

# Разумное потребление: тратим с умом

Чаще всего разумное потребление связывают с экологией и гуманным отношением к окружающей среде: не тратить попусту воду и электричество, не покупать пластиковые пакеты, сортировать мусор. Но разумное потребление — это бережное отношение к любым ресурсам, в том числе и к финансам.

Разумное потребление — один из главных современных трендов. В 2017 году Нобелевскую премию по экономике получил американец Ричард Талер за исследования в области поведенческой экономики. Это наука о том, как люди тратят деньги, что их заставляет копить или отдавать огромные суммы, почему кто-то сильнее, а кто-то слабее реагирует на маркетинговые уловки. Поведенческая экономика помогает людям научиться тратить деньги осознаннее и разумнее.

Центробанки многих стран тоже начали защищать людей от маркетинговых уловок финансовых организаций и лишних трат. Банк России, например, инициирует законы, которые помогут людям тщательнее контролировать свои расходы. К примеру, уже в ближайшее время банки должны будут при каждой операции по кредитной карте сообщать клиенту и оставшийся лимит, и общую сумму долга, чтобы люди следили не только за тем, сколько могут потратить, но и за тем, сколько должны банку. Главное, чтобы экономия была разумной и не превратилась в нездоровую скупость. Итак, на чем экономить не в ущерб качеству жизни?

## 1. Импульсивные покупки



Главный враг разумного потребления. Большинство покупок мы совершаем спонтанно: что-то понравилось прямо здесь и сейчас или привлекла цена со скидкой. Если контролировать себя, то можно защититься от таких расходов.

— **Используйте опцию «отложить».** Выбрать в магазине, потрогать, примерить и отправиться домой или на работу на несколько часов или день. Через какое-то время станет понятно, нужна такая покупка на самом деле или нет.

— **Составляйте списки.** Это помогает покупать столько, сколько нужно, и, например, не выкидывать потом испортившиеся продукты.

Также экономить можно каждый день по мелочам — допустим, не покупать в магазинах пластиковые пакеты, а носить с собой тряпичную сумку. Или наливать воду с собой в однажды купленную бутылочку и не тратить на это по 30–60 рублей в день.

Существует теория, что человеку не нужно больше 100 вещей. Американец Дэйв Бруно жил год только с 100 личными вещами. Главная идея его методики 100 Things Challenge — не давать себе заводить больше сотни вещей, а остальное продавать,

раздавать или выкидывать. Возможно, 100 вещей — излишне жесткое ограничение, суть скорее в том, чтобы пересмотреть свое финансовое поведение и перестать тратить деньги на то, что не нужно, не копить лишнее.

## 2. Повседневные траты



С помощью различных хитростей маркетологи и мерчендайзеры буквально заставляют посетителей магазинов и сайтов покупать больше продуктов. Важно помнить про эти уловки, чтобы противостоять им.

— **Внимательно читайте ценники.** Красные ярлыки возле цен заставляют покупателей думать, что это скидки, хотя это не всегда так. Иногда на ценниках крупными цифрами пишут цену с оптовой скидкой, без учета НДС, а мелкими — реальную розничную стоимость.

— **Заглядывайте на нижние и верхние полки.** Товар, продажа которого наиболее выгодна для супермаркета, располагается в «золотой зоне» — примерно на уровне груди взрослого человека, на высоте около полутора метров. Здесь этот товар лучше всего виден и его удобно брать. Скорее всего, на других полках вы найдете товар не худшего качества, но по более низкой цене.

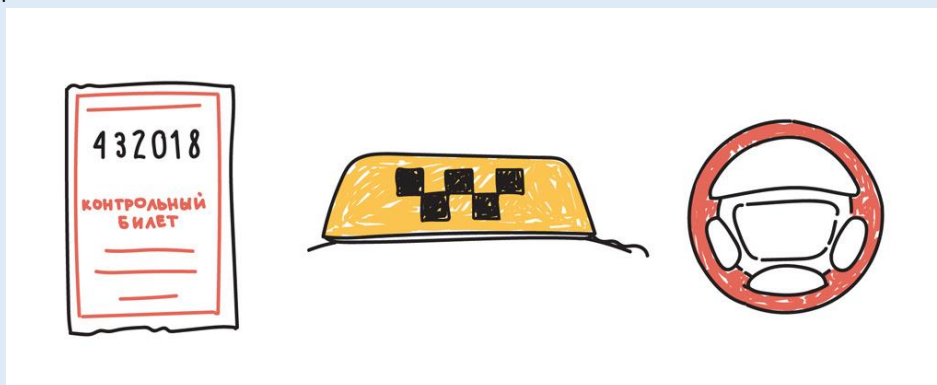
— **Кладите в корзину только то, что вам нужно.** Отделы с молоком, хлебом и мясом в крупных магазинах находятся в разных концах помещения, чтобы покупатели перемещались по залу и попутно брали что-то, что даже не планировали покупать.

— **Проверяйте вес или объем продукта.** Часто крупы и сахар расфасованы по 900 г вместо 1 кг, шоколад — по 90 г вместо 100 г, растительное масло — по 930 мл вместо 1 л. Более низкая цена не всегда означает экономию. У аналогичного товара цена может быть чуть выше, но зато и масса больше.

— **Сравнивайте цены.** Дисконтные карты конкретных магазинов с накопительной скидкой, кажется, сулят выгоду. Но, возможно, в супермаркете, где вы получили карту и копите скидочные баллы, товары стоят куда дороже, чем в других магазинах, даже с учетом дисконта.

— **Трезво и критично оценивайте маркетинговые акции.** Бонусы за покупки, которые затем можно с доплатой обменять на товар, или «каждая восьмая покупка в подарок» — это лишь способ заставить вас в погоне за подарками (порой совершенно бесполезными) покупать больше, чем нужно.

### 3. Транспорт



Работающий человек не может отказаться от транспортных расходов — нужно как минимум добираться до работы и обратно. Но в современном мире собственный автомобиль — не всегда самый экономный вариант.

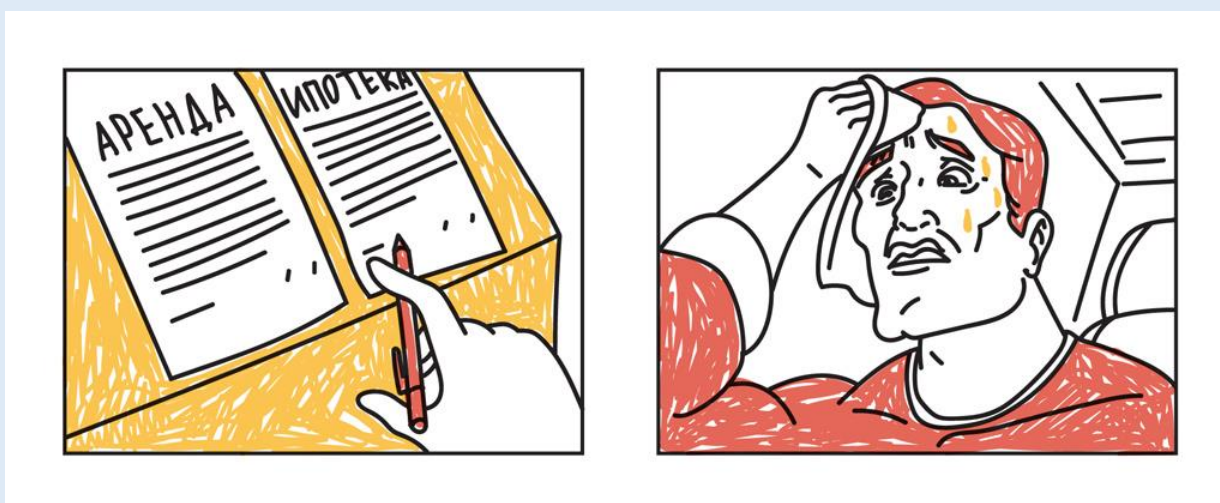
— Для больших городов с пробками и приличными расстояниями разумная альтернатива собственной машине — общественный транспорт. Абонементы и специальные карты охватывают несколько видов транспорта и редко стоят больше 2000 рублей в месяц.

— Если автомобиль вам нужен не каждый день, то вполне вероятно, что такси окажется более выигрышным вариантом. Бензин, обслуживание, налоги, страховка, парковка и мойка машины могут обойтись вам в немалую сумму. В приложениях карт и геосервисов можно сравнить цены разных операторов такси и решить, стоит ли обзаводиться своей машиной.

— Есть еще одна экономичная альтернатива личному автомобилю. Если он нужен лишь изредка, например для выезда за город или поездки в отдаленный магазин, то можно воспользоваться сервисами каршеринга. Они позволяют брать машину на нужное вам время и оставлять ее в удобных местах. Правда, в России такая возможность пока есть только в крупных городах.

Если вы не можете обойтись без своего автомобиля, есть смысл приобрести тот, который отвечает вашему доходу. На автомобиль разумно потратить не больше годового заработка, а лучше меньше. Сумма в 6–12 зарплат при грамотном накоплении позволит не брать больших кредитов и быстро восстановить бюджет после крупной траты.

### 4. Жилье



Арендовать квартиру, особенно в крупных городах, может быть выгоднее, чем брать ипотеку. Например, семья снимает жилье в центре Петербурга за 30 тысяч рублей:

удобное расположение, рядом школа и детский сад, родители ходят на работу пешком. Подобная квартира стоит в том же районе минимум 6 млн рублей, и она, скорее всего, будет хуже их съемной. Если семья возьмет ипотеку на 25 лет, то платеж составит около 50 тысяч в месяц. А еще нужно где-то взять первоначальный взнос — миллион.

Допустим, они продолжают снимать ту же квартиру за 30 тысяч, а 20 тысяч (разницу между арендой и ипотекой в месяц) будут откладывать на депозит с капитализацией процента или использовать другие финансовые инструменты. Тогда через 25 лет, даже с учетом инфляции и роста цен на жилье, размер депозита превысит стоимость их квартиры. Конечно, этот умозрительный сценарий не предусматривает многих неожиданных вещей — например, если цены на недвижимость взлетят, то квартира будет лучшей инвестицией. Или наоборот.

Если банк не одобрит нашим героям ипотеку на такую сумму, они могут купить квартиру в Ленинградской области за 4 млн рублей — тогда платеж получится как раз около 30 тысяч в месяц. Но сильно возрастут расходы на проезд, придется менять школу и детский сад, возможно, понадобится автомобиль. Время, которое раньше можно было проводить с семьей, придется проводить в пробках. Все это сказывается на качестве жизни. И есть над чем подумать, делая выбор между арендой и покупкой.

Впрочем, для многих людей квартира в собственности — это не просто стены, это психологический комфорт, уверенность, что у тебя есть дом и будет что завещать детям. Регистрация по месту жительства дает дополнительные возможности. Плюс некая фиксация трат на квартиру на 25 лет вперед, ведь платежи по ипотеке измениться не могут (если, конечно, вы не выбрали дифференцированные платежи — подробнее читайте об этом в тексте «[Ипотечный кредит](#)»). К тому же люди иногда готовы переплачивать за гарантию стабильности, даже в ущерб комфорту.

Для других важнее мобильность, доступность инфраструктуры, и не важно, что квартира принадлежит не им, — важно, чтобы в ней было комфортно жить. К тому же в случае финансовых проблем с арендованной квартирой можно просто съехать, а с ипотечной все гораздо сложнее, ее можно даже потерять.

## 5. Кредиты



Кредит — удобный и популярный финансовый инструмент. Но использовать его нужно осмотрительно и не брать на себя невыполнимых обязательств. Особенно если кредит нужен для покупки последней модели дорогого телефона или других предметов далеко не первой необходимости, когда денег на гречку с трудом хватает. Помните, что уровень кредитной нагрузки на человека не должен превышать 30% от ежемесячного дохода. Иначе есть риск не справиться с выплатами и попасть в долговую яму. Взвешенный подход к кредитам — еще один важный маркер разумного потребления.