2025 m. lapkričio 14 d.

**Greiti pinigai gali sugriauti ateitį. Kaip netikėtai gauta suma veikia mūsų psichologiją?**

**Gavę pasiūlymą „čia ir dabar“ gauti 1000 eurų, didesnė dalis žmonių be ilgų svarstymų jį priimtų – net jei tai reikštų mažesnes pajamas senatvėje. Kodėl taip nutinka? Kodėl greiti pinigai taip stipriai veikia mūsų sprendimus, kad negalvojame apie pasekmes, o kartais, net ir jas suprasdami, vis vien pasiduodame pagundai?**

„Psichologiniu požiūriu netikėtai gauti pinigai, nepriklausomai nuo sumos, priverčia mus pasijusti turtingais. Iš vienos pusės, noras juos išleisti tiesiogiai siejasi su šiuo turtingumo pojūčiu, iš kitos – pasąmoningai mes nesijaučiame šiuos pinigus užsidirbę, tad ir atsakingai su jais elgtis neturime paskatos“, – sako psichiatras Linas Slušnys.

**Netikėti pinigai – neplanuoti sprendimai**

Pasak psichiatro, didesnė dalis žmonių, nelauktai gavę bet kokią sumą, ją linkę iš karto išleisti – pramogoms ar kokiam nors nebūtinai reikalingam daiktui įsigyti.

„Kai svajonė – pavyzdžiui, naujas telefonas ar kompiuteris – netikėtai tampa pasiekiama, žmogus nebesvarsto, ar jam iš tiesų to reikia, ar jis gali sau tai leisti. Žmogus tiesiog nori pasinaudoti proga ir tokioje situacijoje sprendimus priima emocijos, o ne logika“, – pasakoja psichiatras.

Pasak L. Slušnio, tokiais atvejais žmogui yra reali tik dabartis: jis negalvoja apie ateitį, nevertina ilgalaikių pasekmių, nes smegenims svarbiausia patirti greitą atlygį, greitą gero jausmo bangą – dopamino pliūpsnį. Psichiatras sako, kad būtent dėl šios priežasties staiga gauti pinigai žmonėms dažnai tampa ne dovana, o išbandymu.

**Socializmo šešėlis: ateitimi pasirūpins valstybė**

Bet kokie papildomi pinigai, nors teoriškai galėtų tapti investicija į saugią ir finansiškai aprūpintą ateitį, dažnai išgaruoja per kelias dienas. L. Slušnys primena ir žiniasklaidoje keletą kartų nuskambėjusias istorijas asmenų, laimėjusių loterijoje, kai pinigai leidžiami į kairę ir dešinę, „tarsi rytojus niekada neateitų“.

Jo nuomone, tarp tokio elgesio priežasčių ne paskutinėje vietoje yra ir iš socializmo laikų atėjęs įsitikinimas, kad valstybė privalo pasirūpinti savo piliečiais taip, kaip jiems atrodo reikalinga – bet ne taip, kaip leidžia ar ateityje leis valstybės galimybės.

„Mūsų visuomenėje vis dar gajus įsitikinimas, kad valstybė kažkaip pasirūpins ir padės, jei bus blogai. Tai – socializmo laikų palikimas. Pastaraisiais dešimtmečiais lietuviai išmoko užsidirbti atlyginimą, bet toli gražu ne visi suprato, kad užsidirbti reikia ir pensiją. Senatvė – taip pat investicija, už kurią bent dalį atsakomybės reikia prisiimti patiems“, – samprotauja L. Slušnys.

Jo nuomone, po Nepriklausomybės paskelbimo pasikeitus ekonominei sistemai, pamažu daugelis žmonių prisitaikė prie rinkos ekonomikos taisyklių, bet kartu išlaikė ir pasyvų lūkestį, kad jų finansinį saugumą užtikrins „kažkas kitas“.

„Mes vis dar norime, kad valstybė sumokėtų ir už mūsų klaidas, ir už tingėjimą planuoti. Deja, realybė taip neveikia – nei psichologiškai, nei ekonomiškai“, – pabrėžia psichiatras.

**Sąmoningumo daugėja**

Tiesa, L. Slušnys pripažįsta, jog brandesnio požiūrio ir šioje srityje pamažau daugėja. „Vis daugiau žmonių ima domėtis investavimu, suvokia, kaip veikia papildomas kaupimas pensijai. Yra ir investuojančių savarankiškai – jie supranta, kad ateitis yra jų pačių rankose, pasitiki savimi ir savo finansiniais sprendimais“ – konstatuoja jis.

Pasak psichiatro, pasiduoti pagundai išleisti pinigus ypač lengva, kai tam pritaikyta visa aplinka – žmonių silpnybes puikiai išnaudoja ir pačios įvairiausios įmonės, ir sukčiai.

„Daugybė reklamos, įvairios akcijos, ypatingi pasiūlymai – rinka orientuota į tai, kad žmogus kuo greičiau išleistų pinigus. Kitais metais, tikėtina, suaktyvės ir sukčiai, taip pat siūlysiantys „stulbinančią grąžą“ ir „neeilines investavimo galimybes“. Tad spaudimas netikėtai praturtėjusiam žmogui bus iš visų pusių“, – dėmesį atkreipia L. Slušnys.

**Rytojus tikrai ateis – ir greičiau, nei galvojate**

Vis tik jis pabrėžia, kad vien reklamos kaltinti negalima – svarbiausias yra vidinis nusiteikimas ir disciplina.

„Atsispirti greito malonumo troškimui padeda tik aiškus ir motyvuotas tikslas. Kur kas lengviau taupo tie, kurie tiksliai žino, kokiu tikslu tai daro – pavyzdžiui, nori išleisti vaiką į mokslus ar užsitikrinti orią senatvę. Būtent tokius žmones trumpalaikės pagundos veikia silpniausiai“, – sako L. Slušnys.

Jo teigimu, svarbu suvokti, kad išėjus į pensiją, gyvenimas nesibaigia, o jei norima išsaugoti bent patenkinamą gyvenimo kokybę, tam privalomas stabilus finansinis pagrindas, kurį ruoštis reikia jau dabar.

„Jei žmogus aiškiai supranta, kad pensijoje jam reikės bent 60–70 proc. dabar gaunamų pajamų, papildomas taupymas tampa tuo ilgalaikiu tikslu, kuris motyvuoja ir padeda atsispirti greito malonumo troškimui. Tuomet ir išvengti vien emocijomis paremtų sprendimų pavyksta kur kas lengviau“, – įsitikinęs psichiatras.

L. Slušnys taip pat primena paprastą tiesą, kad gyventi, vadovaujantis fraze „apie tai pagalvosiu rytoj“, yra ir nepraktiška, ir pavojinga.

„Rytojus paprastai ateina labai greitai, o kartu su juo – ir atsakomybė už sprendimus, kuriuos priimame šiandien. Greiti pinigai tikrai suteiks trumpalaikį džiaugsmą ir laimės pojūtį, bet tik ilgalaikiai sprendimai užtikrins ramybę. O vėlyvuoju gyvenimo laikotarpiu kiekvienas įsitikina, kad būtent ramybė ir finansinis saugumas yra šimtą kartų vertingesni nei bet koks – net ir pats naujausias – telefonas ar kompiuteris“, – apibendrina L. Slušnys.