**Gavote atleidimo iš darbo lapelį? Ekspertė pataria, kaip pasirūpinti savo finansine sveikata**

*Informacija žiniasklaidai, 2024 m. rugsėjo 18 d.*

**Atleidimas iš darbo – nemaloni žinia, kuri gali nemenkai sujaukti padėtį piniginėje. Po neseniai vienos telekomunikacijų bendrovės paskelbtų masinių atleidimų dalis iš mūsų susimąstėme, ar esame tinkamai finansiškai pasiruošę tokiems atvejams. Anot ekspertės, netekus darbo ar nutikus kitai netikėtai gyvenimiškai situacijai padeda nuosekliai kaupiama finansinė pagalvė. Tačiau net jei tokios neturite arba ji nėra rekomenduojamo 6 mėnesių pajamų dydžio, svarbiausia – nepanikuoti ir imtis finansinį stabilumą užtikrinsiančių veiksmų net ir po darbo praradimo.**

„Realybė tokia, jog nuo darbo netekimo nesame apsaugotas nei vienas. Stebint situaciją Lietuvoje ir pasaulyje, į darbo rinką sparčiai įsiliejant naujosioms technogijoms bei dirbtiniam intelektui, panašių masinių atleidimų galime tikėtis ir ateityje. Todėl gavus tokią nemalonią žinią iš darbdavio svarbu veikti iš karto, nelaukti paskutinės savo darbo dienos. Taip sumažinsite finansinę įtampą ir būsite geriau pasiruošę naujam etapui“, – sako skolinimosi internetu bendrovės „Vivus Finance“ vadovė Giedrė Štuopė.

**Peržiūrėkite asmeninę finansinę situaciją**

Kasdienybėje, kuomet gauname stabilias pajamas ir neturime didesnių įsipareigojimų ar skolų, neretai pamirštame stebėti savo išlaidas. Tačiau G. Štuopė pažymi, jog netekus darbo tokios prabangos nebegalime sau leisti. Todėl sulaukus pranešimo apie atleidimą ji rekomenduoja detaliai išanalizuoti savo finansinę situaciją:

„Pradėkite nuo išlaidų suskirstymo į būtinąsias išlaidas, tokias kaip nuoma, mokesčiai, maistas, ir nebūtinąsias – pramogos, prenumeratos, kelionės ir kita. Būtent pastarąsias svarbu itin atidžiai įsivertinti ir pamąstyti, ko galite atsisakyti. Nors atsisveikinti su įprastomis pamėgtomis pramogomis gali būti sunku emociškai, pirmiausia siūlau peržiūrėti savo mokėjimų istoriją ir atsisakyti tų paslaugų, apie kurias, gali būti, esate visai pamiršę. Pavyzdžiui, jei turite keletą skirtingų platformų prenumeratų, tačiau jomis nesinaudojate, gal galite jas atšaukti? O galbūt mokate už narystę sporto klube, kuriame nesilankote, ir sutartis jums leistų ją nutraukti?“

Anot „Vivus Finance“ vadovės, kuo anksčiau įsivertinsime realią savo finansinę būklę ir imsimės taupymo veiksmų, tuo geriau būsime pasiruošę išvengti galimų sunkumų ir užtikrinti finansinę stabilumą.

**Neslėpkite, o informuokite apie pokyčius**

Darbo netekimas gali dar labiau apsunkinti situaciją, jei gyventojas turi didesnių finansinių įsipareigojimų. Tokiu atveju G. Štuopė rekomenduoja iš karto susisiekti su savo įstaiga, kurioje turite finansinių įsipareigojimų.

„Jei turite paskolų, kreditų ar kitų finansinių produktų, o išanalizavus asmeninį biudžetą matote, jog jums gali kilti sunkumų grąžinti įmokas, apie pasikeitusią situaciją svarbu informuoti savo banką ar vartojimo kreditą išdavusią įstaigą. Atviro dialogo būdu galėsite rasti geriausią sprendimą, kaip palengvinti užgriuvusią finansinę naštą. Svarbu suprasti, jog nei bankų, nei vartojimo kreditų bendrovių, nei kitų finansų įstaigų tikslas nėra paversti klientą nemokiu. Priešingai, jų prioritetas – laiku įsipareigojimus vykdantys klientai, todėl reikėtų nebandyti nuslėpti informacijos apie darbo netekimą“, – teigia ekspertė.

Vis dėlto ji pripažįsta, jog praktikoje pasitaiko atvejų, kuomet su finansiniais sunkumais susiduriantys gyventojai vengia kontakto manydami, jog situacija išsispręs savaime. Kiti gi nesikreipia susidūrę su nemaloniais jausmais:

„Pastebime, jog gavę atleidimo lapelį dalis gyventojų gėdijasi apie tai kalbėti garsiai. Tačiau netekti darbo nėra gėdinga. Finansų bendrovės supranta, jog nutinka įvairių situacijų, dėl kurių gali nepavykti laiku atlikti mokėjimų. Kur kas svarbiau pabrėžti, jog praradus darbą ir ilgainiui susikaupus skolai, ji savaime niekur nedings. Kuo ilgiau delsite, tuo našta taps didesnė. Nei viena tokia situacija neišsisprendžia klientui ignoruojant kreditoriaus skambučius, el. laiškus. O štai su tais asmenimis, kurie noriai bendrauja, galime rasti įvairių problemos sprendimo būdų: atidėti paskolos grąžinimo įmokas sumažėjus pajamoms, restruktūrizuoti paskolą, peržiūrėti bei pakoreguoti įmokų grąžinimo grafiką ir panašiai.“

**Neleiskite impulsyvumui jūsų užvaldyti**

G. Štuopė atkreipia dėmesį, jog gavus įspėjimą apie atleidimą gali kilti pagunda turimas santaupas greitai investuoti į rizikingus fondus ar platformas. Tačiau, anot jos, greita didelė grąža dažnai reiškia ir aukštą riziką, o noras kuo skubiau „užsidirbti“ gali tik dar labiau pabloginti finansinę situaciją.

„Tokiais atvejais labai svarbu išlikti ramiais ir priimti tik gerai apgalvotus, pasvertus sprendimus. Netikėtai netekus darbo žmogus gali jausti stresą, įtampą, pareigą kuo greičiau ir bet kokiais būdais išspręsti nemalonią padėtį. Visgi dažniausiai šios emocijos užgožia šaltą protą, kurio reikia norint priimti teisingus finansinius sprendimus. Rizikingos investicijos gali atnešti tik dar daugiau chaoso šiuo neapibrėžtu laikotarpiu“, – sako ekspertė.

Kad ir kaip patraukliai skamba greitą uždarbį žadantys investiciniai instrumentai, „Vivus Finance“ vadovė rekomenduoja prioritetą teikti stabilaus pajamų šaltinio – naujos darbovietės, smulkių projektų ar kitos apmokamos veiklos – paieškai.