

Stres finansowy dotyka coraz większej liczby Polaków

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: wtorek, 03, grudzień 2024 09:34

Katarzyna Sekuła

Odslony: 2456

Z najnowszego badania „Kondycja domowych budżetów Polaków”, przeprowadzonego na zlecenie Rejestru Dłużników BIG InfoMonitor, wynika, że rośnie odsetek osób, które wskazują problemy finansowe jako główne źródło stresu. Choć w porównaniu do zeszłego roku odsetek Polaków deklarujących trudności finansowe spadł o 10 punktów procentowych – z 48% do 38% – to poziom napięcia wynikający z sytuacji materialnej wciąż wzrasta. Obecnie 41% badanych odczuwa silny stres związany z finansami, podczas gdy w 2021 roku było to 34%.

Wysokie koszty życia, inflacja i niepewność gospodarcza

Główne przyczyny pogarszającej się sytuacji finansowej Polaków to inflacja, rosnące koszty życia oraz niepewność gospodarcza. Według raportu IPSOS, aż 45% Polaków doświadcza przewlekłego stresu, co znacznie przewyższa średnią światową, wynoszącą 33%. Problemy finansowe częściej dotyczą kobiet (41%) niż mężczyzn (34%), co może być związane z różnicami w dochodach, strukturze zatrudnienia oraz odpowiedzialności za gospodarstwo domowe.

Wykształcenie również odgrywa istotną rolę w radzeniu sobie z trudnościami materialnymi. Osoby z wyższym wykształceniem rzadziej zgłaszają problemy finansowe (32%) w porównaniu z osobami posiadającymi wykształcenie średnie (41%) lub zawodowe i podstawowe (44%).

Strategie radzenia sobie z problemami finansowymi

W obliczu trudnej sytuacji finansowej Polacy podejmują różne działania, aby zminimalizować stres i poprawić swoją sytuację materialną. Najczęstszą strategią jest ograniczanie wydatków do minimum – wskazało ją 58% respondentów. Polacy rezygnują przede wszystkim z wydatków na rozrywkę, zakupy czy podróże. Coraz więcej osób decyduje się także na sprzedaż zbędnych przedmiotów, takich jak ubrania, zabawki czy sprzęt domowy (23%), oraz zakup odzieży używanej (20%).

Jednocześnie rośnie skłonność do zapożyczania się u rodziny i znajomych. Pożyczki od bliskich zaciąga 28% Polaków, a 10% korzysta z pomocy znajomych. – *Zwiększona skłonność do pożyczania od rodziny może być wynikiem chęci unikania formalnych instytucji finansowych, które szybciej egzekwują spłatę zobowiązań* – podkreśla Sławomir Grzelczak, prezes BIG InfoMonitor. Zwraca uwagę, że po kredyt w banku sięga obecnie 9% badanych, co jest wzrostem o 2 punkty procentowe w porównaniu do zeszłego roku.

Rosnące ubóstwo i potrzeba społecznego wsparcia

Wzrost trudności finansowych przekłada się na rosnące ubóstwo. Według danych GUS, skrajne ubóstwo w Polsce wzrosło z 4,6% w 2022 roku do 6,6% w 2023 roku, co oznacza powrót do poziomu sprzed wprowadzenia programu 500+. Skrajne ubóstwo oznacza sytuację, w której wydatki gospodarstwa domowego są tak niskie, że zagrażają zdrowiu i życiu jego członków.

W odpowiedzi na pogarszającą się sytuację finansową, 5% Polaków deklaruje korzystanie z pomocy społecznej lub organizacji charytatywnych, a 2% przyznaje się do korzystania z jadłodzielni. Choć są to niewielkie odsetki, pokazują one rosnącą potrzebę wsparcia społecznego.

Zmiana priorytetów konsumenckich

Rosnące koszty życia zmusiły Polaków do zmiany nawyków konsumenckich. Według badania BIG InfoMonitor, 44% ankietowanych uznaje opłaty za media – prąd, wodę i gaz – za najbardziej uciążliwe. Co czwarty badany wskazuje na rosnące koszty żywności (25%), a 23% za uciążliwe uważa wydatki na czynsz.

Stres finansowy dotyka coraz większej liczby Polaków

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: wtorek, 03, grudzień 2024 09:34

Katarzyna Sekuła

Odśłony: 2456

Polacy ograniczają wydatki na kulturę, rozrywkę i sport. Około 40% badanych rzadziej odwiedza kina, teatry czy siłownie, a także unika wizyt w kawiarniach i restauracjach. Mimo to rośnie liczba osób, które decydują się na inwestowanie w zdrowie (21%) oraz opiekę nad zwierzętami domowymi (14%).

– Zwiększone wydatki na zdrowie i produkty lepszej jakości pokazują, że Polacy są coraz bardziej świadomi wpływu tych kategorii na jakość życia – dodaje Sławomir Grzelczak. – Jednocześnie ograniczanie wydatków w innych obszarach może negatywnie wpłynąć na lokalną gospodarkę, zwłaszcza w sektorze usług, który już mocno ucierpiał podczas pandemii.

Znaczenie odpowiedzialnego planowania finansowego

Eksperti zwracają uwagę, że w obliczu rosnących trudności finansowych kluczowe staje się odpowiedzialne zarządzanie domowym budżetem. Odpowiednie planowanie wydatków i unikanie nieprzemyślanych cięć może pomóc w zachowaniu równowagi między oszczędnościami a jakością życia. Ważne jest również rozwijanie wiedzy finansowej, co pozwala lepiej zarządzać środkami i unikać długoterminowych zobowiązań, które mogą obciążyć budżet domowy.

– Ostrożna konsumpcja i korzystanie z pomocy bliskich mogą pomóc w krótkim okresie, ale w dłuższej perspektywie warto skupić się na budowaniu stabilności finansowej – podsumowuje Sławomir Grzelczak.

Źródło: IP