

Как парам правильно распоряжаться деньгами: 5 советов

Взгляд психологов на распространенные проблемы



Ирина Постникова

Если у пары часто случаются конфликты из-за денег, то, скорее всего, она не протянет долго.

По крайней мере, об этом говорят результаты исследований: семьи, в которых финансовые вопросы — главная причина для разногласий, распадаются чаще, чем те, что ругаются по другим поводам. Почему это происходит, понятно: конфликты из-за денег бывают очень интенсивными и их особенно трудно быстро разрешить. В результате между партнерами возникает постоянное напряжение. Они начинают проводить меньше времени вместе и перестают друг другу доверять.

Вот пять советов, которые помогут паре снизить риск недопониманий в сфере финансов.

«Кто платит»: как строить бюджет вместе

Честно о том, как копить с разными доходами, обсуждать траты и не испортить отношения

СОВЕТ № 1

Поговорите с партнером о деньгах

Если вы настроены на долгосрочные отношения, разговаривать с партнером про деньги нужно с первых же дней, [утверждает американский психолог Рейчел Вандербильт](#). Так вы сможете выяснить, нет ли непримиримых противоречий в ваших финансовых установках и убеждениях. Именно они могут дать почву для неразрешимого конфликта.

Роковое влечение: почему скряги и транжиры склонны жениться друг на друге — сайт Бизнес-школы имени Стивена Росса

Начать разговор можно прямо на первом свидании. Спросите, как, по мнению партнера, правильнее оплачивать счет в кафе и почему. Ответ даст представления о взглядах человека, и у вас сразу будет шанс подумать, устраивает вас его позиция или нет.

А если вы уже съезжаетесь, вместе приобретаете имущество, готовитесь к свадьбе, то дальше откладывать разговор нельзя. Спросите:

1. Нет ли у партнера ипотеки или других долгов, погашение которых может отразиться на вашем финансовом положении.
2. На какой размер дохода партнер рассчитывает сейчас — и в будущем, на чем его ожидания основываются.
3. Есть ли у партнера финансовый план и каковы его финансовые цели.
4. И самое неприятное: проговорите, как будете делить имущество в случае расставания.

И вам, и партнеру обсуждения помогут почувствовать себя увереннее в отношениях и меньше тревожиться из-за будущего.

Почему никто не любит говорить про деньги

Одна из причин, по мнению Рейчел Вандербильт, в том, что детей не учат конструктивно обсуждать финансовые вопросы. Вместо этого они нередко становятся свидетелями семейных ссор из-за денег. А некоторых даже наказывают за то, что они интересуются у взрослых размером их зарплат. В результате у людей с детства формируется убеждение, что разговоры о деньгах — это что-то неприличное и приводящее к конфликтам.

Ситуацию усугубляет и то, что многие осознанно или неосознанно считают, что уровень дохода и сумма накоплений — это прямое отражение личных качеств и интеллектуальных способностей. Поэтому, если человеку кажется, что его

финансовое положение оставляет желать лучшего, он этого стыдится и предпочитает не обсуждать денежные темы.

Третья возможная причина — низкий уровень финансовой грамотности. Это касается не только навыков управления личным бюджетом, но и навыка рассуждать о своих и чужих деньгах, не задевая ничьих чувств.

СОВЕТ № 2

Откройте совместный счет

Сейчас можно открыть общий счет во многих банках, но пары часто этим пренебрегают. Особенно [молодые и бездетные](#). Они нередко считают, что, объединяя финансы, ставят под угрозу свою независимость. Но на самом деле многое теряют. [Есть исследования](#), показавшие, что пары, переводящие на общий счет 80% дохода, — самые счастливые. Вероятно, это связано с высоким уровнем доверия друг к другу.

Кроме того, общий счет спасет от незаметной и неравномерной финансовой нагрузки на одного из партнеров. В парах, которые не ведут совместный бюджет, женщины [обычно берут на себя львиную долю расходов на детей](#): покупают одежду, платят за кружки и обеды в школе. В то время как мужчины охотнее берут на себя затраты на алкоголь и содержание собственного автомобиля.

Так что даже если вы не готовы делиться 80% дохода, общий счет для оплаты жилья и коммуналки, продуктов и других хозяйственных нужд необходим. Главное — обсудить, сколько на него переводить ежемесячно и на что эти деньги пойдут. Необязательно, чтобы суммы были одинаковыми для каждого, особенно если уровень дохода разный. Но важно, чтобы оба партнера считали размер этих сумм справедливым.

СОВЕТ № 3

Договоритесь о правилах

Если общий бюджет вы уже ведете, важно договориться о правилах его расходования. Например, о том, какого рода покупки должны предварительно обсуждаться, сколько допустимо тратить на одежду, игрушки для детей, еду и разные бытовые мелочи. Договоренности помогут избежать претензий в перерасходе средств, а значит, и ссор.

Семья финансовой журналистки Дженнифер Райан Вудс высчитывает [цену за раз использования вещи, чтобы принять решение о ее покупке](#). Скажем, вы обдумываете покупку суперсовременной варочной панели — ее стоимость ощутима для бюджета, но вы сможете ей пользоваться много лет. Значит, цена одного использования не так уж высока. Противоположный пример — наряд на выход.

Если вы наденете его лишь один раз, то, скорее всего, большие затраты на него не оправданы.

Вудс признает, что это правило применимо не для всех видов трат. Но им с мужем оно помогло установить некий базовый уровень расходов и заговорить о них на одном языке.

СОВЕТ № 4

Начните вместе копить

Четко сформулированные цели укрепляют отношения, особенно если они общие. Поэтому важно время от времени придумывать совместные задачи, в том числе финансовые. [Например: накопить на отпуск, ремонт или пенсию.](#)

[Когда мы вместе: динамика в достижении общей цели](#) — Researchgate

Чтобы эффект от этой затеи был максимальным, психологи советуют следующее:

1. Постарайтесь найти такую цель, которая по-настоящему воодушевляет и вас, и партнера. Если кому-то она будет казаться ненужной и неинтересной, вместо денег будет копиться раздражение.
2. Дальше соблюдайте правила постановки целей. Цель должна быть конкретная, у нее должны быть определены срок достижения и шаги на пути к этому — то есть ежемесячные суммы, которые вы будете откладывать.

СОВЕТ № 5

Сохраняйте финансовую верность

Когда люди не говорят партнеру правду о своих финансах, это называется финансовой неверностью. Выделяют 14 видов финансовых измен: от несогласованной траты подушки безопасности до сокрытия кредитов. Но самые популярные — это секретные накопления и сокрытие покупок или их реальной стоимости.

Примерно [31% супругов можно назвать финансово неверными](#). И обычно в свое оправдание они говорят, что хотели избежать ссоры и поэтому предпочли смолчать. Но это ошибочная тактика, которая лишь подрывает доверие в паре.

1. Если вам не хватает финансовой свободы, попробуйте обсудить лимиты на покупки для души. Пусть каждый из вас будет регулярно тратить определенную сумму на собственные нужды и не отчитываться об этом.
2. Если кажется, что партнер финансово неверен, честно расскажите ему об этом. Но не обвиняйте, а объясните, какие чувства испытываете по этому поводу: страх, злость, панику. Если партнер признает измену, а вы готовы сохранить

отношения, предложите ему на время передать вам контроль над финансами. Раз в неделю обсуждайте с ним состояние всех ваших счетов, платежи и другие расходы. Это поможет вернуть доверие.