesz liczyć w kolejnych miesiącach: premie noworoczne, trzynastki itd.

Nagle, duże wydatki mogą być dużym wyzwaniem dla Twojego budżetu. Lepiej je przewidzieć i przez cały rok odkładać na wybrane cele, np. na fundusz remontowy lub wakacyjny. Jak to zrobić? **Wystarczy przewidywaną kwotę dużego wydatku podzielić na dwanaście miesięcy** (lub inną ich liczbę) i co miesiąc odkładać daną kwotę na wyznaczony cel. Gdy przyjdzie czas i wyłożysz pieniądze na stół, będziesz z siebie dumna – poczujesz, że masz kontrolę nad swoimi finansami i potrafisz mocno stanąć na własnych nogach.

KROK PIĄTY: tworzenie budżetu domowego

Budżet domowy to konfrontacja planowanych wydatków z dochodami, czyli realnymi możliwościami realizacji naszych planów. Znając model swoich wydatków, swoje słabe i silne strony w wydawaniu, możesz zaplanować swój budżet na najbliższy miesiąc, kwartał lub rok. Dzięki dalekosiężnej perspektywie możesz uwzględniać spodziewane (np. w skali roku) wydatki, ale także premie, zwroty podatków itd. **Bądź jednak ostrożna w prognozowaniu spodziewanych dochodów i dodatkowych bonusów!** Nie dziel skóry na niedźwiedziu! Nie wydawaj pieniędzy, których nie masz!

PRZYCHODY	WYDATKI
Kwota miesięcznych przychodów członków rodziny ogółem: ...zł, <ul style="list-style-type: none"> ● alimenty – ... zł ● moja pensja – ... zł ● pensja starszej córki – ... zł 	Kwota wydatków ogółem: ...zł Opłaty stałe: z tego: <ul style="list-style-type: none"> ● czynsz... zł ● woda... zł ● elektryczność... zł ● gaz... zł ● Internet... zł ● kablówka... zł ● telefony komórkowe:... z tego: <ul style="list-style-type: none"> ● mój ● córki ● syna Żywność: z tego: <ul style="list-style-type: none"> ● pieczywo... zł ● nabiał... zł ● mięso i wędliny... zł ● owoce i warzywa... zł ● słodycze... zł ● napoje... zł ● inne... zł ● środki chemiczne ogółem: ... zł ● środki czystości ... zł ● higiena osobista... zł ● kosmetyki... zł ● Samochód ogółem... zł ● Paliwo <ul style="list-style-type: none"> ● Ubrania: ...zł ● Szczegóły.... ● Lekarstwa: ... zł ● Dodatkowe wydatki na luty 2012: <ul style="list-style-type: none"> ● naprawa samochodu – 400 zł ● itp.
SUMA przychodów:	SUMA wydatków:

SALDO budżetu domowego to suma przychodów pomniejszona o sumę łącznych wydatków.

Znając dochody swojego gospodarstwa domowego, możesz zaplanować, jak od strony finansowej ma wyglądać kolejny miesiąc Twojego życia. Wiesz, jakich wydatków nie da się uniknąć, wiesz, ile chcesz od razu przelać na konto oszczęd-

nościowe lub inwestycyjne (według zasady, zapłać najpierw sobie) i wiesz, ile musisz odłożyć na poczet przyszłych wydatków, np. na fundusz wakacyjny. Nie zapominaj o koncie oszczędnościowym (Twoim własnym) i o emeryturze. Wiesz, ile przeciętnie wyniosą Cię wydatki na życie (stałe i zmienne).

Pracuj nad budżetem, dopóki nie uznasz, że jest taki, jaki powinien być

Jak wypadło porównanie planowanych wydatków z dochodami? Jeżeli po odjęciu wydatków od dochodów wynik był dodatni, należą Ci się gratulacje. Jeżeli np. starcza Ci na życie, ale nie udaje Ci się zrealizować Twoich celów finansowych, nie zniechęcaj się. **Rozwiązania są dwa: po pierwsze zwiększaj dochody, po drugie zmniejszaj wydatki, a najlepiej zrób jedno i drugie.**

W trudnej sytuacji finansowej warto zapisywać wydatki, dopóki nie wyjdzie się na prostą. Nie chodzi o zapisywanie każdej wydawanej złotówki, ale o to, żeby trzymać rękę na pulsie.

Bądź dla siebie wymagająca. Przyglądaj się poszczególnym kategoriom i zastanawiaj się, czy rzeczywiście nie da się żyć skromniej. Pamiętaj! **Prosty, oszczędny styl życia to inwestycja w Twoją finansową przyszłość.** Na nic się zda ogromny majątek i ogromne dochody, jeżeli jego właściciel nie zna umiaru w wydatkach.

W miesiącu poprzedzającym okres świąteczny (lub inne wydarzenie ważne z punktu widzenia budżetu) przegrupuj środki pomiędzy kategoriami. W przypadku urlopu należy się spodziewać, że więcej niż zwykle wydasz na ubrania, jedzenie, rozrywkę i pamiątki. Może warto całkowicie zrezygnować z kategorii rozrywka na miesiąc przed wyjazdem? A może jako roztropna menedżerka domowych finansów, przewidzisz związane z wyjazdem koszty wystarczająco wcześniej i tylko nieznacznie zmniejszysz pulę przeznaczoną na przyjemności, ale za to na okres kilku miesięcy przed wyjazdem?

Na koniec...

Spisywanie wydatków to żmudna praca, szczególnie w początkowej fazie, gdy spisuje się szczegółowo kategorie i podkategorie, aby wyłapać tzw. czarne dziury. Po dwóch lub trzech miesiącach, gdy już poznasz swoje słabe strony (np. kategoria: artykuły spożywcze, newralgiczne podkategorie: nabiał, słodczyce, alkohol) możesz wydatkom przydzielać ogólne kategorie: spożywcze, chemia, rachunki, kredyty itp. Pamiętając oczywiście o słabych punktach swojego budżetu. Mało kto jest tak wytrwały, by latami prowadzić szczegółowe rejestry wydatków. Jeżeli jednak problemy z dopięciem budżetu będą powracać, zapisywanie każdego wydatku powinno się stać Twoim nawykiem. **Być może sama świadomość konieczności zapisania każdego wydatku zadziała na Ciebie dyscyplinująco?!**

Prowadzenie budżetu domowego jest ściśle związane z utrzymywaniem porządku w dokumentach. Dobra organizacja płatności za zobowiązania, stałe monitorowanie wydatków, nawyk sprawdzania kont i stanu portfela pod koniec każdego miesiąca sprawią, że poczujesz się trochę jak księgowa prowadząca finanse małej firmy. Na początku mogą pojawić się problemy z systematycznością i utrzymywaniem porządku – jednak nie poddawaj się. **Uzyskanie kontroli nad finansową stroną życia zapewni Ci poczucie bezpieczeństwa**, a poczucie kontroli nad finansami przyjdzie wraz z doświadczeniem. Daj sobie trochę czasu na naukę i praktykę i daj sobie prawo do popełniania błędów. **Z czasem poczujesz się pewniej w roli menedżerki domowych finansów.**



Kobieta bardziej pewna siebie i zabezpieczona finansowo to kobieta szczęśliwsza.

Suze Orman

planistka finansowa i autorka bestsellerowych książek z zakresu zarządzania finansami osobistymi.

Rozdział 6:

Oszczędny styl życia receptą na zasobną przyszłość



Kobieta zawsze będzie zależna, chyba że ma swoje własne pieniądze.

Elizabeth Cady Stanton

działaczka na rzecz praw kobiet (1815–1902)



Możesz mieć wszystko. Po prostu nie możesz mieć wszystkiego w tym samym czasie.

Oprah Winfrey

autorka i prowadząca najslynniejszy i najbardziej opiniotwórczy talk-show w USA, jedna z najbardziej wpływowych i zamożnych osób na świecie.

Rachunek bieżący a rachunek oszczędnościowy

Jeżeli masz w zwyczaju trzymać swoje dochody na rachunku bieżącym, warto jak najszybciej pozbyć się tego nawyku. **Rachunek bieżący powinien służyć tylko i wyłącznie dwóm celom: opłacaniu rachunków i wypłacie gotówki.**

Warto co jakiś czas robić rozeznanie w ofertach bankowych. Prawdopodobnie najbardziej korzystnym finansowo

rozwiązaniem będzie konto internetowe, w którym i rachunek bankowy, i wszystkie podstawowe działania – przelewy, konta oszczędnościowe – będą darmowe. Powinnaś mieć także zapewniony internetowy dostęp do wyciągów bankowych, możliwość bezpłatnego korzystania z bankomatów związanych z bankiem.

Rachunek oszczędnościowy to w przeciwieństwie do rachunku bieżącego odpowiednie konto do gromadzenia i zabezpieczania pieniędzy przed inflacją, a także przed zbyt łatwym dostępem osób nieuprawnionych. Zakładając długoterminowe konto oszczędnościowe zabezpieczasz się także przed sobą samą lub raczej przed skutkami impulsywnych zakupów, którym ulega większość z nas, kobiet. Traktuj swoje konto oszczędnościowe jak swój skarb, to z niego będziesz czerpała poczucie finansowego bezpieczeństwa. To Twoje zabezpieczenie na dobre i złe wypadki losowe. Apeluję do Ciebie, abyś je chroniła przed zakusami bliskich osób, które niejednokrotnie będą Cię namawiać, żebyś podżyrowała kredyt, pożyczyla na nową firmę i inne ważne cele. Już raz zostałaś oszukana, więc należy Ci się świadomość, że masz odłożone żelazne środki na bezpieczną przyszłość – swoją przyszłość. I jeszcze jedno: posiadanie oszczędności nie jest przywilejem bogatych, ale życiową koniecznością. **Osoba, która wydaje wszystko, jest jak akrobata balansujący na linie nad przepaścią. Może tak funkcjonować przez lata, ale w gruncie rzeczy jest „o jedną wypłatę od bankructwa”.** Może przekonać się o tym, kiedy straci pracę. Dlatego lepiej odkładać regularnie choćby niewielkie kwoty, niż nie robić nic dla swojej przyszłości.

Po pierwsze ustal, na jakie cele chcesz przeznaczyć oszczędności

Zastanów się, jak ważne są te cele oraz jaki procent/kwotę dochodów będziesz przelewać na poszczególne konta oszczędnościowe, np.:

1. Oszczędności **na tzw. bufor finansowego bezpieczeństwa** (docelowo powinna znaleźć się tu kwota równa ośmiokrotności miesięcznych dochodów, sama ustal, ile miesięcznie jesteś w stanie przeznaczyć na ten cel).
 2. Oszczędności **na emeryturę** (np. 200 zł).
 3. Oszczędności **na fundusze celowe**: np. wakacyjny, remontowy, na realizację jakiegoś Twojego marzenia itp. (np. 100 zł).
- a dla kobiet, które są w nowych związkach, dodatkowo:
4. Oszczędności **na osobiste kobiece konto oszczędnościowe** (trzykrotna miesięczna kwota na tzw. życie).

Bufor finansowego bezpieczeństwa to nic innego jak odłożone na odrębnym koncie oszczędnościowym pieniądze na nieprzewidziane wydatki. W razie choroby, kilkumiesięcznego pozostawania bez pracy lub innych nieszczęść będziesz przygotowana na każdą okoliczność. Poczucie bezpieczeństwa, jakie będziesz czerpała z tego konta, jest bezcenne. Jeżeli nie masz bufora, a wydajesz wszystko, co zarabiasz, jesteś o krok od bankructwa. Ile pieniędzy należy zgromadzić, by się realnie zabezpieczyć?

Założmy, że wydajesz miesięcznie na życie 3 000 zł.

- Kobieta samotna powinna zgromadzić kwotę 24 000 zł (3 000 zł × 8 miesięcy).
- Kobieta pozostająca w związku powinna mieć oszczędności na dwóch kontach:
 - na osobistym kobiecym koncie oszczędnościowym 9 000 zł (3 000 zł × 3 miesiące).

- na rodzinnym koncie oszczędnościowym 24 000 zł (3 000 zł × 8 miesięcy).

Oszczędności na emeryturę – szczegóły w rozdziale pt. *Emerytura – zadbaj o swoją starość*.

Oszczędności na wybrane cele – na pewno spodziewasz się jakiś konkretnych dużych wydatków, na przykład: wyjazd na urlop, zielona szkoła dzieci, remont łazienki, kupno nowej lodówki itd. Warto rozłożyć sobie takie wydatki na kilka miesięcy. Ustal kwotę, którą będziesz odkładała co miesiąc przez określony czas, a nie dasz się zaskoczyć biegowi wydarzeń oraz niemal bezboleśnie zrealizujesz ten duży wydatek.

Oszczędności na osobiste kobiece konto oszczędnościowe. Stwórz konto oszczędnościowe wyłącznie z myślą o sobie samej, na swoje nazwisko, odrębne od kont partnera i dzieci. Po co? Każda kobieta zasługuje na to, żeby w razie jakiejś nagłej osobistej potrzeby nie musieć nikogo informować ani pytać o zgodę. Masz za sobą określone doświadczenia i dlatego posiadanie własnych pieniędzy „na wszelki wypadek” powinno być dla Ciebie kwestią priorytetową – bycia lub niebycia kobietą niezależną finansowo.

- Zanim osiągniesz wymagane dla bezpieczeństwa limity oszczędnościowe, w zależności od wysokości Twoich dochodów i stylu życia, na jaki się decydujesz, **może upłynąć od kilku miesięcy do nawet kilku lat**. Nie zniechęcaj się. Najważniejsze, że masz plan i jesteś konsekwentna – już z tego czerpiesz swoją siłę. Czujesz, że zaczniesz panować nad swoim losem.
- **Wizualizuj, czyli miej świadomość, do czego dążysz.** Pomyśl, wystarczy, że na swoje konto oszczędnościowe będziesz wpłacała co miesiąc symboliczne 50 zł, a Twoje konto ma roczną stopę zwrotu w wysokości 5% , więc za rok będziesz miała 614 zł, za trzy lata 1938 zł, za 5 lat 3400, za 10 lat 7764 zł.

Gdzie trzymać oszczędności? Oszczędzając na cele długoterminowe, możesz trzymać pieniądze na koncie oszczędnościowym albo lokacie bankowej, ale nie tylko. Na rynku jest duża oferta długoterminowych instrumentów oszczędnościowych, które oferują banki, TFI (Towarzystwa Funduszy Inwestycyjnych), towarzystwa ubezpieczeniowe i pośrednicy finansowi. Wytrawne inwestorki tworzą sobie tzw. portfel oparty na samodzielnie wybranych aktywach. **Jeżeli jednak jesteś na etapie tworzenia elementarnych zasobów oszczędnościowych, które będą dla Ciebie synonimem bezpieczeństwa, lepiej ulokować je na bezpiecznym depozycie bankowym,** niż w pogoni za zyskiem ryzykować straty. Instrumenty inwestycyjne dają oczywiście szansę na ponadprzeciętne zyski, ale szansa to nie obietnica, należy mieć świadomość ryzyka utraty włożonego kapitału. Na to przyjdzie czas, gdy poczujesz, że masz swoje finansowe życie w swoich rękach.

Wybieraj najlepiej oprocentowany rachunek oszczędnościowy na rynku. Porównując oferty różnych instytucji finansowych, które zachęcają Cię do oszczędzania właśnie u nich, zwróć uwagę na RSZ – roczną stopę zwrotu. Nie chodzi o oszczędzanie w sensie odkładania, ale o takie oszczędzanie, które gwarantuje najwyższy możliwy zysk, a przy tym jest bezpieczne. **Dbać o swoje oszczędności to znaczy dbać o siebie.**

Po drugie zacznij stosować zasadę „zapłać najpierw sobie”

Oszczędzanie to długi i mozolny proces, podczas którego czyha wiele niebezpieczeństw. Dlatego warto zastosować zasadę ograniczonego zaufania do samej siebie. Przecież jest tyle mniej lub bardziej ważnych powodów, żeby „dobrać się” do swoich oszczędności. Jeżeli chcesz uniknąć efektu pustego konta oszczędnościowego, stosuj zasadę „zapłać

najpierw sobie”. **Postępując według tej zasady, nie czekasz do końca miesiąca, aż zostanie Ci jakaś nadwyżka finansowa, tylko w pierwszej kolejności, na początku miesiąca (np. tuż po wypłacie) przelewasz na swoje konto oszczędnościowe określoną, stałą kwotę.**

Uwaga! Nie stosuj tej zasady, jeżeli jeszcze dobrze nie znasz swojego wzoru wydatków stałych i zmiennych (po zamotowaniu czarnych dziur), bo możesz wpędzić się w długi, zostanie Ci za mało pieniędzy na życie i będziesz zmuszona pożyczać od znajomych, rodziny, banków itd.

Uwaga! Jeśli jesteś zadłużona, najpierw skontaktuj się z doradcą finansowym, skonsultuj z nim sprawę spłacania długów i tworzenia oszczędności na przyszłość.

Po trzecie zautomatyzuj proces odkładania na konto/a oszczędnościowe

Wystarczy uruchomić bankową usługę „zlecenie przelewu” ustalonych kwot na określone konta, by zagwarantować sobie stuprocentową skuteczność w oszczędzaniu. **Dzięki automatyzacji zaoszczędzisz sobie rozterek pod koniec miesiąca, na co przeznaczyć resztę pieniędzy: odłożyć na konto, czy kupić mniej lub bardziej potrzebną rzecz? Po co narażać się na uleganie kuszącym reklamom? Dzięki temu zabiegowi nadasz aktowi oszczędzania pierwszeństwo na znak, że Twoje sprawy finansowe są równie ważne jak zobowiązania wobec innych:** banków, instytucji użyteczności publicznej, firm itd. Suze Orman, autorka wielu poradników z zakresu finansów domowych, w tym jednego przeznaczanego specjalnie dla kobiet, napisała znamienne słowa: „Zamożność osiągniesz tylko wtedy, gdy zbudujesz zdrowe relacje z pieniędzmi i silne poczucie własnej wartości”. Stopniowo rosnąca kwota oszczędności sprawi, że będziesz się czuć coraz bardziej komfortowo i bezpiecznie spokojna o swoją

finansową przyszłość. To będzie Twój wkład w owe zdrowe relacje z pieniędzmi. Jeżeli jesteś sama, to możesz się całkowicie skupić na tworzeniu buforu bezpieczeństwa. Jeżeli zdecydujesz się na nowy związek, załóż sobie specjalne **ko-biece konto oszczędnościowe**. Pamiętaj, że oszczędzasz dla siebie! Daj innym sygnał, że dajesz sobie do tego prawo, że jesteś tego warta!

Z czasem **nauczysz się żyć z nową kwotą do dyspozycji**. Za pół roku nawet nie będziesz pamiętała, że „zabierasz sobie” część pensji/dochodu na konto oszczędnościowe.

„Zapłać najpierw sobie” a nieprzewidziane wydatki

Jeżeli masz nieregularne dochody, jesteś mamą kilkorga dzieci albo z innych powodów „cierpisz na nieprzewidziane wydatki”, które skutecznie utrudniają Ci oszczędzanie, polecam sposób, który jest połączeniem metod: „zapłać najpierw sobie” i „metody płatków śniegu”. Na czym polega to połączenie? Po prostu oszczędzasz tyle, ile możesz, bo przy, powiedzmy, dwojce dzieci w wieku szkolnym trudno sztywno trzymać się zasady „zapłać najpierw sobie” na jakimś ambitnym poziomie. Ciągłe pojawiają się niezaplanowane i trudne do przewidzenia wydatki. A więc jeżeli nie jesteś w stanie na początku miesiąca przelać odpowiednio wysokiej składki na swoje oszczędności, zastosuj zasadę „zapłać najpierw sobie”, ale **zapłać sobie na początku miesiąca sporo mniej, niż byś teoretycznie mogła. Potem dopiero, stosując metodę płatków śniegu, staraj się powiększać kwotę miesięcznych oszczędności.**

Zastanów się teraz przez chwilę: ile będzie wynosiło żelazne minimum, które w pierwszej kolejności będziesz sobie wpłacała na konto?

Zasady warte częstego powtarzania sobie, ale przede wszystkim warte realizacji:

- Zawszę wydaję mniej niż zarabiam.
- Zawsze jestem w stanie wygospodarować jakieś oszczędności.
- Stosuję zasadę „zapłać najpierw sobie”, bo troszczę się o swoją przyszłość.

Zaczynasz nowy miesiąc: krok po kroku, ziarnko do ziarnka...

- Oczywiście zacznij od zapłacenia najpierw sobie – wpłacenia odpowiedniej kwoty na konto/konta oszczędnościowe.
- Następnie sporządź zestawienie wszystkich rachunków, rat i zrealizuj te płatności. Unikaj jak ognia wszelkich kar i odsetek.
- Wyznacz sobie ogólną kwotę na życie (niezbędne wydatki) lub bardziej szczegółowo, z podziałem na poszczególne kategorie zakupowe (artykuły spożywcze, ubrania itd.). Możesz założyć, że codziennie wydasz nie więcej niż 30 zł.
- Wydatki na artykuły, bez których możesz się obyć, zostaw na koniec miesiąca. Jeśli zostanie Ci nadwyżka finansowa, możesz ją przeznaczyć na zakup rzeczy, które nie są najważniejsze.
- Jeżeli nadal masz problemy z utrzymaniem się w granicach budżetu – zapisuj wszystkie wydatki, nawet najdrobniejsze. Pozwoli Ci to pod koniec miesiąca zobaczyć, na co wydajesz niepotrzebnie lub zbyt dużo.
- Idąc do sklepu, szczególnie dotyczy to hipermarketów, przygotuj listę zakupów. Nie pozwalaj sobie na produkty spoza listy, a dla pewności weź ze sobą tylko niezbędną ilość gotówki (płatność kartą płatniczą może okazać się zbyt wielką pokusą).

- **Nie wybieraj się na zakupy z pustym żołądkiem.** Jak wykazują badania, syty klient kupuje stosunkowo mniej i nie ulega zachciankom.
- **Nigdy nie kupuj pod wpływem impulsu.** Przetestuj, jaki sposób najlepiej wzmacnia Twoją motywację do oszczędniejszego stylu życia:
- Sposób pierwszy: **przelicznik na roboczegodzinę** – wystarczy uświadomić sobie, że bluzka za 99 zł to na przykład 1–2 dni pełnoetatowej pracy.
- Sposób drugi: **przelicznik na bliskość celu** – pomyśl przez chwilę, o ile tygodni lub miesięcy dany wydatek oddali Cię od realizacji upragnionego celu finansowego, na który aktualnie oszczędzasz (np. bufor finansowego bezpieczeństwa, urlop, kolonie dla dziecka).
- **Warto robić zakupy w hipermarketach i równocześnie zbierać punkty rabatowe na kolejne tańsze zakupy, nie warto jednak kupować na duży zapas.** Przeterminowane produkty wyrzucisz do kosza, a to też są pieniądze.
- **Warto kupować tańsze odpowiedniki produktów spożywczych w hipermarketach,** bo jak wynika z badań konsumenckich, bardzo często są one produkowane przez te same firmy, które wypuszczają na rynek produkty markowe. Koniecznie czytaj i porównuj skład na etykiecie.
- **W miarę możliwości porównuj oferty kilku sklepów, a przede wszystkim korzystaj z oferty handlu nietradycyjnego, w szczególności sklepów internetowych.** Różnice w marży mogą być znaczne. Tańsze zakupy to więcej pieniędzy w kieszeni.
- **Analizuj promocje i okazje.** Nie kupuj czegoś, czego tak naprawdę nie potrzebujesz. Czytaj dokładnie umowy pod kątem ukrytych kosztów, na przykład ile wynosi opłata za transport sprzętu AGD.

- **Ubrania i buty kupuj na przecenach, poza sezonem.** Dzięki temu kupisz ubrania dobrej jakości, na lata, a zapłacisz nawet o ponad połowę mniej.
- **Oszczędzaj wodę, prąd i gaz!** Zużywaj tylko tyle, ile potrzebujesz. W domu zwracaj uwagę, by gasić światło po wyjściu z pomieszczenia, zakręcać wodę i oszczędnie z niej korzystać. Kontroluj sprawność urządzeń sanitarnych (przeciekające uszczelki, krany itd.). Gotuj większe ilości gotowych posiłków i półproduktów (np. sosy pomidorowe własnej roboty) i zamrażaj je.
- **Ogranicz rozmowy telefoniczne.** Zorientuj się w ofercie konkurencyjnych operatorów telefonii komórkowej. Jeżeli płacisz bardzo wysokie rachunki nawet przy stosunkowo korzystnej ofercie operatora, zastanów się nad opcją telefonu „na kartę”. Będziesz miała pewność, że nie przekroczysz wyznaczonego limitu.
- **Jeżeli poruszasz się autem po mieście, może czas przesiąść się do komunikacji miejskiej?** To pozwala zaoszczędzić nawet kilkaset złotych miesięcznie.
- **Jeśli palisz – rzuć!** Pomyśl, ile złotych puszczasz z dymem.
- **Zweryfikuj raty wszystkich spłacanych kredytów.** Być może uda Ci się porozumieć z bankiem czy instytucją pożyczkową i zmniejszyć wysokość niektórych rat. Pozymskane w ten sposób środki pomogą na bieżąco dokonywać innych niezbędnych opłat.
- **Jeśli spłacasz kilka pożyczek, sprawdź oferty kredytów konsolidacyjnych.** Jedna rata to oszczędność czasu, a przede wszystkim pieniędzy, które wydajesz, płacąc na przykład za przelewy. Poza tym być może uda się obniżyć miesięczny wydatek na spłatę kredytów. Pamiętaj tylko, że to oznacza dłuższy okres spłaty.
- **Sprawdź, jakie ponosisz opłaty z tytułu utrzymania swojego rachunku bankowego.** Korzystaj z rankingu kont,

porównuj oferty różnych banków. Weryfikuj swoje decyzje przynajmniej raz w roku. Rynek usług finansowych zmienia się dynamicznie, trzymaj rękę na pulsie.

- **Jeśli planujesz większe zakupy, nie bierz na nie pożyczek. Postaraj się zaoszczędzić niezbędną kwotę lub przynajmniej jej istotną część.** Pozwoli Ci to uniknąć dodatkowych kosztów w postaci prowizji i odsetek.
- **Kiedy przyjdzie czas wymiany starych urządzeń na nowe, warto pomyśleć długofalowo i wybrać urządzenia droższe, ale energooszczędne (klasa A, A+ i A++).** Szczególnie energochłonne urządzenia to: lodówka, pralka, kuchenka oraz czajnik elektryczny.

Pamiętaj! Ziarnko do ziarnka... Wiele drobnych oszczędności pozwala zgromadzić całkiem spore środki. Potrzeba tylko trochę wytrwałości, samozaparcia i dyscypliny. Powodzenia!

I jeszcze jedno na koniec. T. Harv Eker, autor książki „Bogaty albo biedny, po prostu różni mentalnie” zaliczył **prostotę do czterech czynników niezbędnych w procesie tworzenia majątku netto (obok dochodów, oszczędności i inwestycji)**. Prostota jest w oczywisty sposób ściśle związana z oszczędzaniem i oznacza kreowanie takiego stylu życia, który wymaga optymalnie niewielkiej ilości pieniędzy. Mniej wydatków na konsumpcję oznacza więcej oszczędności, a więcej oszczędności to większe możliwości pomnażania pieniędzy – generowania zysków z inwestycji.

W kolejnym rozdziale pokażę Ci kilka prostych narzędzi do zarządzania swoim majątkiem oraz kilka podstawowych informacji na temat inwestowania.

Rozdział 7: Jak zacząć inwestować?

Jak wynika z badań¹⁶ zainteresowanie Polaków dziedziną finansów, a przede wszystkim jej najtrudniejszym aspektem, bo obarczonym mniejszym lub większym ryzykiem – inwestycjami – jest, delikatnie mówiąc, mizerne. Eksperti zwracają uwagę na **lęk przed inwestowaniem** (wyołbrzymienie poziomu ryzyka obrotu własnymi oszczędnościami), **stereotypy** (trzeba mieć ogromną wiedzę ekonomiczną, żeby znacząco inwestować) i **braki w podstawowej wiedzy**. Jeżeli dodamy do tego **stereotyp postrzegania świata finansjery jako dziedziny zarezerwowanej wyłącznie dla mężczyzn**, okazuje się, że kobiecie może być jeszcze trudniej zacząć zrzędać osobistymi finansami, a przede wszystkim zacząć inwestować. **Najtrudniej jest zacząć. To są Twoje pieniądze i Twój czas na poznanie podstaw i trzymanie ręki na pulsie.** Daleka jestem od tego, żeby namawiać Cię do zostawiania pieniędzy w rękach doradców i specjalistów. Uważam, że nic nie wpływa lepiej na poczucie finansowego bezpieczeństwa niż samokształcenie i samodzielność w podejmowaniu decyzji, a przynajmniej świadome monitorowanie pracy specjalistów – pośredników.

¹⁶ Jak wynika z badania przeprowadzonego przez TNS Pentor dla Komisji Nadzoru Finansowego, około 60% badanych na oszczędzaniu i inwestowaniu pieniędzy zna się raczej słabo lub wcale. Źródło: http://www.knf.gov.pl/Images/material_prasowy_Pentor_dla_KNF_tcm75-29870.pdf

Kobiety mają predyspozycje, by być skutecznymi inwestorkami

Zanim przejdiesz do wiedzy teoretycznej z zakresu inwestowania, chciałabym, żebyś wzmocniła w sobie przekonanie, że Ty – jako kobieta, która dopiero zaczyna interesować się skutecznym zarządzaniem pieniędzmi – masz już predyspozycje ku temu, by być skuteczną inwestorką. Eksperci od finansów wymieniają następujące cechy, które predysponują kobiety do osiągnięcia sukcesów w inwestowaniu. Po pierwsze, **kobiety nie boją się przyznawać do swojej niewiedzy**. Nie wstydzimy się prosić się o pomoc specjalistów. Po drugie **kobiety potrafią mądrze kupować**. Mają doświadczenie jako konsumentki korzystające z wszelkich promocji i okazji (co przydaje się podczas inwestowania na giełdzie, w nieruchomościach itp.). Po trzecie, **kobiety są skrupulatne i dobrze przygotowują się do tego, co robią**, a to kluczowa umiejętność między innymi na rynku nieruchomości, kiedy trzeba porównywać oferty, orientować się w rynku, wyszukiwać okazje. Po czwarte, kobiety mają o wiele mniejsze ego – nie interesuje nas pokazywanie innym, że wspaniale sobie radzimy w inwestowaniu, ale **skupiamy się na odnoszeniu realnych sukcesów**. Po piąte, kobiety to opiekunki. **Jesteśmy świetne w dbaniu o relacje z osobami kluczowymi dla naszych inwestycji**: z kredytodawcami, doradcami finansowymi, agentami nieruchomości. Lepsze relacje z ludźmi to lepszy dostęp do informacji na temat danej inwestycji. Po szóste, **kobiety chętniej się uczą**, także od innych kobiet, dlatego ważne jest, abyś znalazła w swoim otoczeniu lub poznała kobietę, która osiągnęła już to, co Ty chcesz osiągnąć – w tym przypadku w dziedzinie inwestycji.

Podstawowe produkty oszczędnościowo-inwestycyjne

Produkty finansowe, które będą pracowały na Twoją przyszłość, można podzielić na dwie grupy: produkty inwestycyjne oraz depozyty. **Produkty inwestycyjne mogą stracić na wartości, wiążą się z ryzykiem utraty wkładu.** Na przykład, jeżeli ulokujesz 10 tys. zł w fundusz inwestycyjny, akcje lub inne produkty inwestycyjne, możesz wiele zyskać, ale miej na uwadze ryzyko utraty nawet znacznej części tej kwoty (jeżeli na przykład nie zareagujesz na czas). Produkty inwestycyjne to m.in.: akcje, obligacje, fundusze inwestycyjne. Z kolei **depozyty są gwarantowane** (rachunki oszczędnościowe, bankowe papiery wartościowe), ale równocześnie oznaczają stosunkowo mniejsze zyski. Środki złożone w depozytach bankowych gwarantowane są przez Bankowy Fundusz Gwarancyjny.

Depozyty gwarantowane czyli konta oszczędnościowe i lokaty bankowe

To sposób raczej na oszczędzanie niż inwestowanie, ponieważ te instrumenty zapewniają minimalny zysk, ale maksymalne bezpieczeństwo. Wpłacone pieniądze „rosną” według oprocentowania danej oferty, a dodatkowo na naszą korzyść działa **magia procenta składanego** (procent składany – sposób oprocentowania wkładu pieniężnego, polegający na tym, że odsetki podlegają kapitalizacji, czyli są doliczane do wkładu i procentują wraz z nim w okresie następnym). Albert Einstein określił procent składany mianem „największego matematycznego odkrycia w historii”. Jeśli jednak przyjrzymy się wysokości zarobku z konta czy lokaty w skali roku, odejmiemy od tego podatek (od zysków) i porównamy do stopy inflacji – **jest to raczej sposób na utrzymywanie realnej wartości pieniądza (ochrona przed inflacją) niż na**

generowanie odczuwalnych zysków. Uważaj, jeżeli weźmiesz pierwszy z brzegu, nisko oprocentowany depozyt, nie porównasz do konkurencyjnych ofert albo nie uwzględnisz w swoich obliczeniach podatku, to może nawet się okazać, że inflacja pożre cały zysk, a nawet i część kapitału! Jednak **coraz częściej banki, walcząc o klienta, kuszą wyjątkowo atrakcyjnymi ofertami, tak że trzymaj rękę na pulsie, analizuj rankingi lokat bankowych i dokładnie czytaj warunki.** Niewątpliwą zaletą konta oszczędnościowego jest to, że można wpłacać nawet bardzo małe kwoty – po kilkadziesiąt, kilkaset złotych, w zależności od sytuacji i stylu oszczędzania, a przy tym w każdej chwili możesz wypłacić swoje pieniądze. Pamiętaj, że banki podają oprocentowanie w skali roku! I tak na przykład sześciomiesięczna lokata na 6% da ci po tym okresie zalewie 3% (roczne oprocentowanie należy podzielić przez ułamek roku na którą opiewa lokata).

Jeżeli zdecydowałaś się na pomnażanie pieniędzy, a nie tylko na zachowywanie ich realnej wartości, czytaj dalej. Mowa teraz będzie o inwestowaniu z ryzykiem, mniejszym lub większym, ale jednak.

Produkty inwestycyjne: akcje, obligacje i fundusze inwestycyjne

Akcje i obligacje. **Akcje** to papiery wartościowe. Kupując akcje, stajesz się akcjonariuszką – współwłaścicielką części majątku spółki akcyjnej. Poprzez zakup akcji mamy pewien wpływ na zarządzaną spółkę oraz prawo do udziału w zyskach wypracowanych przez spółkę. Akcje dzielą się na zwykłe i uprzywilejowane. To uprzywilejowanie może oznaczać pewne dodatkowe uprawnienia, na przykład w liczbie głosów na walnym zgromadzeniu akcjonariuszy lub w prawie do dywidendy. **Obligacje** to papiery dłużne, wartościowe emitowane przez Skarb Państwa, korporacje (mogą być wte-

dy dopuszczane do obrotu giełdowego) bądź np. gminy lub miasta (obligacje komunalne). Emitent obligacji pożycza od nabywcy obligacji określoną sumę pieniędzy i zobowiązuje się ją zwrócić (wykupić obligacje) w określonym czasie wraz z należnymi odsetkami. Akcje i obligacje to dość zaawansowane instrumenty inwestycyjne, więc jeśli chcesz nimi operować, musisz sięgnąć po źródła wiedzy na ich temat.

Fundusze inwestycyjne. Najprościej ujmując, fundusze to forma zbiorowego lokowania środków pieniężnych wpłaconych przez osoby fizyczne i prawne. Funduszem inwestycyjnym zarządza Towarzystwo Funduszy Inwestycyjnych (TFI), które zatrudnia doświadczonych doradców inwestycyjnych. Ich zadaniem jest takie inwestowanie wspólnego kapitału, aby generować optymalne zyski przy zachowaniu określonego poziomu bezpieczeństwa (poziom ryzyka i bezpieczeństwa jest m.in. związany z rodzajem funduszu i jego specyfiką: fundusze akcji, obligacji, inwestycji zagranicznych, rynku pieniężnego, stabilnego wzrostu, alternatywne, mieszane itd.).

Tyle teorii, natomiast jak tylko zaczniesz czytać o funduszach inwestycyjnych, zorientujesz się, że przy tej formie inwestowania, podobnie jak na giełdzie akcji, rządzą prawa cyklu koniunkturalnego, na który składają się okresy hossy i bessy. Przy czym eksperci inwestowania w fundusze dzielą się na dwie opozycyjne frakcje odmiennie radzące, jak na ową przeplataną inwestor powinien reagować. Dodajmy jeszcze, o jaką stawkę gramy, wybierając inwestowanie w fundusze: w ostatnich 10 latach średni wynik inwestycji w fundusze obligacji wyniósł 7,3 proc., a ci, którzy wybrali fundusze akcji, średnio osiągnęli 8 proc. zysku rocznie.

Strategia „kup i trzymaj”¹⁷: według tej strategii, jeżeli zdecydowałaś się na długoterminową inwestycję w fundu-

¹⁷ <http://info.wyborcza.pl/temat/wyborcza/poradnik+finansowy>

szu, to nie ma sensu zaglądać do niej co tydzień. Trzeba zachować zimną krew: panika mogłaby spowodować wycofanie pieniędzy, kiedy akurat spadki osiągnęłyby dno (a to oznacza, że za chwilę się odbiją i polecą w górę). Zwolennicy tej strategii radzą w ogóle zapomnieć na jakiś czas o swojej inwestycji, aby niepotrzebnie się nie stresować, albo ograniczyć się do sprawdzania raz na kwartał i pamiętania przy tym o dalekosiężnej perspektywie. **Strategia ta w zasadzie prowadzi się do psychicznego uodpornienia na naturalne zmiany cyklu koniunkturalnego i długoterminowego czekania na szczyt hossy.** Czy robimy to sami, czy powierzamy pieniądze profesjonalistom, ryzyko inwestycyjne jest bardzo duże. Można je ograniczyć wybierając tzw. fundusze mieszane, które część naszych pieniędzy lokują w akcje, część w obligacje, w różnych proporcjach. Taka konstrukcja ogranicza zyski, gdy na giełdzie rządzi zielony kolor, ale gdy dominuje czerwony, ogranicza straty.

Strategia „aktywnie zmieniam fundusze”¹⁸. Według zwolenników tej strategii, zasada „kup i trzymaj” oznaczać może w długim okresie zarobki niewiele większe niż na lokacie bankowej i jest lansowana przede wszystkim przez same fundusze inwestycyjne, ponieważ po pierwsze – dzięki temu łatwiej im sprzedawać jednostki funduszy, a po drugie – fundusz zarabia dopóty, dopóki zainwestowane są w nim nasze pieniądze. To, co jest w interesie funduszu, niekoniecznie musi opłacać się inwestorom. Fundusz akcji musi inwestować w akcje, nawet wówczas gdy akcje tracą 50%. Według strategii „kup i trzymaj” inwestor powinien przyjąć to ze spokojem. Natomiast strategia aktywności inwestora – **zamiast biernego przyglądania się, co na zmianę hossy i bessy robią z naszymi pieniędzmi, radzi reagować na to, co już się wydarzyło.** Jeżeli np. fundusze akcji zaczynają tracić,

¹⁸ http://www.opiekuninwestora.pl/jak_inwestowac,1409,0.htm

należy wycofać się do funduszy pieniężnych, gotówkowych lub obligacji, aby zabezpieczyć to, co udało się wcześniej zarobić. Chodzi o samodzielną, świadomą modyfikację portfela funduszy – reagowanie na bieżącą sytuację. Eksperti aktywnego inwestowania w fundusze oferują na swoich portalach gotowe strategie, oparte o autorskie metody badania zmian trendów funduszy inwestycyjnych. Po wykupieniu odpowiedniego abonamentu inwestor jest na bieżąco informowany o zmianach na rynku poprzez system powiadomień i alarmów (drogą e-mail i sms), kiedy i jaki fundusz kupić/sprzedać/zamienić. Według nich wystarczy kilka zamian w ciągu roku, by generować zyski minimum 7-8% w skali roku po uwzględnieniu podatku.

Jak sama nazwa wskazuje, finanse osobiste są osobiste i decyzja o tym, co jest dla Ciebie najlepsze, którą strategię inwestowania w fundusze wybrać, należy wyłącznie do Ciebie. Musisz też liczyć się z konsekwencjami swoich decyzji. Wkładaj w wybrane instrumenty systematycznie nawet niewielkie kwoty, choćby miało to być 100 zł miesięcznie. Po 5, 10, 20, 30 latach podziękujesz sobie za tę przezorność. Po 30 latach wyciągniesz ze swojego konta równowartość np. wycieczki po najpiękniejszych zakątkach świata – od 82 tys. zł przy zysku 5 proc. Rocznie, do 142 tys. zł, gdy zarobek wyniesie średnio 8 proc. rocznie. (Wyliczenia te pomijają 19% podatek Belki pobierany od zysków z inwestycji¹⁹). Nie rezygnuj z tej perspektywy zasłaniając się brakiem nadwyżek finansowych. Większość z nas ma jakieś kosztowne słabości, z których warto się wy-

¹⁹ Podatek Belki – podatek od dochodów kapitałowych, np. od odsetek od wkładów oszczędnościowych, środków na rachunkach bankowych, papierów wartościowych, od dywidend z akcji itd. Uzyskany zysk z np. lokaty jest automatycznie pomniejszany o 19 – procentowy podatek i dopiero tę pomniejszoną sumę bank przelewa klientowi na rachunek. Zysków z lokaty nie uwzględnia się w rocznym zeznaniu podatkowym, gdyż podatek od lokaty został już raz pobrany.

leczyć i ze względów finansowych, i chociażby zdrowotnych (palenie papierosów, jedzenie typu fastfood itd.).

Inwestowanie alternatywne²⁰

Wcześniej przedstawiłam Ci podstawowe informacje na temat inwestowania w fundusze inwestycyjne, akcje i obligacje. Większość specjalistów to zwolennicy tzw. zróżnicowania portfela inwestycyjnego, czego efektem ma być zabezpieczenie przed ryzykiem. **Jeżeli masz większe oszczędności do dyspozycji, możesz pokusić się o wzbogacenie swojego portfela o tzw. alternatywne instrumenty inwestycyjne. Inwestowanie w złoto, wino czy dzieła sztuki uodporni Twoje oszczędności na kryzysy giełdowe.**

Biorąc pod uwagę, że progi wejścia na rynek alternatywny zaczynają się od 20–25 tys. zł, a specjaliści radzą ulokować na tym rynku nie więcej niż 20% kapitału, inwestować w fundusze alternatywne mogą osoby, które dysponują kwotą 80–100 tys. zł oszczędności. Co oferują rynki inwestycyjne?

Inwestycja w złoto w kilku postaciach do wyboru: monety lub udziały w funduszach lokujących w sztabki złota. Niektóre banki proponują nawet sprzedaż sztabek w swoich oddziałach lub za pośrednictwem internetowego konta i wówczas kurier przywiezie sztabki pod wskazany adres.

Inwestycja w nieruchomości. O inwestowaniu w konkretną działkę budowlaną czy rolną, budynki mieszkalne i biurowe pisałam powyżej przy okazji tradycyjnych form inwestowania. Można też zainwestować w nieruchomości pośrednio, poprzez ulokowanie części oszczędności w funduszach inwestujących na rynku nieruchomości. Fundusze mogą finansować budowy (np. biurowców, centrów handlowych) i uczestniczą w zyskach ze sprzedaży lub zarabiają na wynajmie powierzchni handlowych.

²⁰ www.gospodarka.gazeta.pl/Edukacja_w_finansach

Inwestycja w wino. Można samodzielnie nabyć skrzynkę z winem albo za pośrednictwem odpowiedniego funduszu zainwestować w spółkę, która kupuje skrzynki z winem określonego rocznika, z wybranej winnicy. Wino w specjalnej przechowalni dojrzewa, czekając na wzrost ceny. W Londynie jest giełda, na której handluje się winem, więc w każdej chwili można upłynnić swoje aktywa. Generalnie popyt na wino rośnie, ale nie zawsze. Jak pokazują wyniki z tego segmentu inwestycji, kiedy gospodarka światowa zwalnia lub państwa bankrutują, popyt na wina słabnie.

Inwestycja w sztukę – dla osób nieobeznanych z rynkiem sztuki prawdopodobnie dużo lepszym pomysłem niż zakup jakiegokolwiek obrazu na aukcji, byłaby inwestycja w fundusz lokujący na rynku sztuki.

Rozdział 8:

Oszacuj swój majątek i naucz się nim zarządzać

Jak bardzo jesteś zamożna?

Poszukajmy odpowiedzi na pytanie: Jak bardzo jesteś zamożna? Ile miesięcy wynosi Twoja zamożność? T.H. Eker, autor książki „Bogaty albo biedny, po prostu różni mentalnie”, proponuje, aby uświadomić sobie stopień swojej zamożności przez pryzmat tego, przez ile miesięcy możemy pozostawać bez pracy i dochodów. A więc do dzieła.

Od prawdy na temat Twoich finansów dzielą Cię trzy kroki:

KROK 1. Odpowiedz na pierwsze pytanie pomocnicze: **ile wynoszą Twoje przeciętne, miesięczne koszty?** Odpowiedź powinna być prosta, bo poznawałaś swoje koszty przy okazji rejestrowania wydatków i tworzenia budżetu domowego.

KROK 2. Odpowiedz na drugie pytanie pomocnicze: **ile pieniędzy masz obecnie, nie uwzględniając pensji za wykonywaną obecnie pracę?** Dlaczego masz pomijać bieżące pensje w obliczeniu poziomu Twojej zamożności? Wyobraź sobie, że z jakichś względów przestajesz pracować i na Twoje konto nie wpływa już ani złotówka związana z pracą zawodową. Podlicz, ile masz pieniędzy w oszczędnościach, certyfikatach depozytowych, akcjach, które można natychmiast spieniężyć lub upłynnić, i jaki jest twój przepływ pieniężny generowany przez posiadane przez Ciebie aktywa. Uwaga! Nie wliczaj biżuterii i pamiątkowych precjozów. Jeżeli już

zdecydowałabyś się je sprzedać, zapewne otrzymałabyś za nie mniej, niż są one dla Ciebie rzeczywiście warte. A po drugie, chodzi o analizę Twojego obecnego standardu życia. Oszczędności, akcje, nieruchomości, przepływ pieniężny generowany z tzw. dochodu biernego/pasywnego równa się tyle, ile pieniędzy masz obecnie, nie uwzględniając pensji za wykonywaną pracę.

KROK 3. Znajdź odpowiedź na kluczowe pytanie: ile wynosi Twoja zamożność?

Dla przykładu: Aneta obliczyła w poprzednim kroku, że aktualna wielkość jej zasobów finansowych bez wynagrodzenia za pracę to 20 tys. zł (oszczędności 16 tys. zł, akcje 4 tys. zł). Tę kwotę podzieliła przez miesięczne koszty utrzymania, tj. 5 tys. zł. Wynik równa się cztery. Co to oznacza? Oznacza to, że **zamożność finansowa Anety wynosi cztery miesiące. Gdyby przestała dziś pracować, wystarczyłoby jej gotówki na pokrycie kosztów utrzymania przez cztery miesiące.** Wynik Anety nie jest najgorszy. Choć mam nadzieję, że Twoja zamożność jest większa, a gdyby nawet była zero, potraktuj to jako punkt wyjścia, początek podróży.

To jest dobry moment na refleksję. **Czy na tym etapie Twojego życia możliwe jest znalezienie nowej pracy w wyliczonym czasie, na przykład w ciągu czterech miesięcy?** W przypadku kobiet na tak zwanym urlopie wychowawczym powrót do pracy może być długotrwałym procesem.

Zastanów się, jak będzie wyglądał powrót do starego miejsca pracy lub poszukiwanie nowego zajęcia. Powiedzmy, zaczynasz pisać CV. Jak ono wygląda? Jak przyjmie je pracodawca? Czy może uznać Twoje kwalifikacje za nieaktualne? Wówczas musiałabyś skończyć odpowiedni kurs/szkolenie, a to wymagałoby dodatkowego czasu i pieniędzy (opłacenie szkolenia, wydatki na życie w czasie jego trwania, kiedy wciąż jeszcze nie będziesz miała dochodu z pracy zawodowej).

Być może okres opieki nad dzieckiem był niezwykle inspirującym doświadczeniem i masz w głowie świetny po-

mysł na własny biznes? Zastanów się, jak szybko i przy jakich nakładach mogłabyś go uruchomić. Czy te przykładowe cztery miesiące wystarczyłyby, żebyś zaczęła utrzymywać się z własnej działalności?



Ulepsz swój biznes, swoje życie, swoje związki, swoje finanse i swoje zdrowie. Kiedy to zrobisz, cały świat się ulepszy.

Mark Victor Hansen

Po co monitorować swój majątek?

Swoją zamożność można poznać także po **obliczeniu aktualnej wartości swojego majątku netto**. Co to właściwie jest majątek netto? **Wartość majątku netto to różnica pomiędzy posiadanymi aktywami i pasywami**. Innymi słowy, jest to różnica pomiędzy tym, co posiadamy, a tym, co jesteśmy winni.

AKTYWA: to posiadana gotówka, papiery wartościowe, jednostki uczestnictwa w funduszach inwestycyjnych, złoto, srebro, diamenty, nieruchomości (w tym dom lub mieszkanie, które są Twoją własnością), udziały w firmach, oszczędności w III filarze itd.

- **Kiedy oszczędzamy, w tej czy w innej formie, nasze aktywa rosną, a wraz z nimi rośnie wartość naszego majątku netto.** Do aktywów nie wlicza się rzeczy osobistych, jak np. ubrania, meble (no, chyba że jesteśmy posiadaczami cennych antyków), sprzętu AGD, RTV itp.

PASYWA: pożyczki, kredyty, inne rodzaje zadłużenia krótko – i długoterminowego.

- Zadłużając się, zwiększamy nasze pasywa i tym samym zmniejszamy wartość majątku netto. **Stan pożądany mamy oczywiście wówczas, kiedy wartość netto jest dodatnia, tzn. kiedy nasze aktywa przewyższają nasze**

zobowiązania. Stan niepożądany występuje wówczas, kiedy aktywa są mniejsze od pasywów.

Obliczanie wartości netto jest istotne z wielu względów:

- jest ona miarą naszego bogactwa lub biedy;
- pokazuje, ile wart byłby nasz majątek po zaspokojeniu wierzycieli (po spłacie wszystkich długów), gdybyśmy zdecydowali się na całkowite jego spieniężenie;
- monitorowana regularnie pełni funkcję motywatora do aktywnego dbania o majątek osobisty. Jeżeli nakreślisz jeszcze wizję jego wzrostu, będzie jak samospełniające się proroctwo!

Z życia wzięte. Wyobraź sobie kobietę, powiedzmy, gwiazdę show businessu, która jeździ Porsche, mieszka w pięknej willi w najbardziej snobistycznej dzielnicy. Można by umrzeć z zazdrości, jak fantastyczne życie prowadzi, jak pławi się w luksusie. Gdybyśmy jednak zbadały jej majątek netto, okazałoby się, że jest biedniejsza od babuleńki mieszkającej w jednopokojowym ale niezadłużonym mieszkaniu w starej kamienicy. Jak to możliwe? Pierwsza z kobiet, oprócz tego, że jest szczęśliwą posiadaczką majątku wartego kilka milionów złotych, jest również nieszczęśliwą posiadaczką długu o wartości przekraczającej, powiedzmy, o pół miliona złotych wartość owego majątku, a więc wartość jej majątku NETTO jest ujemna i wynosi minus pół miliona złotych.

Czy rozumiesz już, jak ważna jest wiedza o Twojej faktycznej sytuacji finansowej – wartości Twojego majątku netto?

Jeszcze raz: **WARTOŚĆ NETTO = AKTYWA – PASYWA**

Za Ekerem polecam wizualne monitorowanie wartości netto:

- Weź kartkę papieru i zatytułuj ją „majątek netto”. Następnie stwórz prosty wykres, który zaczyna się od zera, a kończy na tej liczbie, która ma oddawać **Twój pożądaný majątek netto**. Zaznacz na wykresie swój obecny poziom majątku netto (aktywa minus zobowiązania).
- Co kwartał zaznaczaj aktualny stan majątku netto.

Eker twierdzi, że **samo monitorowanie majątku netto spowoduje, że będziesz coraz bogatsza**. Nie za sprawą pożądanego życzenia, lecz dzięki koncentracji: „Tam, gdzie kieruje się uwaga, płynie energia i poprawiają się wyniki”.

Warto też monitorować zmiany majątku netto w czasie, bo taka analiza to:

- motywator do pomnażania dóbr,
- stymulator do powstrzymywania się od zbędnych wydatków i trwonienia oszczędności,
- strażnik przed złymi długami.

Zalecane działania, zmierzające do powiększenia majątku netto:

- skoncentruj się na wszystkich czterech czynnikach: zwiększaj dochody, zwiększaj oszczędności, zwiększaj inwestycje i zmniejszaj koszty utrzymania poprzez zmianę swojego stylu życia,
- analizuj przyczyny zmian wartości netto i wyciągaj wnioski,
- pamiętaj: **zwiększanie wartości majątku netto jest Twoim głównym celem finansowym**.

” Albo ryzykujesz i idziesz świadomie przez życie, doświadczając wszystkiego, co ci ono oferuje, albo tchórzysz i jesteś tylko podglądaczem, który zerka na świat przez dziurkę od klucza. **Nicole Kidman**

Rozdział 9:

Ubezpieczenie. Czy chcesz chronić siebie i swoją rodzinę?

Być może Twoje życie osobiste i zawodowe ustabilizowało się na tyle, że jesteś już gotowa myśleć o dalszej przyszłości swojej i swoich bliskich, rozpatrywać różne scenariusze tego, co może przynieść życie, a także wyjść naprzeciw swoim obawom i oczekiwaniom. Warto więc zastanowić się nad zabezpieczeniem siebie i rodziny przed wypadkami losowymi: chorobą, inwalidztwem, utratą pracy czy śmiercią.

Ubezpieczenie na pewien okres życia czy na stałe

W większości wypadków wcale nie potrzebujemy bardzo drogiego ubezpieczenia na całe życie. Najczęściej wystarczy zabezpieczyć pewien jego etap – okres, gdy dopiero gromadzisz majątek, a chciałabyś zapewnić ochronę (ubezpieczając się od wypadków losowych: śmierci, niezdolności do pracy itd.) osobom zależnym od Ciebie finansowo.

Kiedy będziesz już szczęśliwą posiadaczką np. funduszu emerytalnego, majątku, który będzie zabezpieczeniem dla Twoich bliskich, wówczas ubezpieczenie nie będzie Ci już potrzebne. Warto więc opłacać ubezpieczenie na życie przez jakieś 20–25 lat. To dobre wyjście dla kobiet, które mają małe dzieci, a nie posiadają większego majątku, mogącego stanowić zabezpieczenie dla dzieci w razie wypadku

losowego. Po tym okresie Twoje dziecko powinno być już samodzielne finansowo, a i Twój majątek, miejmy nadzieję, będzie już znaczny – zgromadzony na funduszu oszczędnościowo-inwestycyjnym, emerytalnym itd.

Jeszcze lepszym wyjściem jest skorzystanie z ubezpieczenia na życie połączonego z oszczędzaniem. W przypadku Twojej śmierci spełni swój cel, ale założenie jest takie, że część składki jest inwestowana i po pewnym okresie, kiedy dzieci dorosną, możesz wypłacić całkiem niezłą sumę.

Uwaga: Jeżeli masz na utrzymaniu osoby, które zawsze będą wymagały Twojej finansowej pomocy, warto wybrać ubezpieczenie na całe życie.

Na jaką kwotę powinnaś się ubezpieczyć?

Jeśli nie chcemy, by bliscy po naszym odejściu byli zmuszeni do obniżenia standardu życia, rezygnacji ze szkół czy z mieszkania w kredycie, powinniśmy rozważyć sumę ubezpieczenia, która uwzględni:

- 3–5-krotność naszych rocznych dochodów
- + koszty edukacji
- + pozostałą wartość kredytu mieszkaniowego

Przykładowo:

Roczne zarobki: 40 000 zł

Kwota wykupionej polisy powinna opiewać na:

120 000–200 000 zł.

Taka suma powinna wystarczyć osamotnionej osobie na trzy do pięciu lat, aż samodzielnie stanie na nogi.

Spróbuj oszacować koszty edukacji dzieci i nie zapomnij o kredycie. To jest bardzo ważne, gdyż bank po śmierci jednego ze współmałżonków przystąpi do ponownego oblicze-

nia zdolności kredytowej, a jeśli będzie ona mniejsza niż dotąd – a na pewno będzie – zażąda spłaty części lub całości kredytu. Nie będzie można sprzedać mieszkania aż do zakończenia postępowania spadkowego. Lepiej więc na ten cel mieć pod ręką gotówkę z ubezpieczalni.

Idź na rozmowę z agentem lub doradcą ubezpieczeniowym uzbrojona w wiedzę na temat swoich potrzeb. Agent pomoże Ci zdiagnozować sytuację, w której się obecnie znajdujesz i zaproponuje jakieś rozwiązania, ale zapewniam Cię, że nikt nie zadba o Twoje pieniądze tak dobrze jak Ty. Jak sama nazwa wskazuje, finanse osobiste to indywidualny zestaw potrzeb i rozwiązań. Dlatego, zanim wybierzesz się z wizytą do wybranego towarzystwa ubezpieczeniowego, spróbuj rzetelnie odpowiedzieć sobie na następujące pytania:

- Kto jest uzależniony od Twoich dochodów i w jakim stopniu?
- Jaka jest wysokość Waszych zobowiązań finansowych?
- Weź pod uwagę wiek swoich dzieci i przewidywany koszt ich edukacji.
- Czy Twoi bliscy mogą liczyć na pomoc np. rodziny?
- Ile zarabiasz i przez jaki okres suma wypłacanego ubezpieczenia będzie musiała zastąpić te zarobki?

Odpowiedzi na te pytania pomogą Ci bliżej sprecyzować Wasze faktyczne potrzeby.

Innej sumy ubezpieczenia będzie potrzebowała samotna matka – jedyna żywicielka rodziny, innej matka małych dzieci, innej rodzic dorosłego już jedynaka, innej zadeklarowana singielka, innej matka chorego przewlekle dziecka bądź żona chorego męża itd. Wiadomo, że inaczej ubezpieczy się osoba posiadająca wysokie kredyty hipoteczne. Może warto też zabezpieczyć Twoje nadzwyczaj uzdolnione dziecko, żeby, jakkolwiek potoczy się Twoje życie, miało szansę spełnić swoje marzenie o kontynuacji nauki na Uniwersytecie Cambridge? Wniosek jest jeden: suma ubezpieczenia jest

sprawą indywidualną. Nikt za Ciebie nie zdecyduje, co jest dla Ciebie najlepsze.

Warto też rozważyć umowę dodatkową, która zabezpieczy Cię w przypadku poważnej choroby lub inwalidztwa, czyli w sytuacji, gdy zamiast zarabiać pieniądze, będziesz ponosić niemałe koszty leczenia, rehabilitacji i/lub opieki specjalistycznej.

Zapewne myślisz teraz, że miło by było mieć te wszystkie zabezpieczenia, ale po pierwsze na pewno nie stać Cię na taki luksus, a po drugie nie masz pewności, czy kiedykolwiek z nich skorzystasz.

Trudno podać przykładową wysokość składki, bo zależy ona od wielu czynników:

- Wiek osoby ubezpieczonej
- Płci (ciągle jeszcze większość towarzystw określa kobietom niższe stawki)
- Stanu zdrowia
- Sumy ubezpieczenia
- Długości okresu ubezpieczenia
- Stopnia ryzyka akceptowanego przez dane Towarzystwo

Będę wpłacać i wpłacać, a czy będę mogła wypłacić?

Często osoby ubezpieczone myślą ubezpieczenie na życie o charakterze ochronnym z ubezpieczeniem oszczędnościowym bądź mieszanym. Zwróć uwagę na konsekwencje wyboru polisy: czy po zakończeniu okresu ubezpieczenia będą należały Ci się jakieś pieniądze, czy nie, jakie są różnice w cenie różnych rodzajów ubezpieczenia, a także jakie rozwiązanie jest optymalne w Twojej sytuacji?

- **Polisa o charakterze ochronnym.** Jej celem jest uzyskanie środków finansowych przez ubezpieczonego lub jego najbliższych w przypadku zajścia wypadku ubezpieczeniowego. Jak sama nazwa wskazuje polisa ma charakter

ochronny – chroni przez określoną liczbę lat począwszy od chwili opłacenia pierwszej składki. Jeśli w czasie trwania ubezpieczenia nic złego Ci się nie przytrafi, wówczas **po zakończeniu okresu ubezpieczeniowego nie otrzymasz żadnych pieniędzy.**

- **Polisa o charakterze oszczędnościowym bądź mieszanym.** Jej celem jest zapewnienie ubezpieczonemu lub osobom przez niego uprawnionym korzyści finansowych z wpłaconych składek niezależnie od wystąpienia wypadku ubezpieczeniowego. **Po zakończeniu okresu ubezpieczenia otrzymasz określone środki pieniężne – kapitał, który towarzystwo ubezpieczeniowe zbudowało dla Ciebie.**
- **Uniwersalne polisy na życie.** Pełnią zarówno funkcję ochronną, jak i inwestycyjną, są droższe niż polisy wyłącznie chroniące życie ubezpieczonego. **Jeżeli potrzebujesz tylko ochrony, nie daj się namówić na polisę mieszaną.**
- Sprawdź, ile będzie Cię kosztować ubezpieczenie na takich samych warunkach w różnych towarzystwach. **Zwróć również uwagę na wyłączenia odpowiedzialności.** Czasami może się okazać, że polisa w danym zakładzie ubezpieczeń jest o wiele tańsza od polis konkurencyjnych tylko dlatego, że ogólne warunki ubezpieczenia zawierają o wiele więcej wyłączeń.
- Oferowane obecnie polisy na życie stają się coraz bardziej elastyczne. **Ubezpieczony może zawierać szereg umów dodatkowych do umowy głównej** (np.: zabezpieczających w razie inwalidztwa na skutek nieszczęśliwego wypadku, w razie niezdolności do pracy i wiele innych), czy też zmieniać sumę ubezpieczenia. Dlatego nie chowaj polisy do szafki i nie zapominaj o jej istnieniu. **Coraz więcej zakładów ubezpieczeniowych pozwala swoim klientom w każdą rocznicę zawarcia umowy dostosowywać ją do aktualnych potrzeb ubezpieczonego.**

Pozostałe rodzaje ubezpieczeń

- Kryterium czasu trwania umowy polisy na życie pozwala wyróżnić ubezpieczenia
- terminowe (zawierane na z góry określony czas)
- dożywotnie (jak kto woli, ubezpieczenia emerytalne trwające do końca życia).
- Ze względu na rodzaj zdarzenia objętego ochroną można wymienić
- ubezpieczenia na wypadek śmierci (na pokrycie przez uposażonych kosztów związanych ze śmiercią ubezpieczonego),
- na dożycie (o charakterze oszczędnościowym)
- łączone („na życie i dożycie”).

Uwaga: Znane są przypadki, gdy towarzystwo odmawia ubezpieczenia osoby chorej lub uprawiającej ryzykowne hobby. **Jedno jest pewne: warto się ubezpieczyć, gdy jest się młodą i zdrową, bo potem na pewno będzie trudniej, a bez wątpienia drożej.**



Kobieta bardziej pewna siebie i zabezpieczona finansowo, to kobieta szczęśliwsza.

Suze Orman

Rozdział 10: Emerytura – zadбай o swoją starość

Być może Twoje dzieci dorastają, a Ty masz dylemat: oszczędzać na ich wykształcenie czy na własną emeryturę? Jako matka pragniesz dla swoich dorastających dzieci wszystkiego najlepszego – ich sukcesu zawodowego, rodzinnego, niezależności. Chcesz, aby osiągnęły więcej dzięki studiom. Zrobisz wszystko, żeby ułatwić swoim dzieciom start w dorosłość. Nawet jednak jeśli będziesz odkładała sobie od ust i łożyła na ich wykształcenie i utrzymanie przez wszystkie lata studiów, to efekt Twoich starań może okazać się odwrotny od zamierzonego. Pozbawiona własnych oszczędności, z mizerną ZUS-owską emeryturą, może również schorowana – słowem finansowo uzależniona od pomocy innych, w tym własnych dzieci – będziesz, paradoksalnie, odbierała im ową niezależność. Istnieje duża szansa, że Twoje dziecko będzie chciało żyć i pracować poza granicami naszego kraju. Chyba żadna matka nie chce być ciężarem dla swoich dzieci i stać na drodze do ich szczęścia. Twoje dziecko będzie mogło samo zadbać o siebie dzięki niskoprocentowanemu kredytowi studenckiemu, jednemu z najbardziej atrakcyjnych kredytów na rynku. Póki co, żaden bank nie oferuje specjalnych kredytów dla emerytów. Im człowiek starszy i bardziej schorowany, tym trudniej mu uzyskać kredyt bankowy i ubezpieczenie na korzystnych warunkach. W związku z powyższym, zapamiętaj proszę: **Twoja emerytura jest ważniejsza niż odkładanie na studia dla dzieci.** Zadбай o swoją finansową przyszłość.

Jak zapewne wiesz, począwszy od 2013 roku wiek emerytalny kobiet i mężczyzn ma być stopniowo wydłużany. W związku z tymi zmianami kobiety mające obecnie (czyli w 2012 r.) 38 lat i mężczyźni w wieku 58 lat będą pracować do 67 roku życia. Możesz sprawdzić, kiedy osiągniesz wiek emerytalny: [HTTP://emerytura.gov.pl/sprawdz-kiedy-przejdiesz-na-emeryture](http://emerytura.gov.pl/sprawdz-kiedy-przejdiesz-na-emeryture). Dotąd prognozy dotyczące wysokości spodziewanych emerytur były zatrważające. W starym systemie emerytalnym otrzymywałybyśmy uposażenie emerytalne w wysokości około 30% wartości ostatniego miesięcznego wynagrodzenia. Wydłużenie wieku emerytalnego do 67. roku życia wg intencji ustawodawcy ma podnieść wysokość świadczeń, ale nadal nie będą to kwoty, które zapewnią utrzymanie dotychczasowego poziomu życia. **Im wcześniej weźmiemy sprawy we własne ręce i samodzielnie zaczniemy oszczędzać, tym wyższe będą nasze emerytury.** Emerytura wypłacana z dwóch obowiązkowych filarów – Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (zarządzanego przez ZUS) i otwartych funduszy emerytalnych (OFE) nie zapewni Ci godziwej starości. Dlatego namawiam Cię gorąco, zacznij oszczędzać chociaż drobne kwoty na poczet „ostatnich wakacji życia”. Jaki instrument dodatkowego oszczędzania na emeryturę wybrać, by Twoje pieniądze pracowały na twoją przyszłość? O tym za chwilę.

Pomyśl o emeryturze już teraz! Im wcześniej zaczniesz, tym mniejsze kwoty będziesz musiała odkładać (resztę zrobi za ciebie procent składany). Postawmy sobie cel ćwiczeniowy: odłożyć 100 tys. zł na emeryturę.

Na 5 lat przed emeryturą	Na 30 lat przed emeryturą
aż 1439,00 zł miesięcznie	102,60 zł miesięcznie

Jeżeli postawisz sobie za punkt honoru zebranie tej kwoty w ciągu 5 lat (przy założeniu nominalnej stopy zwrotu na poziomie 6%), będziesz musiała odkładać aż 1439 zł miesięcznie. Natomiast **jeżeli rozpocznieš oszczędzanie**

30 lat przed emeryturą, wystarczy, żebyś odkładała 102,60 zł (obliczenia nie uwzględniają zmiany wartości pieniądza w czasie).

Uwaga! Pamiętaj o inflacji, czyli o zmianie wartości pieniądza w czasie. Dzisiejsze 100 tys. zł za 30 lat będzie miało mniejszą wartość nabywczą. Jeśli założymy średnią inflację na poziomie 3% rocznie, to **wartość bieżąca tej kwoty za 30 lat wyniesie ok. 41 tys. zł**. To znaczy, że za 100 tys. zł będziesz mogła kupić tyle dóbr, za ile dziś byś zapłaciła 41 tys. zł.

Nie musisz wkuwać na pamięć zawiłości polskiego systemu emerytalnego ani samodzielnie układać oszczędnościowego planu emerytalnego. Wystarczy, że zlecisz analizę swoich finansów, co można zrobić bezpłatnie, w którymś z towarzystw ubezpieczeniowych (lub w firmach pośredniczących). **Doradcy finansowi przygotowują dla Ciebie indywidualny program, który będzie uwzględniał Twoje finansowe możliwości i cele.** Oczywiście, przygotuj się, że doradcy będą także namawiać Cię do produktów finansowych firmy, dla której pracują. Nie muszę chyba pisać, że w sprawach tak ważnych nie można podejmować decyzji pod wpływem chwili, bez sprawdzenia konkurencyjnych ofert na rynku i bez dokładnego zapoznania się z warunkami umowy, do czego masz prawo przed podpisaniem czegokolwiek. Stawka jest wysoka – dobrostan ostatnich lat Twojego życia.

Jakie informacje powinnaś uzyskać? Przykładowe pytania:

– Jakiej wysokości składkę miesięczną będę musiała odkładać aż do uzyskania wieku emerytalnego, żeby być zadowoloną emerytką? (Uwaga: to Ty musisz najpierw sprecyzować, co to znaczy dla Ciebie satysfakcjonująca wysokość emerytury – jeszcze wrócę do tego wątku).

Albo na odwrót:

– Na jaką miesięczną emeryturę mogę liczyć, jeżeli do osiągnięcia wieku emerytalnego będę odkładała daną składkę?

– W jakie instrumenty finansowe mogę zainwestować, żeby więcej zyskać z sumy składek i z jakim ryzykiem wiążą się dane rozwiązania?

Podstawowe zasady oszczędzania na emeryturę

- Podstawa to **regularne odkładanie**, na przykład co miesiąc, najlepiej z góry założonych kwot.
- **Odkładaj nawet niewielkie sumy**. Sprzymierzeńcem oszczędzających jest procent składany. **Procent składany** jest jak kula śniegowa – po pewnym czasie będziesz uzyskiwała dochody nie tylko od wpłaconego kapitału, ale również od wcześniej uzyskanych odsetek.
- Inwestuj w **długoterminowe instrumenty**.
- Dbaj, **by stopa zwrotu znacząco przekraczała poziom inflacji**, w przeciwnym wypadku Twoje pieniądze będą stopniowo traciły na wartości.
- Pamiętaj, że im wyższa stopa zwrotu tym większe ryzyko strat jeżeli więc zdecydujesz się na instrument wyższego ryzyka musisz **nauczyć się stosować strategię aktywnego inwestowania, czyli dopasowywania ryzyka do aktualnej sytuacji na rynku**.
- **Im jesteś starsza, tym instrumenty inwestycyjne powinny być mniej ryzykowne**, bardziej bezpieczne (a w związku z tym niestety o stosunkowo mniejszym zwrocie z inwestycji, czyli z mniejszym zyskiem).
- **Oszczędzając, korzystaj z polis inwestycyjnych (tzw. unit-linków)**, które umożliwiają łatwe i tanie zarządzanie inwestycją w fundusze, a jednocześnie pozwalają odroczyc podatek od zysków kapitałowych (tzw. podatek Belki wynosi 19 % od wypracowanego zysku).

Podstawowe informacje o polskim systemie emerytalnym²¹

I FILAR: z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (zarządzanego przez ZUS)

To tutaj trafia większa część składki potrącanej co miesiąc z Twojego wynagrodzenia – obecnie aż 17,22% (stan na 30.06.2012). Niestety, ta część składki nie jest inwestowana a jedynie waloryzowana. Zebrane środki nie ulegały dziedziczenia, jednak od maja 2011 roku dziedziczy się choć część składki zgromadzonej w ZUS na tzw. subkoncie pracownika. Na subkonto jest przelewane 5% Twojego ubruttowanego wynagrodzenia. Sposób dziedziczenia jest identyczny jak w przypadku OFE – opisano poniżej.

II FILAR: z Otwartych Funduszy Emerytalnych (OFE)

Pieniądze do OFE przekazywane są co miesiąc przez ZUS z wpłacanych tam składek emerytalnych w wysokości 2,3% ubruttowanego wynagrodzenia (stan na 30.06.2012). OFE jest częścią kapitałową (inwestycyjną), a więc wpłacane pieniądze są inwestowane w papierach wartościowych (np. akcje, obligacje, fundusze inwestycyjne). Zgromadzony na OFE kapitał podlega dziedziczeniu – połowa jest przekazywana na konto w OFE małżonka (jeżeli istniała wspólnota majątkowa między małżonkami) a reszta przypada w gotówce tzw. uposażonemu/nym – wyznaczonym w umowie z funduszem, a jeżeli uposażonego nie wyznaczono – spadkobiercom zgodnie z prawem spadkowym.

UWAGA! Z dniem uprawomocnienia się decyzji o przyznaniu emerytury z mocy ustawy ustaje członkowstwo w OFE – a tym samym możliwość dziedziczenia zebranych składek.

²¹ „Jak być kobietą zadbaną finansowo?”, Małgorzata Bładowska-Wrzodak, rozdział przy współpracy z Anną Pfützner-Kopcińską

UWAGA! Jeżeli chcesz być zadbaną finansowo emerytką, zacznij oszczędzać w szerszej formie niż tylko pierwsze dwa filary. III lub tak zwany IV filar to oszczędnościowe dźwignie dla naszych emerytur.

III FILAR: dobrowolna inwestycyjna część planu naszej emerytury, kilka opcji do wyboru, m.in.: IKE i IKZE

Mamy trzy rodzaje programów oszczędnościowych zwolnionych z podatku od zysków kapitałowych (czyli od podatku Belki):

- **Pracownicze Programy Emerytalne (PPE)**, zakładane pracownikom przez niektórych pracodawców jako dodatkowe świadczenie (oprócz odprowadzania obowiązkowych składek do ZUS),
- **Indywidualne Konta Emerytalne (IKE)**, które każdy może sobie założyć sam. W chwili rozpoczęcia oszczędzania w III filarze powinnaś sprawdzić, czy nie masz w pracy PPE, a jeśli nie – możesz otworzyć IKE.
- **Indywidualne Konto Zabezpieczenia Emerytalnego (IKZE)**

IKE – Indywidualne Konta Emerytalne (w ramach tzw. III filaru)

- Gdzie można otworzyć IKE? W banku, biurze maklerskim, towarzystwie funduszy inwestycyjnych lub w towarzystwie ubezpieczeniowym. Miejsce otwarcia IKE wiąże się z wyborem formy oszczędzania i inwestowania. Masz do wyboru: lokaty bankowe, obligacje, jednostki uczestnictwa w funduszach inwestycyjnych, akcje i inne instrumenty finansowe dostępne poprzez biuro maklerskie. Można mieć tylko jeden rachunek IKE, ale można go przenosić.
- Bezdyskusyjnym atutem IKE jest możliwość uniknięcia 19% podatku od zysków kapitałowych, czyli podatku Belki, pod warunkiem, że nie zażadasz wypłaty środków przed osiągnięciem wieku emerytalnego.

- Otwierając IKE, **nie jesteś zobowiązana do regularnych wpłat**. Wpłacasz, ile chcesz i tak często, jak chcesz. Pamiętaj jednak, że systematyczność wpłat działa na Twoją korzyść.
- Poważnym ograniczeniem jest corocznie ustalany limit, którego nie możesz przekroczyć. Limit jest naliczony w sposób dość skomplikowany – wynosi trzykrotność średniego wynagrodzenia prognozowanego na dany rok. Dlatego polecamy sprawdzić jego wysokość na stronach takich jak należąca do Komisji Nadzoru Finansowego – www.knf.gov.pl.
- Na IKE masz stały dostęp do swoich środków. Jeżeli jednak zdecydujesz się wypłacić środki przed 60 rokiem życia lub przed ukończeniem 55 lat i uzyskaniu uprawnień emerytalnych, będziesz musiała zapłacić podatek Belki. W związku z podwyższeniem wieku emerytalnego w 2012 r. mogą w tej materii nastąpić zmiany, gdyż pewnie to nie ostatnia nowelizacja. Bądź czujna i zaglądaj na stronę Komisji Nadzoru Finansowego.
Alternatywą lub uzupełnieniem dla IKE jest IKZE.

IKZE – Indywidualne Konto Zabezpieczenia Emerytalnego.

Można je tworzyć od 1 stycznia 2012 r.

- Jest ono oparte są na rozwiązaniach przyjętych w IKE, a zasadnicza różnica dotyczy opodatkowania. W IKZE zastosowano preferencję podatkową polegającą na odliczaniu od podstawy opodatkowania podatkiem dochodowym od osób fizycznych wpłat na to konto. Natomiast opodatkowaniu PIT według skali podatkowej będzie podlegała wypłata z IKZE po zakończeniu okresu oszczędzania, zwrot środków zgromadzonych na koncie oraz ich wypłata na rzecz osoby uprawnionej na wypadek śmierci oszczędzającego.
- Wpłaty dokonywane na IKZE w roku kalendarzowym nie mogą przekroczyć kwoty odpowiadającej równowartości 4% podstawy wymiaru składki na ubezpieczenie emerytalne, ustalonej dla oszczędzającego za rok poprzedni,

nie więcej jednak niż 4% kwoty ograniczenia rocznej podstawy wymiaru składek na ubezpieczenia emerytalne i rentowe ogłoszonej na podstawie art. 19 ust. 10 ustawy z dnia 13 października 1998 r. o systemie ubezpieczeń społecznych – tj. 30-krotności przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia w gospodarce (Dz. U. z 2009 r. Nr 205, poz. 1585, z późn. zm.) na rok poprzedni.

- Odstępstwem od tej zasady jest przyjęte rozwiązanie dla osób o niskich dochodach, które chciałyby dokonywać większych wpłat na IKZE. Jeżeli kwota odpowiadająca równowartości 4% podstawy wymiaru składki na ubezpieczenie emerytalne, ustalonej dla nich za rok poprzedni nie przekracza 4 % równowartości 12-krotności minimalnego wynagrodzenia za pracę to mogą one dokonywać wpłaty na IKZE do wysokości 4 % równowartości 12-krotności minimalnego wynagrodzenia za pracę w poprzednim roku kalendarzowym.

Opisane tu formy oszczędzania na emeryturę w ramach III filaru spełniają wymogi ustaw dotyczących systemu emerytalnego, ale poza ulgą podatkową mają wiele wad. Na przykład brak obowiązku regularnych wpłat i limity kwotowe są wadą z perspektywy celu, jakim jest zebranie konkretnego kapitału. Poza tym każdy z tych programów ma jakieś koszty, które należy brać pod uwagę przy ocenie ich konkurencyjności. Na szczęście jednak **istnieje w Polsce dużo innych sposobów oszczędzania tworzonych przez instytucje finansowe. Nie ma w nich wprowadzie ulgi podatkowej, ale mają inne przewagi nad IKE i IKZE (III filar) – to produkty nieoficjalnie nazywane IV filarem.**

Tzw. IV FILAR to wieloletnie produkty finansowe.

Nie są one zwolnione z podatku Belki, ale w zamian za to wyposażone są w narzędzia do maksymalizacji zysków

z funduszy inwestycyjnych oraz w pewne korzyści prawne przysługujące ubezpieczeniom. **IV filarem można nazwać specjalne polisy inwestycyjne przeznaczone do długoterminowej budowy kapitału, które w czasie trwania umowy są tzw. sumą ubezpieczenia** (w razie śmierci właściciela polisy zgromadzony kapitał wypłacany jest osobom uposażonym i nie podlega postępowaniu spadkowemu). Cała składka jest lokowana w jednostkach udziałowych funduszy inwestycyjnych (polskich i zagranicznych) rozmaitych towarzystw. Transakcje kupna sprzedaży jednostek uczestnictwa programu są **bezkosztowe i nieopodatkowane**, podatek od zysku zapłacimy dopiero na końcu, przy wypłacie całej zgromadzonej sumy, co jest bardzo korzystne. Ponadto **nie ma żadnych górnych ograniczeń wysokości wpłat**. Dzięki temu mamy szansę podnieść naszą emeryturę o kilka piętér powyżej ZUS-owego parteru.

Uwaga!

Trzeba wykazać się cierpliwością i systematycznością, bowiem za przedwczesne rozwiązanie takich umów grożą duże opłaty.

Jeśli masz silną wolę i interesujesz się rynkami finansowymi, możesz sama zrobić sobie taki program i lokować regularnie ustalone kwoty w funduszach inwestycyjnych lub bezpośrednio w akcjach. Jednak nie możesz zostawić takiej inwestycji bez opieki!

Warto samodzielnie rozważyć, co się bardziej opłaca: III filar czy właśnie nieoficjalny IV filar. W tym celu trzeba wykonać pewne obliczenia i porównać.

Wizualizacja zasobnej emerytury

Na początku tego rozdziału wspomniałam, że to Ty powinnaś wiedzieć, jaki styl życia zamierzasz prowadzić na emeryturze i określić sobie, ile mniej więcej powinno wyno-

sić satysfakcjonujące Cię emerytalne uposażenie – w widełkach, w złotówkach. To ważne, bo od tego zależy, ile pieniędzy będziesz musiała wyjmować co miesiąc z portfela aż do uzyskania wieku emerytalnego.

Najpierw przeanalizuj standard swojego aktualnego życia (jeśli jest już unormowane). Ile zarabiasz, a ile konsumujesz. Aktualnie poza konsumpcją masz szereg obciążeń, o których będziesz mogła zapomnieć w wieku 67 lat. **Jako emerytka będziesz wydawała wyłącznie na konsumpcję!** Teraz musisz zastanowić się, jak ona będzie wyglądała w skali miesiąca. Dzięki kalkulacji swoich potrzeb emerytalnych, dowiesz się, jakiej kwoty miesięcznie brakuje Ci do emerytury podstawowej (wypłaty z I i II filaru), aby uposażenie było dla Ciebie satysfakcjonujące.

Jaką chciałabyś być emerytką? Jaki styl życia, aktywności, poziom konsumpcji wydaje Ci się niezbędny, by godnie i pogodnie przeżyć starość? Pamiętaj, że na emeryturze będziesz głównie konsumowała, ale co to może dla Ciebie oznaczać w wieku 67 lat? Zaiste wizualizacja emerytury dla wielu z nas może okazać się trudnym ćwiczeniem na abstrakcyjne myślenie, ale warto spróbować. Zastanówmy się. Wcześniej czy później pojawią się koszty leczenia, zapewne minimum raz do roku będziesz chciała wyjechać na wczasy lub do sanatorium, a na pewno będziesz chciała się zająć swoim ukochanym hobby. Postaraj się oszacować te wydatki.

Jednej kobiecie wystarczy do szczęścia spacer po miejskim parku, inna nie wyobraża sobie wypoczynku bez nordic walking w klimacie nadmorskim lub życia bez regularnego bywania w teatrze i operze, a jeszcze inne planują spędzić emeryturę na podróżowaniu z wnukami i pokazywaniu im świata. Jak widzisz, **finanse osobiste są bardzo osobiste i nikt nie zajmie się nimi lepiej niż Ty.**

Rozdział 11: Rekomendacje na przyszłość

Pieniądze nie są tematem do romantycznych rozmów. Warto jednak o nich rozmawiać, choćby po to, by poznać stosunek partnera do pieniędzy i zminimalizować przyczyny konfliktów w nowym związku. Niemal we wszystkich rodzajach i związkach intymnych od czasu do czasu dochodzi do sporów na temat pieniędzy, ich zarabiania i wydawania. **Ludzie różnią się w podejściu do pieniędzy.** Niektórzy łatwo je wydają na własne przyjemności, inni oszczędzają, aby zapewnić sobie poczucie bezpieczeństwa. To, jaką wartość mają dla nas pieniądze i jak nimi gospodarujemy, wynosimy zwykle z domu, chociaż nie bez znaczenia są nasze późniejsze doświadczenia życiowe²².

Nieporozumienia i spory często wynikają właśnie z różnic w podejściu do pieniędzy. **Sporom tym nie musi jednak towarzyszyć przemoc, jeśli partnerzy nauczą się dobrze komunikować i będą okazywać sobie wzajemny szacunek.** W prawdziwie partnerskich relacjach nikt nikogo nie wykorzystuje finansowo, partnerzy otwarcie rozmawiają i uzgadniają wszystkie ważne decyzje finansowe. **Zdrowe ekonomicznie relacje w związku budujemy w drodze negocjacji i uzgadniania ze sobą większych wydatków.** Dobrze jest przy tym kierować się następującymi zasadami:

²² Z: Ulotka „Uwolnij się”, opracowanie: A.Dominiczak, U.Nowakowska.

- **Nigdy nie zostawiaj wszystkich kwestii finansowych swojemu partnerowi.** Nawet jeśli to on opłaca wszystkie rachunki, bądź świadoma, ile wynoszą opłaty, jakie jest Wasze zadłużenie, gdzie znajdują się ważne dokumenty (łącznie z dokumentami zapisanymi w komputerze (pamiętaj o back-upach!).
- **Przejmij część finansowych obowiązków.** Możesz np. opłacać rachunki, wypełniać PIT-y, zbierać informacje o inwestycjach. Podejdź do obowiązków finansowych jak do wyzwania – wybieraj te, które są dla Ciebie rozwijające i które nie sprowadzają Cię do roli osoby, która tylko wydaje i nie orientuje się w całości sytuacji. Przeciwnie, staraj się być menedżerką domowych finansów.
- **Warto regularnie, np. raz na miesiąc „usiąść nad finansami”.** Poinformujcie się nawzajem o stanie waszych finansów: co posiadacie, jakie macie długi, jak wygląda wasz budżet, jakie są wasze cele i priorytety finansowe (co jest ważniejsze: długi, fundusz awaryjny czy odkładanie na nowy samochód).
- **Podejmujcie decyzje razem, szczególnie przy dużych wydatkach.** Ustalcie kwotę, powyżej której będziecie wydatki ze sobą konsultować. Postaraj się, aby Twój partner rozumiał, dlaczego pełna jawność i zaufanie są dla Ciebie tak ważne. Porozmawiajcie o swoich doświadczeniach.
- **Powiniście mieć równy dostęp do wspólnych pieniędzy bez potrzeby proszenia drugiej osoby o zgodę i bez potrzeby ukrywania swoich wydatków (zakładamy, że Twój nowy związek będzie zgodny, a partner godny zaufania).**
- **Warto rozmawiać na temat pieniędzy i ich znaczenia dla każdego z Was.** Poznacie dzielące Was różnice w podejściu do pieniędzy, do ich zarabiania i wydawania.
- **Uzgadniajcie wspólne cele finansowe, a także plany ich realizacji i przestrzegajcie tych uzgodnień.** Bądź konkret-

na, operuj terminami i kwotami, np.: chciałabym, żeby w ciągu roku nasze oszczędności zwiększyły się do x zł.

- **Wasze prawa i obowiązki w podejmowaniu decyzji finansowych są równe, niezależnie od tego, które z Was więcej zarabia lub dysponuje większym majątkiem.**

Pieniądze to Wasza wspólna własność, ale również wspólna odpowiedzialność. Partner, który nie ma nic na sumieniu, powinien być Ci wdzięczny za to zainteresowanie, a jeśli nie będzie, może warto się zastanowić, co się za tym kryje i postarać się to wyjaśnić. Najlepsza jest spokojna, konstruktywna rozmowa na ten temat. Emocje związane z doświadczeniami z przeszłości nie są dobrym doradcą. Bądź konkretna i rzeczowa. Ważne, abyś miała poczucie kontroli nad sytuacją finansową swojego związku.

Rozdział 12: Edukacja finansowa dzieci

Jednym z naszych zadań wychowawczych jest **nauczenie dzieci szacunku dla pieniędzy**, przy czym w edukacji finansowej, tak jak w wychowaniu dzieci w ogóle, kluczową kwestią nie jest **przekazywanie teorii, ale dawanie dobrego przykładu**. Dzieci przede wszystkim uczą się przez naśladownictwo. Pierwszym doświadczeniem pedagogicznym mogą być zakupy w sklepie spożywczym, a podstawową zasadą nieuleganie zachciankom i promocjom. Jeśli jednak złamiesz tę zasadę, a świadkiem tego będzie Twoje dziecko, wytłumacz mu, na czym polegał błąd. Już do kilkuletniego dziecka możesz powiedzieć: spójrz, przyszliśmy na zakupy przed obiadem i kupiliśmy kilka drogich i niezdrowych przekąsek. Wydaliśmy niepotrzebnie 50 zł. Dzieci to bystry obserwatorzy; widzą, jak funkcjonujesz na zakupach: czy kupujesz według wcześniej przygotowanej listy, czy analizujesz promocje, czy porównujesz ceny (nie tylko jednostkowe za opakowanie, ale także za kg/litr produktu). Dziecko doskonale wyczuwa skłonności do wydawania pieniędzy na przyjemności: kolorowe pisma, ubrania i kosmetyki. Prawdę mówiąc, będąc mamą, nie masz wyjścia – musisz zmienić swoje nastawienie do pieniędzy i nauczyć się mądrze nimi gospodarować – jeśli nie dla siebie, to dla dziecka.

Prawienie kazań nie odniesie takiego efektu jak dobry przykład.

Co jeszcze możesz zrobić, aby wychować swoje dziecko na człowieka odpowiedzialnego finansowo? To zaskakują-

ce, ile dzieci żyje w przeświadczeniu, że pieniądze „wyciąga się” z bankomatu. Warto wytłumaczyć dziecku, że banknoty nie rosną na drzewach jak liście. **Już przedszkolak powinien wiedzieć, że banknot ma większą wartość niż kilkuzłotowa moneta**, a ta ma większą wartość od monet groszowych. Czteroletniego malucha możesz poddać **testowi cukierka**: dajesz mu torbę pełną cukierków, ale uprzedzasz, że taka dawka słodyczy ma mu wystarczyć do końca tygodnia, na całe siedem dni (upewnij się, czy dziecko rozumie taką perspektywę). Zaobserwuj, czy zjada bez opamiętania jeden cukierek za drugim, czy zostawia sobie część cukierków na później. Wnioski z testu cukierków? Według psychologów są daleko idące. **Dziecko, które nie ulega łatwo pokusom, będzie lepiej rozumiało, że w życiu są pewne ograniczenia i będzie lepiej sobie radziło z przeciwnościami oraz z czynnościami, które wymagają wytrwałości, takich jak zdobycie wykształcenia, praca lub dieta. Będzie też bardziej oszczędne.** Bycie człowiekiem oszczędnym wymaga umiejętności panowania nad impulsami, samokontroli, umiejętności odraczania nagrody przy jednoczesnym wytrwałym zmierzaniu ku niej.

W jaki sposób dziecko może przyswoić sobie kluczową dla domowych finansów zasadę: wydawać mniej niż się zarabia? Wytłumacz dziecku, ile masz aktualnie pieniędzy do dyspozycji do końca miesiąca i co się stanie, gdy za szybko wydacie tę kwotę. Mów prostym językiem: „... i wtedy nie będę już miała pieniędzy, żeby kupić ser, a jak będę próbowała zapłacić kartą, to na tym urządzeniu w sklepie wyświetli się informacja: »nie ma pieniędzy na tej karcie« i wtedy pani w kasie nie pozwoli nam zabrać zakupów z koszyka, będziemy musieli zostawić je w sklepie”.

Przedszkolak może stać się szczęśliwym posiadaczem własnej skarbonki lub własnego portfela, a starsze dziecko – specjalnego konta oszczędnościowego dla dzieci (od 13 roku życia). Warto, żeby dziecko od najmłodszych lat uczyło się gospodarowania pieniędzmi. W chwilach, kiedy będzie

brakowało mu cierpliwości, idźcie razem do sklepu i pokaż mu daną rzecz/zabawkę, żeby wiedziało, że warto jeszcze trochę poczekać, przypomnij mu, ile ona kosztuje i ile jeszcze mu brakuje, żeby ją zdobyć. Możesz także zaproponować przyspieszenie procesu oszczędzania przez aktywne działanie w kierunku realizacji marzenia. **Zaproponuj ponadobowiązkową czynność, którą mogłoby wykonać dziecko w zamian za pieniężną nagrodę.** Nie płać za obowiązki, które powinno wykonywać każde dziecko w jego wieku.

Oczywiście im wcześniej zaczniesz oszczędzać na przyszłość dziecka, tym lepiej. Nawet niech to będzie tylko kilkadziesiąt złotych miesięcznie. Biorąc pod uwagę perspektywę dwóch dziesięcioleci oraz magię procenta składanego, to nawet przy uwzględnieniu inflacji uzbiera się dla dziecka całkiem pokaźna kwota.

Można oszczędzać na przyszłość dziecka za pomocą różnych instrumentów finansowych. Istnieje taki instrument jak polisa posagowa. Chociaż, jak donoszą specjaliści²³, bardziej niż polisa posagowa opłacalna jest klasyczne ubezpieczenie na życie na dość wysoką kwotę. Oprócz tego można samodzielnie odkładać pieniądze na przykład na koncie oszczędnościowym, w funduszu inwestycyjnym czy w jakimś planie systematycznego oszczędzania. **Wadą polisy posagowej jest bowiem to, że w przypadku, gdy nie nastąpi śmierć rodzica, kwota z tytułu polisy posagowej będzie tylko niewiele wyższa niż suma opłaconych składek.** Wszystko za sprawą tego, że firma ubezpieczeniowa część wpłaconych składek będzie potrącała na poczet ryzyka wypłaty odszkodowania z powodu śmierci rodzica.



Życie rodziców jest księgą, którą czytują dzieci.

Augustyn z Hippony

²³ http://wyborcza.biz/finanse/1,105684,8843117,Polisa_posagowa_dla_dziecka_hit_czy_kit_.html

Zakończenie

Na zakończenie życzę Ci powodzenia i wytrwałości w dążeniu do celu, jakim jest uzyskanie niezależności finansowej. Jak mówi chińskie przysłowie: najważniejsza jest droga. Weszłaś już na drogę zmiany, bo przeczytałaś tę publikację.

Niejednokrotnie poczujesz się zniechęcona, zmęczona życiowymi zmianami, które są nieodłącznie związane z budowaniem finansowego bezpieczeństwa. Ważne jest, żebyś nie oczekiwała, że wdrażanie nowych strategii działania odbędzie się bez trudności, bez strachu o przyszłość. Nastaw się na działanie MIMO lęku. Idź naprzód niezależnie od tego, co inni mówią lub robią, by Cię od tego odwieść. To, co dzieje się w Twoich osobistych finansach, ma wpływ na jakość życia – Twojego i wszystkich osób, które kochasz.

Proszę, abyś zapamiętała drugą ważną zasadę obok „działania mimo lęku”. Otóż pamiętaj, że **JESTEŚ WARTA** tego, żeby zabezpieczyć się finansowo na wypadek różnych trudności (osobiste konto oszczędnościowe, emerytalne, inwestycje własne, zabezpieczenie swojej przyszłości – spisanie aktów woli przez Twoich rodziców, jeżeli darowizna to z zastrzeżeniami itd.). To niesłuchanie ważne: uniezależnić się od innych osób, mieć poczucie, że poradzisz sobie, również finansowo – samodzielnie.

Każda kobieta jest warta tego, by mieć poczucie niezależności finansowej. Szczególnie Ty – doświadczona w tym względzie. Szukaj wsparcia u profesjonalnych doradców, edukuj się na własną rękę, trzymaj rękę na pulsie swojego domowego budżetu. Myśl o sobie dobrze, działaj mimo lęku. Jesteś tego warta, by być wolna finansowo i żyć godnie na własny rachunek.

Gdzie po pomoc!

Poszukujesz pomocy prawnej, psychologicznej, socjalnej, doradztwa finansowego lub bezpiecznego schronienia zgłoś się do nas. Świadczymy pomoc w kontakcie bezpośrednim, telefonicznie i mailowo.

STOP – telefon zaufania dla kobiet dotkniętych przemocą i dyskryminacją **(22) 621 35 37** (pn.-pt. w godz. 10–16)

Całodobowy telefon interwencyjny dla kobiet ofiar przemocy
– **600 070717**

porady.prawne@cpk.org.pl

porady.psychologiczne@cpk.org.pl

www.cpk.org.pl

www.cpk.org.pl/finanse

Biura Fundacji:

Warszawa

ul. Wilcza 60 lok.19, 00-679 Warszawa

tel. (22) 622-25-17, tel./faks (22) 652-01-17

e-mail sekretariat@cpk.org.pl, e-mail temida@cpk.org.pl

www.facebook.com/Centrum.Praw.Kobiet.

Oddział w Gdańsku

ul. Gen. de Gaulle'a 1 b/15, 80-261 Gdańsk, tel. (58) 341 79 15

Oddział w Łodzi

ul. Piotrkowska 115, 90-430 Łódź, tel. (42) 633 34 11

Oddział we Wrocławiu

ul. Ruska 46B p. 208, 50-079 Wrocław, tel. (71) 358 08 74

Filia w Grójcu

ul. Piłsudskiego 59B, 05-600 Grójec, tel. 606 338 313