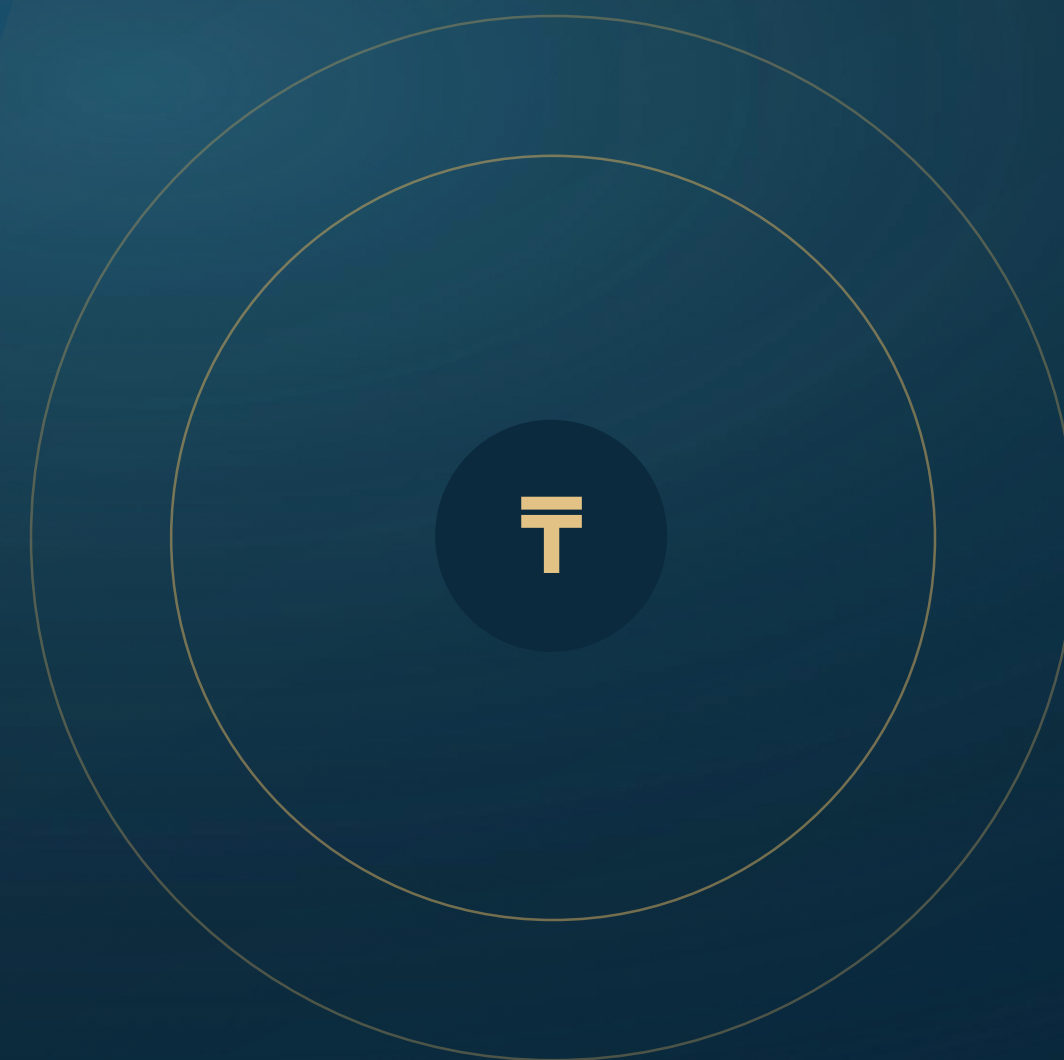


Личные *финансы* и планирование

Доходы, расходы, сбережения, инвестиции и долговая нагрузка. Системный подход к управлению деньгами и уверенность в будущем.

Научный проект

ИРН АР26196291 «Потенциал цифровой финансовой грамотности в повышении благосостояния населения», 2025–2027 гг.



ШЕСТЬ ЭЛЕМЕНТОВ ПЛАНИРОВАНИЯ

«Освоить принципы управления личными финансами и сформировать системный подход к планированию бюджета»

01

Доходы

Основа личных финансов: активные, пассивные и социальные источники.

02

Расходы

Инструмент финансовых решений: обязательные, переменные, импульсивные.

03

Сбережения

Финансовая подушка безопасности и защита от неблагоприятных ситуаций.

04

Инвестиции

Депозиты, облигации, акции, фонды и цифровые платформы.

05

Обязательства

Кредиты, займы и управление долговой нагрузкой не более 30–40% дохода.

06

Системный подход

Все элементы как единое целое: баланс, дисциплина и цифровые инструменты.

Что такое *личные финансы*

Определение

Система управления доходами, расходами, сбережениями и инвестициями человека или семьи. Финансовое планирование помогает определить цели, расставить приоритеты и выстроить стратегию финансовой стабильности.

Что даёт планирование

Цели

Расставленные приоритеты

Чёткое понимание, что важно сейчас, а что — в долгосрочной перспективе.

Ресурсы

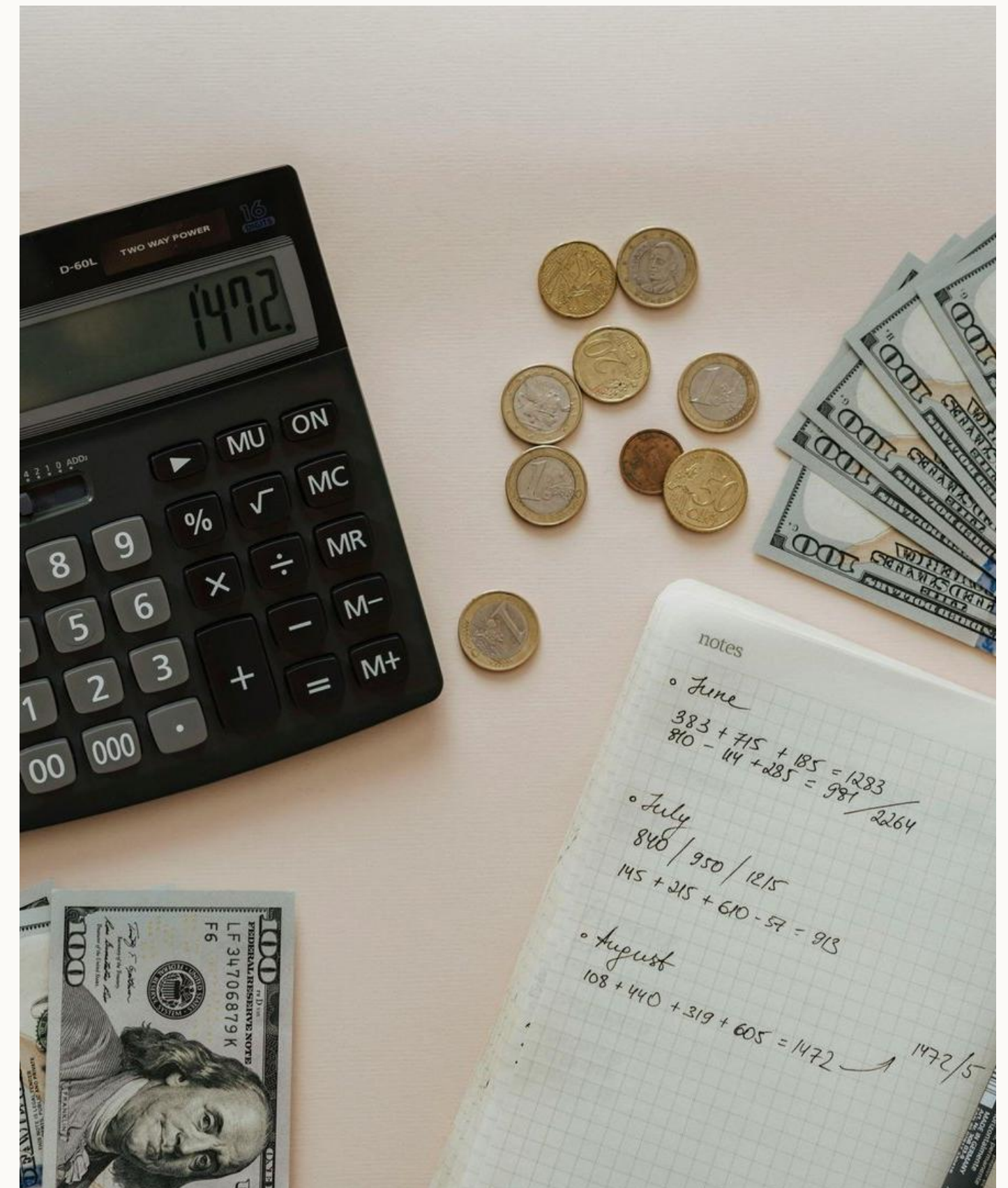
Эффективное использование

От бюджета до резервного фонда и долгосрочных вложений.

Уверенность

Качество жизни

Устойчивые привычки и уверенность в завтрашнем дне.



Бюджет начинается с записи доходов и расходов. Калькулятор и блокнот — старейшие инструменты планирования.

Три источника доходов

Совокупность денежных поступлений, формирующих финансовую базу человека или домохозяйства. Уровень и структура доходов определяют возможности потребления, сбережения и инвестирования.

Тип I

Активные

Поступления, связанные с трудовой деятельностью.

-
- Заработная плата
 - Вознаграждение за услуги
 - Предпринимательский доход

Главный источник для большинства людей.

Тип II

Пассивные

Доход без непосредственного участия в труде — доход от капитала.

-
- Проценты по депозитам
 - Дивиденды
 - Арендные платежи

Цель долгосрочного финансового плана.

Тип III

Социальные

Государственные трансферты — поддержка определённых категорий граждан.

-
- Пенсии
 - Пособия
 - Стипендии

Защитная роль в структуре доходов.

Что делает доход *устойчивым*

В финансовом планировании важно не только «сколько», но и «насколько надёжно». Четыре характеристики, формирующие устойчивые доходы.

01 Стабильность и предсказуемость

Позволяет формировать долгосрочные финансовые планы.

02 Диверсификация источников

Снижает зависимость от одного канала поступлений.

03 Реальный уровень дохода

Скорректированный с учётом инфляционных процессов.

04 Цифровая форма получения

Онлайн-платформы, дистанционная занятость, фриланс.

Современные риски

Что давит на доходы

- Трансформация рынка труда
- Гибкие формы занятости
- Инфляционное давление

Путь к устойчивости

Что усиливает доход

- Диверсификация источников
- Инвестиции в человеческий капитал
- Развитие цифровых компетенций
- Постоянное обучение

Три типа расходов

Расходы — ключевой индикатор финансового поведения. Их структура и динамика напрямую влияют на способность к накоплению и инвестированию.

Тип I · Обязательные

Базовые потребности

Расходы, без которых невозможна повседневная жизнь.

-
- Жилищные расходы
 - Питание
 - Налоги
 - Коммунальные платежи

Тип II · Переменные

Образ жизни

Зависят от уровня дохода и личных предпочтений.

-
- Транспорт
 - Одежда
 - Досуг и развлечения
 - Кафе, рестораны

Тип III · Импульсивные

Спонтанные траты

Возникают спонтанно, часто не связаны с реальной необходимостью.

-
- Скрытые подписки
 - Автоматические списания
 - Под влиянием рекламы
 - Эмоциональные покупки

Принцип

Цифровизация платежей упрощает покупки, но снижает контроль. Анализ безналичных трат — ключевая привычка эпохи.

Финансовая *подушка* безопасности

Часть дохода, не использованная на текущее потребление и направленная на формирование финансового резерва.

Базовый резерв

3—6

месяцев расходов

Резерв средств для покрытия текущих расходов в трудный период.

Эффективные сбережения

Регулярность

Постепенное накопление

Ликвидность

Быстрый доступ

Сохранность

Защита от инфляции

Диверсификация

Разные формы хранения



Основные риски

Что мешает накоплениям

- Инфляционное обесценивание
- Хранение «под подушкой»
- Валютные колебания

Решение

Безопасные инструменты

Банковские депозиты, накопительные счета, частичное перераспределение в инвестиционные активы.

Сбережение *vs* инвестирование

Сбережения сохраняют. Инвестиции приумножают. Это разные стратегии, и путать их нельзя.

Современные инвестиционные инструменты

01	Банковские продукты Депозиты с повышенной доходностью	Низкий риск Гарантированная защита и понятная доходность.
02	Облигации Долговые ценные бумаги	Умеренный риск Фиксированный купонный доход и возврат тела долга.
03	Акции Долевые инструменты	Повышенный риск Доля в бизнесе, дивиденды, рост стоимости.
04	Фонды и ETF Коллективные инвестиции	Готовая диверсификация Корзина активов с распределённым риском.
05	Цифровые платформы Современные инвест-сервисы	Низкий порог входа Управление портфелем со смартфона.



4 правила инвестора

- Допустимый уровень риска
- Инвестиционный горизонт
- Чёткие цели
- Диверсификация активов

Долговая нагрузка *под контролем*

Совокупность долговых обязательств: банковские кредиты, займы, задолженности по кредитным картам и иные формы заимствований.

Золотое правило

30–40%

от дохода — максимум

Безопасный уровень суммарных платежей по всем кредитам.

П а р а м е т р ы о ц е н к и к р е д и т а

Уровень долговой нагрузки

Соотношение платежей по долгам к ежемесячному доходу.

Срок кредитования

Чем длиннее срок — тем больше итоговая переплата.

Процентная ставка

Общая стоимость кредита за весь срок — переплата.

Комиссии и штрафы

Скрытые платежи и санкции в договоре.

Р а ц и о н а л ь н о е у п р а в л е н и е

→ Лимит 30–40%

Не превышать порог совокупных платежей по долгам.

→ Без необоснованных займов

Кредит — только тогда, когда есть стратегия его возврата.

→ Дорогие — первыми

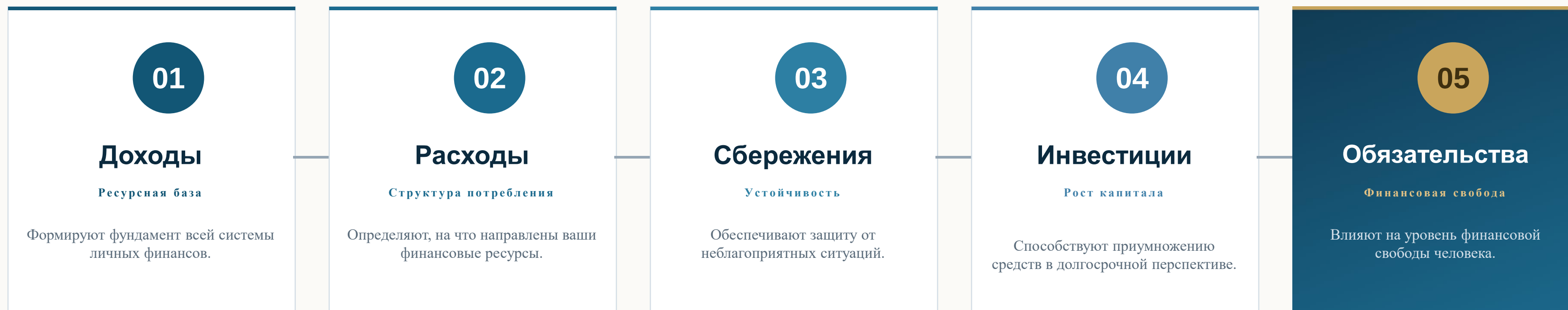
Приоритетно гасить долги с высокой процентной ставкой.

→ Рефинансирование

Использовать механизм при возможности снизить ставку.

Пять элементов работают как единое целое

Эффективное планирование — это комплексное управление всеми пятью элементами одновременно. Каждый имеет свою роль в общей системе.



Главный принцип

Изменение в одном элементе автоматически влияет на все остальные. Управлять надо системой целиком.

Что мешает и что помогает

Современные риски

5 факторов давления

- 01 Инфляционные процессы**
Снижение покупательной способности денег.
- 02 Цифровизация и киберугрозы**
Мошенничество, утечка данных, фишинг.
- 03 Поведенческие факторы**
Импульсивность, эмоции, недостаток дисциплины.
- 04 Нестабильность доходов**
Гибкие формы занятости и колебания рынка труда.
- 05 Волатильность рынков**
Резкие колебания стоимости активов.

Что рекомендуется

5 шагов на каждый день

- **Регулярный учёт финансовых потоков**
Цифровые приложения банков и трекеры расходов.
- **Подушка безопасности на 3–6 месяцев**
Резерв расходов в ликвидной форме.
- **Баланс трат, сбережений и инвестиций**
Здоровая пропорция между текущим и будущим.
- **Финансовая и цифровая грамотность**
Постоянное обучение — лучшая защита от ошибок.
- **Цифровые инструменты с учётом безопасности**
Двухфакторная аутентификация и официальные приложения.

Грамотное управление — *фундамент будущего*

01

Системный взгляд

Доходы, расходы, сбережения, инвестиции и долги — единая взаимосвязанная система.

02

Цели и дисциплина

Постановка целей, анализ и дисциплина важнее, чем размер дохода.

03

Грамотность с ранних лет

Освоение принципов на этапе обучения — основа уверенного будущего.

Т

Финансовая грамотность и системный подход — ключевые навыки современного человека.