

UNIVERZA V LJUBLJANI
EKONOMSKA FAKULTETA

MAGISTRSKA NALOGA

JAN VALENČIČ

UNIVERZA V LJUBLJANI
EKONOMSKA FAKULTETA

MAGISTRSKA NALOGA

VPLIV UREJENIH OSEBNIH FINANC NA RAVEN STRESA

Ljubljana, februar 2016

JAN VALENČIČ

IZJAVA O AVTORSTVU

Spodaj podpisani Jan Valenčič študent Ekonomske fakultete Univerze v Ljubljani, izjavljam, da sem avtor magistrskega dela z naslovom »Vpliv urejenih osebnih financ na raven stresa«, pripravljene v sodelovanju s svetovalko izr. prof. dr. Andrejo Cirman.

Izrecno izjavljam, da v skladu z določili Zakona o avtorski in sorodnih pravicah (Ur. l. RS, št. 21/1995 s spremembami) dovolim objavo magistrske naloge na fakultetnih spletnih straneh.

S svojim podpisom zagotavljam, da

- je predloženo besedilo rezultat izključno mojega lastnega raziskovalnega dela;
- je predloženo besedilo jezikovno korektno in tehnično pripravljeno v skladu z Navodili za izdelavo zaključnih nalog Ekonomske fakultete Univerze v Ljubljani, kar pomeni, da sem
 - poskrbel, da so dela in mnenja drugih avtorjev oziroma avtoric, ki jih uporabljam v magistrski nalogi citirana oziroma navedena v skladu z Navodili za izdelavo zaključnih nalog Ekonomske fakultete Univerze v Ljubljani, in
 - pridobil vsa dovoljenja za uporabo avtorskih del, ki so v celoti (v pisni ali grafični obliki) uporabljena v tekstu, in sem to v besedilu tudi jasno zapisal;
- se zavedam, da je plagiatorstvo – predstavljanje tujih del (v pisni ali grafični obliki) kot mojih lastnih – kaznivo po Kazenskem zakoniku (Ur. l. RS, št. 55/2008 s spremembami);
- se zavedam posledic, ki bi jih na osnovi predložene magistrske naloge dokazano plagiatorstvo lahko predstavljalo za moj status na Ekonomski fakulteti Univerze v Ljubljani v skladu z relevantnim pravilnikom.

V Ljubljani, dne _____

Podpis avtorja: _____

KAZALO

UVOD	1
1 STRES	5
1.1 Vrste stresa	6
1.1.1 Delitev na naravni in umetni stres	6
1.1.2 Pozitiven in negativen stres	7
1.1.3 Izvori stresa	7
1.2 Faze stresne reakcije	8
1.3 Simptomi in posledice stresa	9
1.4 Obvladovanje stresa	10
2 FINANČNI STRES	11
2.1 Teoretična podlaga finančnega stresa	11
2.2 Problematika finančnega stresa, ki se odraža v širšem okolju	12
2.3 Problematika finančnega stresa, ki se odraža na posamezniku	13
2.4 Odpravljanje in zmanjševanje finančnega stresa	14
2.5 Finančno svetovanje in finančni stres	15
3 OSEBNE FINANCE	16
3.1 Teoretična opredelitev področja osebnih financ	16
3.1.1 Osebo premoženje	17
3.1.2 Urejene osebne finance	18
3.1.3 Življenjski cikel dohodka	19
3.2 Ugotovitev trenutnega finančnega položaja	20
3.2.1 Osebna bilanca stanja	20
3.2.2 Ugotavljanje neto denarnega toka	22
3.2.3 Vodenje osebnega proračuna	23
3.3 Načrtovanje v osebnih financah	24
3.4 Postavitev finančnih ciljev	24
3.5 Osební finančni načrt	25
3.6 Vpliv psihologije posameznika na osebno finančno načrtovanje	27
3.7 Upravljanje osebnih financ	28
3.7.1 Teoretična izhodišča upravljanja premoženja	28
3.7.2 Načini upravljanja premoženja	29

3.7.3 Premoženjska piramida	30
3.7.4 Vrste naložbenih alternativ	32
3.7.5 Osebne in vedenjske finance.....	33
3.8 Spremljanje, ažuriranje, revidiranje osebnih financ.....	35
3.9 Osebno finančno svetovanje	35
3.10 Finančna pismenost in finančni IQ posameznika	36
4 RAZISKAVA O OSEBNIH FINANCAH IN VPLIVU NA STRES	37
4.1 Nameni, cilji in hipoteze raziskave	37
4.2 Postopek raziskave	38
4.3 Raziskovalne metode	38
5 REZULTATI RAZISKAVE	39
5.1 Demografske značilnosti anketirancev	40
5.2 Urejenost osebnih financ anketirancev	41
5.3 Simptomi in posledice stresa pri anketirancih	45
5.4 Stanje na področju vodenja osebnega proračuna, varčevanja, finančne pismenosti in postavljanja finančnih ciljev pri anketirancih	46
5.5 Pogled anketirancev na finančno svetovanje v podjetju X	48
5.6 Preverjanje postavljenih hipotez	51
5.7 Rezultati preverjanja hipotez	61
SKLEP.....	62
LITERATURA IN VIRI.....	65
PRILOGE	

KAZALO SLIK

Slika 1: Splošni adaptacijski sindrom	8
Slika 2: Simptomi stresa	9
Slika 3: Faze finančnega načrtovanja	19
Slika 4: Posameznikov življenjski cikli dohodka	20
Slika 5: Sestavine osebnega finančnega načrta	26
Slika 6: Krivulja tveganja in donosnosti	29
Slika 7: Premoženjska piramida	30
Slika 8: Temeljna delitev naložb	32
Slika 9: Starostna struktura.....	40
Slika 10: Izobrazbena struktura	41
Slika 11: Neto mesečni dohodek	41
Slika 12: Povprečne vrednosti stanja urejenosti osebnih financ pred sodelovanjem in trenutne povprečne vrednosti stanja urejenosti osebnih financ	44
Slika 13: Stres »pred in po« sodelovanju z neodvisnim finančnim svetovalnim podjetjem X	45
Slika 14: Vedenjske posledice stresa.....	46
Slika 15: Trditve s področij osebnih financ.....	48
Slika 16: Pogostost srečanja z neodvisnim osebnim finančnim svetovalcem.....	48
Slika 17: V kolikšni meri je neodvisno finančno svetovanje podjetja X izpolnilo posameznikova pričakovanja.....	49
Slika 18: Upoštevanje nasvetov finančnega svetovalca	49
Slika 19: Prihranek denarja glede na stroške svetovanja.....	50
Slika 20: Stres v povezavi z nasveti neodvisnega finančnega svetovalca.....	50

KAZALO TABEL

Tabela 1: Osebna bilanca stanja.....	21
Tabela 2: Prihodki in odhodki posameznika.....	23
Tabela 3: Stanje urejenosti svojih osebnih financ pred sodelovanjem z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X.....	41
Tabela 4: Trenutno stanje urejenosti osebnih financ	43
Tabela 5: Simptomi stresa (fizični, čustveni in kognitivni).....	45
Tabela 6: Urejenost področij, potrošnje, varčevanja, finančne pismenosti, postavljanja ciljev in vodenja osebnega proračuna	47
Tabela 7: Multipli regresijski model.....	51
Tabela 8: ANOVA	52
Tabela 9: Rezultati regresije	52
Tabela 10: Rezultati Spermanovega testa –“prevelike porabe”	53
Tabela 11: Rezultati Spermanovega testa- “neustreznega varčevanja”	54
Tabela 12: Rezultati Spermanovega testa-“finančne nepismenosti”	54
Tabela 13: T test za en vzorec-opisna statistika.....	55
Tabela 14: Rezultati T testa za en vzorec	55
Tabela 15: Rezultati Wilcoxonovega testa -Hipoteza 1a.	56
Tabela 16: Rezultati Wilcoxonovega testa -Hipoteza 1b.....	57
Tabela 17: Rezultati Wilcoxonovega testa -Hipoteza 1c.	57
Tabela 18: Rezultati Wilcoxonovega testa -Hipoteza 1d.....	58
Tabela 19: Rezultati Wilcoxonovega testa -Hipoteza 1e.	59
Tabela 20: Rezultati Wilcoxonovega testa -Hipoteze 3.....	60
Tabela 21: Spearmanov test	61

UVOD

Vpeti smo v globalno tržno gospodarstvo, ki od nas zahteva hitro odzivanje, procesiranje velikega števila informacij, velik fokus in materialne dosežke na vseh področjih življenja. Večina ljudi goji močna čustva do denarja in vse kar je z njim povezanega. V vsakem izmed nas se bojujeta težnja po posedovanju in po bivanju. Po Frommovem mnenju je za sodobno družbo značilna popolna prevlada "imeti" nad "biti" (Fromm, 2013) zato, ker se vse več posameznikov identificira z denarjem in posredovanjem materialnih dobrin. Sodobna družba je čedalje bolj materialistično usmerjena in odvisna od osebnih financ. Vse več ljudi ne živi v harmoniji z okoljem, s soljudmi in samim seboj. Zato se na vseh področjih družba sooča s problemom sodobne kuge oziroma s stresom (Marušič v Starc, 2007). Svetovna zdravstvena organizacija (angl. *World Health Organizatio*, v nadaljevnaju WHO) navaja, da je stres zdravstvena epidemija 21. stoletja. Glavni povzročitelji stresa so stresorji, ki so povezani z denarjem, zaposlitvijo, odnosi in zdravjem (Clark, 2014).

Področje osebnih financ je v današnjem času zelo pomembno področje, saj se z različnimi težavami, ki izvirajo iz področja osebnih financ, dnevno sooča velik del današnje družbe. Veliko je posameznikov, ki se borijo s pomanjkanjem denarja, zmanjševanjem dohodka, strahom pred izgubo službe, nezmožnostjo vračila posojila, nestabilnimi in volatilnimi naložbami, neurejenim varčevanjem, neustrezno finančno varnostjo itd. Imuni niso niti posamezniki, ki ne živijo v revščini (Joo, 2008). Angus Deaton Nobelov nagrajenec na področju ekonomije za leto 2015 pravi, da več denarja ne pomeni posamezniku zagotovila za več sreče, vendar pa z manj denarja posamezniku bolj pogosteje prinese čustveno bolečino (Winsor, 2015). Finančni problemi pogosto vplivajo na posameznikov raven delovne produktivnosti in osebnih odnosov (Bailey, Woodiel, Turner & Young, 1998). Sporakowski trdi, da problemi, ki izvirajo iz področja osebnih financ pri posamezniku povzročijo stres in različne druge probleme. Opazil je močno povezavo med finančnimi problemi in boleznimi povezane s stresom ter ugotovil, da finančni problemi vplivajo na posameznikove vsakodnevne življenjske funkcije (Sporakowski v Joo, 2008). Ameriško psihološko združenje (angl. *American Psychological Association*, v nadaljevanju APA) je na podlagi obsežne raziskave iz leta 2014 prišlo do ugotovitve, da so neurejene in nestabilne osebne finance in vse, kar je z njimi povezano, med največjimi vzroki za stres. Ugotovili so, da 72 odstotkov odraslih Američanov občasno občuti stres zaradi denarja in problemov, ki so njim povezani. Skoraj četrtina jih navaja, da so v zadnjih mesecih doživljali izjemen stres prav zaradi denarja (APA, 2015).

Stres je normalen odziv na različne situacije in življenjske dogodke, s katerimi se dnevno soočamo. Različni avtorji stres največkrat opredeljujejo kot psihološki, fiziološki in vedenjski odgovor na posameznika, ki se poskuša prilagoditi na notranje in zunanje dražljaje (Levovnik, 2014). Za negativni stres oziroma distress so značilne preobremenitve, ki rušijo ravnotežje. Stres se lahko pojavi kot posledica delovanja enkratnih hudih stresnih dogodkov ali pa posledica delovanja ponavljajočih se vsakdanjih malih stresov. Po mnenju strokovnjakov so

hujše male stalne obremenitve, ki jim ni videti konca. Odvisno je od posameznika in njegovih psihofizičnih sposobnosti (Jerman, 2005). Pri dolgotrajnih emocionalnih in psihičnih pritiskih se vplivi lahko kažejo kot porušeno ravnovesje pri presnovi, imunskem in endokrinem sistemu. Zaradi dolge izpostavljenosti stresu med drugim pade odpornost, poveča se izpostavljenost obolenjem srca in ožilja, rakavim obolenjem itd. (Božič, 2003). Izpostavljenost stresu se kaže na različne načine, posledice pa so vidne na spremembi vedenja posameznika ter na telesnem in duševnem zdravju (Bilban, 2007).

Finančni stres različni avtorji različno opredeljujejo. Pri vseh definicijah je skupno, da posamezniki zapadejo v stres zaradi vzrokov, ki so posredno ali neposredno povezani z osebnimi financami in finančnim načrtovanjem (Turner, 2015). Finančni stres se dojema kot enega najbolj pomembnih stresorjev psiho-socialnega stresa, ker je veliko posameznikovih aktivnostih povezanih z viri, ki izhajajo iz področja osebnih financ in njihovega upravljanja (Bailey et al., 1998).

Večji del nepotrebnega stresa bi lahko posamezniki zmanjšali ali celo odpravili z urejenimi osebnimi financami. Skoraj polovica posameznikov zajetih v raziskavi Kanadskega inštituta Chartered Accountants CICA leta 2012, je menila, da želi biti boljša pri spremljanju svojih financ. Okoli šestdeset odstotkov posameznikov si je želelo, da bi lahko manj potrošili, več varčevali in bili boljši pri načrtovanju svojih financ. V raziskavi tudi ugotavljajo, da se Kanadčani s celovitimi osebnimi finančnimi načrti počutijo bolj pripravljene na težavne ekonomske čase in krizne finančne dogodke (CICA survey, 2012).

Vsak od nas ima drugačen odnos do osebnih financ in premoženja. Zato tudi obstajajo različne definicije osebnih financ in upravljanja z osebnim premoženjem. Vsem je skupno, da osebne finance razkrivajo odnos posameznika do pridobivanja premoženja, trošenja, varčevanja, vlaganja, upravljanja in zapuščine potomcem (Rihter, 2014). Finance imajo v našem življenju pomembno vlogo. Način, kako ravnamo z osebnimi financami, odločilno vpliva na naš življenjski stil (5-korakov do urejenih osebnih financ, 2015). Urejene finance lahko zagotovimo z oceno trenutnega finančnega stanja, finančnim načrtovanjem, doslednim finančnim upravljanjem in stalnim nadzorom stanja. Ne glede na to koliko premoženja ali denarja imamo, si lahko optimalno uredimo osebne finance. S tem si zagotovimo manj stresno življenje in boljše počutje. Pri urejenih osebnih financah gre za to, kako pridobivamo, upravljamo, varčujemo, plemenitimo, zavarujemo in porabljamo denarna sredstva (5-korakov do urejenih osebnih financ, 2015). Pri osebnih financah velja pomembna misel ameriškega predsednika Roosvelta: "Stori, kar moreš s tem, kar imaš, in tam, kjer si".

Študija svetovalnega podjetja Penn Shoen Berland opravljena leta 2010, prikazuje, da je 28 odstotkov Američanov poiskalo pomoč osebnega finančnega svetovalca, da bi aktivno rešili svoje težave in finančne skrbi. Posamezniki veliko pripomoremo k zmanjševanju skrbi in stresa na vseh področjih življenja, če si poiščemo finančnega osebnega svetovalca (Finančni plan in stres, 2015). Osebni finančni svetovalci ugotavljajo, da stranke, ki kažejo znake stresa, redko sprejemajo preudarne finančne odločitve, ki so za njih koristne. Osebni finančni

svetovalci lahko pomagajo zmanjšati ali celo odpraviti stres. Storitev finančnega svetovanja je lahko bolj učinkovita, če osebni finančni svetovalec razume, kako stres deluje na posameznika in pozna načine upravljanja stresa (Grable & Britt, 2012).

Glavni namen magistrske naloge je ugotoviti, zakaj so osebne finance pomembne za posameznika ter kako so te povezane s stresom. Prav tako je namen naloge podrobneje preučiti pojem stresa, ki je danes v družbi in med posamezniki zelo pereč problem, ne le na duševnem in telesnem zdravju posameznika, ampak tudi v gospodarstvu. Namen naloge je tudi dobiti poglobljen uvid v stres, ki izvira iz področja osebnih financ. Prav osebne finance, po navedenih raziskavah, so eden izmed najpogostejših vzrokov za nastanek stresa pri posamezniku. Namen je tudi ugotoviti, ali in kako lahko z ustreznim finančnim načrtovanjem in pomočjo osebnega finančnega svetovalca zmanjšamo oziroma odpravimo stres.

Cilj magistrskega dela je narediti pregled nad tematikami o osebnih financah, finančnem načrtovanju, finančnem svetovanju, vedenjskih financah in stresu. S pomočjo empiričnega raziskovanja je cilj magistrskega dela ugotoviti povezavo med stresom in osebnimi financami ter osebnim finančnim svetovanjem. Bolj podroben cilj je ugotoviti, iz katerih področij osebnih financ izvira stres in kako bi lahko z orodji finančnega (ugotovitve trenutnega stanja, definiranjem finančnih ciljev, finančnim načrtom, upravljanjem osebnih financ ter spremljanjem in revidiranjem) zmanjšali vzroke za nastanek stresa, ki so povezani z osebnimi financami. Eden izmed ciljev je tudi ugotoviti, ali posamezniki, ki imajo osebnega finančnega svetovalca in urejene osebne finance, doživljajo manjšo mero stresa zaradi svojih osebnih financ.

V magistrski nalogi smo si postavili naslednje raziskovalne hipoteze:

H1: Področje osebnih financ lahko povzroča stres posameznikom.

H2: Stres na področju osebnih financ lahko izvira iz prevelike porabe, neustreznega varčevanja in finančne nepismenosti.

H3: Neodvisno osebno finančno svetovanje lahko zmanjša stres posameznika.

H4: Celostno finančno načrtovanje (ugotovitev trenutnega stanja, definiranje finančnih ciljev, osebni finančni načrt, upravljanjem osebnih financ ter spremljanje in revidiranje) lahko vodi do zmanjšanja stresa.

Magistrsko delo je sestavljeno iz teoretičnega in empiričnega dela. V teoretičnem delu bo uporabljena deskriptivna oziroma opisna metoda, ki bo temeljila na izhodiščih in teorijah domače ter tuje literature o osebnih financah, finančnem načrtovanju, finančnem svetovanju, vedenjskih financah in stresu. Podatki bodo pridobljeni iz sekundarnih virih iz znanstvenih in strokovnih člankov, študijske literature, strokovne literature, člankov iz revij in časopisov, raziskav in poročil institucij, magistrske in diplomske naloge ter podatkov statističnih uradov. Deskriptivna metoda bo tudi uporabljena pri opisu dejstev, pojavov in procesov ter povezav

med njimi. Metoda kompilacije bo služila pri povzemanju stališč drugih avtorjev glede na tematiko magistrskega dela. Teoretična spoznanja bodo povezana z empirično raziskavo in bo v pomoč pri interpretaciji rezultatov.

Primarni podatki bodo zbrani s pomočjo anketnega vprašalnika, ki bo izveden s pomočjo baze strank izbranega osebnega finančnega svetovalnega podjetja. V vzorec bodo zajeti naključno izbrani posamezniki iz baze strank svetovalnega podjetja v starostni skupini od 20 do 80 let in z več kot pol leta obiskovanja neodvisnega osebnega finančnega svetovanja podjetja X. Anketiranje bo izvedeno preko elektronske pošte – posameznikom bo poslana spletna anketa. Cilj je pridobitev 100 vprašalnikov, ki bodo v celoti izpolnjeni in bodo ustrezali zahtevanim pogojem. Anketni vprašalnik bo razdeljen na tri dele.

Prvi del anketnega vprašalnika se bo nanašal na splošna vprašanja o stresu in stresu, ki je povezan z osebnimi financami. Drugi del bo skoncentriran na bolj poglobljena in specifična vprašanja o urejenih osebnih financah, finančnem načrtovanju in osebnem svetovanju ter povezavi s stresom. V tem delu vprašalnika bodo vprašanja, ki se bodo nanašala na to, kako so anketiranci imeli urejene osebne finance pred začetkom sodelovanja z omenjenim svetovalnim podjetjem in kakšno raven stresa so doživljali. Tretji del vprašalnika bo vseboval vprašanja, ki se nanašajo na to, kako imajo posamezniki sedaj urejene osebne finance ter kakšno raven stresa sedaj doživljajo. S pomočjo anketnega vprašalnika bomo poskušali pridobiti kvalitetne vhodne podatke za nadaljnjo kvantitativno obdelavo podatkov.

Raziskovalni del v magistrski nalogi bomo obogatili z uporabo kvantitativne metode. Primerjali bomo raven stresa, ki so ga anketiranci doživljali, ko še niso imeli urejenih osebnih financ in še niso redno sodelovali z neodvisnim osebnim finančnim svetovalcem, z ravniyo stresa, ki ga doživljajo sedaj, ko imajo urejene osebne finance in redno sodelujejo z neodvisnim osebnim finančnim svetovalcem podjetja X. Pridobljene podatke bomo obdelali s pomočjo statističnega programa SPSS. S skrbno analizo pridobljenih podatkov bomo potrdili ali ovrgli zastavljene hipoteze. Pridobljene podatke s kvantitativno analizo bomo grafično opremili ter jih ustrezno interpretirali in povezali z obravnavano teorijo.

Na stres bomo poskušali pogledati skozi vidik osebnih financ. Skozi celotno delo, se osredotočamo predvsem na stres, ki izhaja iz področja denarja, finančnega načrtovanja, neurejenih osebnih financ, zadolževanja, psihologije denarja in vedenjskih financ. Kar pa ne pomeni, da niso za nastanek stresa pomembna še druga področja.

Celostno urejeno finančno načrtovanje bomo omejili le na ugotovitev trenutnega stanja posameznika, definiranje finančnih ciljev, načrtovanja in sestave osebnega finančnega načrta, upravljanje osebnih financ ter njihovo spremljanje in revidiranje.

V raziskovalnem delu se bomo omejili in zajeli v raziskavo le stranke izbranega osebnega finančnega svetovalnega podjetja X. V bazi svetovalnega podjetja so stranke, ki pred začetkom sodelovanja niso imele ustrezno urejenih financ. Tekom sodelovanja so si osebne finance ustrezno uredili in trenutno se nahajajo v procesu upravljanja in revidiranja. V

magistrski nalogi prepostavljamo, da nezadovoljne stranke s svetovalnim podjetjem X ne sodelujejo več. V bazi svetovalnega podjetja X so stranke, ki so bile zagovorne z storitvijo, pri tem se zavedamo omejitve, pristranskega vzorca. Omejitev zaznavamo tudi v tem, da smo v raziskavo zajeli le stranke svetovalnega podjetja X, ne pa tudi drugih finančnih svetovalnih podjetij. Te v raziskavo nismo zajeli zaradi omejitve s časom in nezmožnostjo dostopa do podatkov.

Omejitev zaznavamo tudi v dvomu o anonimnosti med strankami podjetja. Stranke podjetja dobro poznajo svojega osebnega finančnega svetovalca in ne želijo preveč razkriti svoje osebne podatke. Zato smo se odločili izvesti anonimno raziskavo preko spletne ankete.

1 STRES

Beseda stres izvira iz angleškega izraza »stress«, ki se uporablja v fiziki. Pomeni silo, zunanji pritisk oziroma napetost, obremenitev na predmet in vpliva na spremembo njegove oblike (Lazarus & Clifford, 2000).

Koncept stresa ima za seboj dolgo razvojno pot. Charles Darwin je prvi opozoril na različno sposobnost prilagajanja organizmov na različne vplive iz okolja. Organizmi lahko vplivom okolja podležejo ali pa jih obvladajo in se jim na koncu prilagodijo. Pomembne elemente stresa sta uvedla Cannon in Bernard, z izrazom »flight or fight response« oziroma nagonski odziv boja ali bega. Kljub temu pa za avtorja pojma stres velja šele Hans Selye. Od leta 1936 je razvijal model splošnega adaptacijskega sindroma. Samo ime se je preimenovalo v izraz stresni sindrom, ki ga je Selye leta 1949 uvedel v medicino (Rakovec-Felser, 2002). Njegova definicija pravi, da je stres fiziološko prilagajanje novim okoliščinam, odgovor na dražljaje, da bi ponovno vzpostavili ravnotežje (Luban-Plozza & Pozzi v Treven, 2005).

Rakovec-Felser (2002) meni, da je v poplavi raziskav, ki so se ukvarjale z isto tematiko, vzpostavila potreba po interdisciplinarnosti. Pojem stresa prevzema povezovalno vlogo med psihologijo humanističnimi, naravoslovnimi in družboslovnimi znanostmi. Na tak način se je koncept stresa integriral v različna okolja, od medicine, psihologije do poslovnih ved. V literaturi najdemo veliko različnih definicij stresa, kot so:

- Stres je fiziološki, čustveni, psihološki in vedenjski odziv posameznika na zunanje in notranje dražljaje (stresorje), na katere se poskuša odzivati. Je normalno odzivanje na stresorje, ki začasno zamajajo ravnovesje posameznika. Stresorji so lahko osebe, dogodki, situacije, na katere se posameznik individualno odzove s stresom (Dernovšek, Gorenc, Jeriček & Tavčar, 2007).
- Stres je stanje alarma oziroma stanje posameznikove psihične in fizične pripravljenosti, da se z obremenitvijo sooči in se prilagodi nanjo do take mere, da postane obvladljiva. Obremenitve so lahko fizične, kemične, biološke, socialne, vedenjske, psihološke, zunanje ali notranje (Božič, 2003).

- Stres je reakcija organizma na dražljaje iz okolja. Vsebuje znake obrambe in prilagajanja Luban- Plozza in Pozzi (v Treven, 2005).
- Stres je definiran kot sindrom, ki vsebuje nespecifično reakcijo organizma na dražljaje iz okolja. Stres je generični pojem, ki se nanaša na začasni prilagoditveni proces. Izgorelost pa je končna stopnja, kot povedo vsi prilagoditveni procesi. Izgorelost vodi v razvoj negativnih stališč in vedenja, v razvoj čustvene napetosti, utrujenosti, izčrpanosti, medtem ko se to pri stresu ne pojavi nujno. Stres je nekaj, kar človeku pomeni oviro, zahtevo, obremenitev ali izziv, na katerega reagira s svojo oceno stanja, ko tehta moč stresorjev in vrednoti vire za obvladovanje stresa (Bilban, 2007, str. 30).
- Looker in Gerson (v Traven, 2005) navajata stres kot neskladje med dojemanjem zahtev na eni strani in sposobnosti za obvladovanje teh na drugi strani. Različne definicije stresa v grobem združujejo definicijo stresa kot stanje napetosti organizma, v katerem se sproži reakcija »boja ali bega« (Luban-Plozza & Pozzi, 1994).

Rakovec-Felser (2002, str. 53) pravi takole: »Obseg in dolgotrajnost stresa sta v veliki meri odvisna od nas, koliko smo se pripravljene z ostalimi življenjskimi stiskami soočiti, jih videti takšne kot so, ter se tudi z njimi spopasti. Na vsak način je situacija, ki se ji zgolj prepustimo, za nas na koncu lahko bolj obremenilna in izčrpavajoča kot če se z njo aktivno, premišljeno in vztrajno spopademo«.

1.1 Vrste stresa

Avtorji definirajo različne vrste stresa. Najbolj pogoste zasledene delitve v literaturi so glede na izvor (zunanje in notranje stresne dejavnike), glede na objektivne dejavnike, glede na posledice stresne reakcije, glede na vrste stresogenih dejavnikov (akutna stresna reakcija, posttravmatska stresna motnja kronični ali ponavljajoči se stres). Poznamo tudi negativni in pozitivni stres, naravni in umetni stres.

1.1.1 Delitev na naravni in umetni stres

Naravni stres izhaja iz obrambne reakcije bega ali boja vsakega živega bitja. Stres se pojavlja kot občutek ogroženosti. Na nevarnost iz okolja se posameznik odzove z begom ali bojem. Telo takrat porabi nakopičene snovi, ki jih je akumuliralo v stanju pripravljenosti. Po prenehanju nevarnosti pa se telo samo uravnoteži na normalno delovanje. Stres kot občutek ugodja pa je stanje pripravljenosti, iz katere posameznik črpa motivacijo, energijo in ustvarjalnost. Umetni stres se pojavi, ko zahteve presegajo naše sposobnosti uravnoteženja. Te vrste stres je umetno povzročen z današnjo družbo, ki ljudem vsiljuje vedno višje zahteve. Pojavlja se kot posledica resničnih omejitev iz okolja, na katere ne moremo vplivati. Če posameznik ne zmore ali noče sprejeti dejstva, da nekaterih omejitev ne zmore spremeniti, zapade v stanje stresa. Lahko je tudi posledica privzgojenih, namišljenih omejitev, nastalih kot posledica pretekle etike in morale družbe (Schmidt, 2001).

1.1.2 Pozitiven in negativni stres

Božič (2003, str. 20) trdi, da: »Se telo odzove na stres ne glede na to, ali je ta pozitiven ali ne. Pomemben dejavnik je način, kako se telo odzove. Poznamo dva različna stresna vpliva: psihičnega, ki se pojavi ob različnih emocionalnih stanjih, in fizičnega, katerega posledica je stres, ki se pojavi po fizični aktivnosti«. Levovnik (2014) meni, da je za normalno življenje stres nujno potreben.

Pozitivni stres se pojavi, če posameznik čuti, da se je sposoben z določeno situacijo spopasti, da so zahteve manjše od njegovih sposobnosti. V takem primeru se nalog z veseljem loti. Spodbudi ga tudi k iskanju novih načinov spoprijemanja z določeno situacijo. V kolikor posameznik najde način, da negativni stres spremeni v pozitivni stres, spodbuja stres osebno rast v odraslo in odgovorno osebnost.

Pri pozitivnem stresu se pri osebi pojavijo evforičnost, vznemirjenost, velika motiviranost, razumevanje, pripravljenost pomagati, prijaznost, ljubeznivost, občutek zadovoljstva, sreče, uravnovešenosti, samozavest, ustvarjalnost, učinkovitost, odločnost, sposobnost jasnega mišljenja, uspešnost ipd. (Božič, 2003). O negativnem stresu govorimo, ko je stresnih situacij preveč, so preveč zgoščene, premočne ali trajajo predolgo (Levovnik, 2014).

1.1.3 Izvori stresa

Poznamo različne izvore stresa. V teoriji si avtorji niso enotnega mnenja in pripišejo stresu različne izvore. Vsem pa je v grobem skupno, da jih delijo na dve večji skupini stresorjev. Stresorji, ki izhajajo iz zunanjega, materialnega okolja in stresorji, ki izhajajo iz naše psihe.

Middleton (2014) meni, da so viri stresa lahko vse, kar za posameznika predstavlja obremenitev ali določena situacija, ki od njega zahteva odziv. Stresorji so lahko kateri koli dogodki, situacije, ki v posamezniku sprožijo, občutke ogroženosti ali oškodovanosti. Luban-Plozza & Pozzi, 1994, str. 14) pravita takole: »Stresor so vsi dražljaji, ki pripeljejo v stresno reakcijo. Dražljaji so različni, v telesu pa povzročijo skoraj enako biološko reakcijo«.

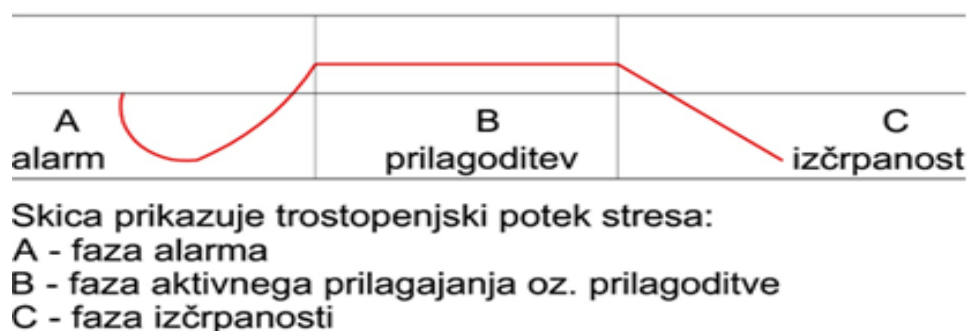
Glavne izvore stresa lahko delimo v tri skupine: dejavnike v delovnem okolju, dejavnike izven delovnega okolja ter individualne razlike odziva posameznika na stres. Med glavne stresorje na delovnem okolju štejemo vrsto zaposlitve, negotovost vloge, prevelika ali premajhna obremenjenost, razmerje med delom in prostim časom, odgovornost za druge zaposlene, organizacijski dejavniki, nadlegovanje na delovnem mestu, delovne razmere. Individualne razlike posameznika, ki vplivajo na različnost odziva na stres so osebna čvrstost, usmerjenost na problem, usmerjenost na uravnavanje čustev. Dejavniki izven delovnega okolja so različni stresni življenjski dogodki, različni napor vsakdanjega življenja itd. (Treven, 2005).

Toffler, avtor knjige »Future Shock (1970)«, opaža, da posamezniki doživljajo več stresa, saj so v krajšem časovnem obdobju izpostavljeni večjim spremembam. Ta preobilica sprememb lahko povzroča občutke povečane negotovosti in ogroženosti (Elkin, 2014). Po raziskavi Ameriškega psihološkega združenja APA iz leta 2014 je 75 odstotkov Američanov v preteklem mesecu doživljalo vsaj en simptom stresa. Skoraj trem četrtinam posameznikov (72 odstotkov) je predstavljal glavni vir stresa denar in vse, kar je z njim povezanega. Kot drugi glavni vir stresa jih je 60 odstotkov navajalo, da stres izvira iz področja dela (60 odstotkov). Kot tretji glavni stresor je 47 odstotkov posameznikov predstavljalo področja odnosov, 46 odstotkov pa področje zdravja in bolezni (American psychological association, 2015).

1.2 Faze stresne reakcije

Stresni odziv poteka v treh fazah. Začne se v fazi psihofizičnega alarma oziroma šoka. Stresorji povzročijo dezorganizirano delovanje v posameznikovem vedenju. V organizmu posameznika se sprožijo dodatne zaloge energije, da bi se lahko čim bolje spopadel s stresno situacijo. Poveča se oskrba s kisikom in koncentracija glukoze v krvi, ki posledično poveča aktivnost mišic in možganov. Prekrvavitev organov poteka selektivno, najbolj so prekrvavljeni organi, ki so najpomembnejši za delovanje v sami stresni situaciji. Za to skrbi del živčnega sistema imenovan simpatikus. V drugi fazi, fazi prilagoditve na stres, se sprožijo procesi, ki pomagajo posameznikovo stanje vrniti v izhodiščni položaj. Aktivira se del nevrovegetativnega stanja živčevja, imenovan parasimpatikus, ki obnavlja zaloge energije v telesu. Stres je v tej fazi spodbuden. V tem času lahko posameznik ponovno ovrednoti svoje dejavnosti in vedenja ter več časa in energije posveti tistim, ki so zanj najpomembnejše (Rakovec-Felser, 2009).

Slika 1: Splošni adaptacijski sindrom



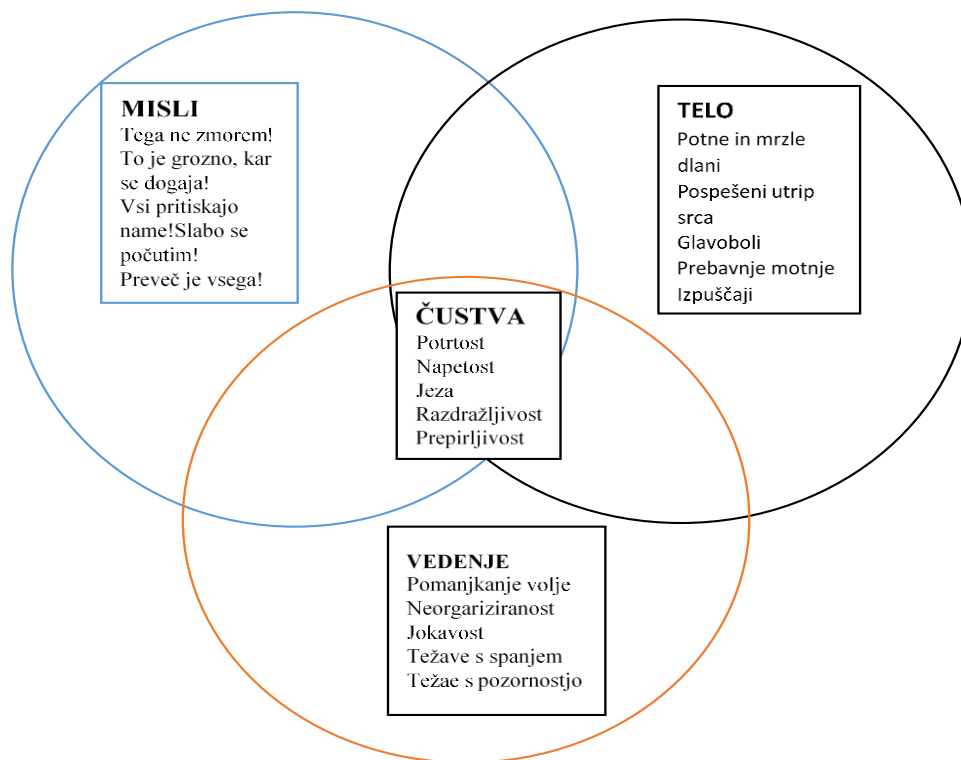
Vir: Z. Rakovec-Felser, *Psihologija telesnega bolnika in njegovega okolja*, 2009, str. 69.

V tretji fazi oziroma fazi izčrpanosti, se v primeru, ko se posameznik s stresom uspešno spopade, delovanje povrne na običajeno raven. V primeru, ko začne delovanje pešati, se pojavijo tudi motnje in znaki izčrpanosti. V skrajni fazi lahko nastopi tudi smrt (Levovnik, 2014).

1.3 Simptomi in posledice stresa

Stresna situacija je odvisna od trajanja in moči dražljaja, ki izzove odziv. Ta je odvisen tudi od posameznikove osebnosti, posebnih nagnjenj in telesne zgradbe (Lindemann, 1982).

Slika 2: Simptomi stresa



Vir: M. Dernovšek, Z. M. Gorenc, H. Jeriček, & R. Tavčar, *Stres, tesnoba in depresija pri bolnikih z rakom*, 2007, str. 9.

Nekaj minut potem, ko nastopi stresor, se lahko razvijejo simptomi reakcije na stres. Na začetku, v stanju šoka, lahko opazimo začetno stanje osuplosti oziroma zbežanosti, ko je posameznik dezorientiran, njegova sposobnost zavedanja je zmanjšana, sam fokus zavedanja pa je skoncentriran na stresor. Posameznik težko verjame, da se zares nahaja v trenutni situaciji. Celotni živčni sistem se vzdraži z namenom, da pobegne, v skrajni sili pa izbere za svoje življenje. Ne glede na izid, sledi stresnemu dogodku umik iz stresnih okoliščin ali huda vznemirjenost. Ta lahko za krajši čas posameznika ohromi. To lahko traja tudi po več ur, dni ali tednov. Nekateri posamezniki so lahko v začetku stresne reakcije nemočni ali doživljajo znake obupa, lahko se odzovejo močno čustveno (razdražljivost, prepirljivost, jeza). Nekaj časa so lahko tudi ohromljeni (težave s pozornostjo, pomanjkanje volje). Večina jih v treh tednih po stresnem dogodku najde ravnovesje in se sooči s težavami (Dernovšek et. al., 2007).

Na zgornji sliki so prikazani telesni, čustveni, mentalni in vedenjski sklopi odzivov na stresno situacijo. Ko se posameznik sooči z zahtevami, ki jih je komaj še zmožen izpolniti, nastanejo

pri posamezniku telesni simptomi kot so utrujenost, izčrpanost, zaspanost, razbijanje srca, mišična napetost, pospešen srčni utrip itd. (Treven, 2005). Med psihološke posledice, ki so povezane z vedenjskimi odzivi na stres, štejemo: zaskrbljenost, nepotrpežljivost, razdražljivost, panika, nenadna sprememba razpoloženja, neodločnost, pogosta odsotnost iz dela, manjša produktivnost ipd. (Elkin, 2014). Vedenjski simptomi se pri ljudeh, ki so v stresni reakciji kažejo v disfunkcionalnih vedenjih kot so: pretiravanje pri uživanju alkohola in kajenju, izogibanje in zavračanje dela, težave pri sprejemanju odgovornosti dela, zamujanje pri delu, neurejenost, spremembe apetita, nenadzorovano nasilno obnašanje itd. (Treven, 2005).

Levovnik (2014, str. 34) pravi takole: »Pri dolgotrajni izpostavljenosti stresu pride pri posamezniku do čezmernega odziva, ki se izraža na fizični, vedenjski ali psiho-socialni ravni. Takšni odzivi lahko privedejo do škodljivih poledic v obliki bolezni, čustvenih težav in slabše opravljenega dela«.

Elkin (2014) meni, da stres lahko vpliva na vsak del posameznikovega telesa. Simptomi bolezni in stanj so tudi lahko posledica številnim zdravstvenih težav, ne le stresa. Stres ni nujno vedno vzrok bolezni in motnje, lahko pa jih poslabša.

Stres je prisoten pri razvoju različnih zdravstvenih težav kot so (Levovnik, 2014):

- prebavne motnje (zgaga, slabost, čir, driska ali izguba apetita itd.),
- motnje srca in ožilja (aritmije, visok krvni tlak itd.),
- motnje imunskega sistema (sladkorna bolezen, rakava obolenja, alergije itd.),
- motnje dihal (astma, bolj pogosti prehladi),
- motnje mišičnega sistema (bolečine vratu in hrbta, mišični krči),
- duševne motnje (depresija, anksiozne motnje).

1.4 Obvladovanje stresa

Pri obvladovanju in reševanju stresa je pomembno, da posameznik pozna vire, ki vodijo k stresnim situacijam. Stresu se ne da vedno izogniti, vendar se lahko pred njim učinkovito zaščitimo. Prvi korak k učinkovitemu obvladovanju stresa je zavedanje vzrokov. Velikokrat pomaga, da posameznik pogleda na problem z distance in se vpraša, kaj je vzrok stresa in zakaj v resnici doživlja stres (Božič, 2003).

Levovnik (2014, str. 30) navaja, da lahko stres v splošnem obvladamo na treh področjih:

- pri stresorju – če ga poznamo, ga lahko zmanjšamo, se mu izognemo ali ga popolnoma izključimo (zato je potrebno samoopazovanje),
- pri organizmu – na različne načine ga lahko krepimo in razbremenimo,
- pri stresni reakciji – na način, da identificiramo tiste metode, ki so za posameznika najbolj učinkovite in sprejemljive.

Da bi zmanjšali stres lahko uporabimo dve taktiki, in sicer: lahko zmanjšamo število zahtev ali povečamo zmožnost spoprijemanja s stresorji. Zmanjšamo lahko zunanje zahteve. Pri tem moramo včasih omejiti tudi število prijetnih zahtev. Notranje zahteve si posameznik postavlja sam in je včasih zmanjševanje teh včasih še težje (Levovnik, 2014).

Jerman (2005) meni, da je obvladovanje stresa kompleksen proces in je odvisen od različnih faktorjev, ne samo od načina odpravljanja stresnih situacij. »Copping« pomeni vedenje in psihične aktivnosti obvladovanja konfliktnih situacij, ki so nastale, ko dane zahteve preobremenijo posameznika. To pomeni poskušanje, da se problemi rešijo, zmanjšajo itd. Pridobiti si je potrebno nove veščine in se naučiti spoprijemanja škodljivih vedenjskih in miselnih vzorcev. Pri premagovanju stresa je pomembno, da ugotovimo povezavo med stresom in stresorjem. Ko razumemo vzrok in posledice, se lahko lotimo boja proti posledicam.

Jerman (2005) navaja štiri najpogostejše pristope spoprijemanja s stresom:

- Za povečane sposobnosti obvladovanja stresa naj se posameznik nauči novih veščin.
- Poskuša naj spremeniti razmere, situacije in dejanja, v katera je vpet.
- S svojo spremenjeno zaznavo položaja drugače oceni in interpretira pritiske, ki jim je izpostavljen. Tako lahko namesto groženj vidi izzive.
- Investira dodaten časa v spremembo vedenja, ki zajema vse od povečanja fizičnih aktivnosti, spremembe prehrane, zmanjšanja vnosa poživil, prilagoditev ritma življenja ipd.

Levovnik (2014) predlaga šest korakov za obvladovanje stresa. Kot prvi korak omenja predvidevanje in načrtovanje stresnih dogodkov, ki naj bi jim posameznik bil izpostavljen v določenem časovnem obdobju. Predlaga, da si posameznik ustvari načrt, kako se bo s predvidenimi stresorji soočil. V drugem koraku naj omeji vpliv stresorjev, in sicer tako, da prepreči prehajanje stresa iz enega področja življenja na druga. Predlaga tudi, naj poskuša posameznik načrtno ohraniti ali okrepiti druga področja svojega življenja. Kot tretji korak svetuje, naj se na situacije odziva mirno, namesto s takojšnjo reakcijo ali čustvenim izbruhom, ki bi povzročil stresno reakcijo. Svojo mirnost lahko poveča z različnimi dihalnimi tehnikami, kot je navedeno v četrtem koraku. Pri petem koraku opozori posameznika, da poišče svojo notranjo moč. Ko se posameznik v stresni situaciji umiri in globoko zadiha, se njegova pozornost avtomatično obrne navznoter, k izvoru prave moči.

2 FINANČNI STRES

2.1 Teoretična podlaga finančnega stresa

Finančni stres različni avtorji različno opredeljujejo. Pri vseh definicijah je skupno, da posamezniki zapadejo v stres zaradi vzrokov, ki so posredno ali neposredno povezani z osebnimi financami in finančnim načrtovanjem. Finančni stres lahko definiramo kot stanje, ki

se pojavi, ko so finančni prihodki manjši od izdatkov. Pri odpravljanju finančnega stresa, je potrebno uravnovesiti prihodke in odhodke. Posameznik lahko to stori na dva načina: tako, da poveča prihodke ali zmanjša izdatke. Pri tem si pomaga z različnimi tehnikami in orodji finančnega načrtovanja Turner (2015).

Joo (2008) meni, da je finančni stres definiran kot stres, ki ga povzročajo osebne, družinske in finančne situacije posameznika. Finančen stres je pomemben izvor distresa oziroma negativnega stresa pri ljudeh. Sporakowski (v Joo, 2008) trdi, da finančni problemi povzročijo stres in različne krize pri posamezniku. Opazil je močno povezavo med finančnimi problemi in s stresom povezanimi boleznimi. Ugotovil je tudi, da finančni problemi vplivajo na posameznikove vsakodnevne funkcije. Stres ločimo na kronični finančni stres in akutni finančni stres. Kronični stres definirajo kot raven stanja na tekočem računu na koncu meseca in nesposobnost nakupa osnovnih življenjskih dobrin in potrebščin, kot so nakup hrane, zdravil, medicinskih pripomočkov in nakup oblek. Akutni stres pa sprožijo različni življenjski dogodki, kot so zmanjšanje mesečnega prihodka, prehod na državno podporo, izguba službe, nezmožnost odplačevanja hipoteke, zavrnitev kredita in drugi nepredvideni dogodki.

Finančni stres se dojema kot enega najbolj pomembnih stresorjev psiho-socialnega stresa, ker je toliko posameznikovih aktivnosti povezanih z viri osebnih financ in njihovim upravljanjem (Bailey et al., 1998). V raziskavi, ki jo je opravilo APA leta 2014, ugotavljajo, da je denar in vse, kar je z njim povezano, eden izmed največjih povzročiteljev stresa na posameznika. V raziskavi navajajo, da pri 25 odstotkih anketirancev stres močno vpliva na njihovo fizično zdravje, pri 28 odstotkih anketirancev pa stres vpliva tudi na njihovo mentalno zdravje. Tri četrtine anketirancev poroča, da je doživelo enega vsaj izmed simptomov stresa v zadnjem mesecu. Najbolj pogosti simptomi stresa so po navedbah anketirancev jeza (37 odstotkov), občutek zaskrbljenosti in nervoze (35 odstotkov), padec motivacije in zanimanja (34 odstotkov), občutek utrujenosti (32 odstotkov), občutek preobremenjenosti (32 odstotkov) in občutek žalosti oziroma depresije (32 odstotkov) (APA, 2014).

Finančni stres se smatra kot enega izmed najbolj pomembnih virov psiho-socialnega stresa, ker je veliko osnovnih dnevnih aktivnosti povezanih z osebnimi financami in njihovim upravljanjem. Stres povzroča oviro, ki preprečuje posameznikom kvalitetno življenje in doseganje ciljev. Finančni problemi pogosto negativno vplivajo na posameznikovo raven delovne produktivnosti in kakovosti osebnih odnosov (Bailey et al., 1998).

2.2 Problematika finančnega stresa, ki se odraža v širšem okolju

Svetovna zdravstvena organizacija WHO navaja, da je stres zdravstvena epidemija 21. stoletja. Glavni zunanji povzročitelji stresa so povezani z denarjem, z zaposlitvijo, odnosi in zdravjem (Clark, 2014). Podjetje Wells Fargo v raziskavi navaja, da skoraj polovica Američanov o temi osebnih financ težko pogovarja, sledijo tematike o smrti, politiki in religiji. Kljub temu, da ljudje ne želijo govoriti o osebnih financah, to še ne pomeni, da nimajo problemov na tem področju (Wells Fargo survey, 2014).

APA je leta 2014 opravilo raziskavo »Stres v Ameriki«, s katero so ugotovili, da se 72 odstotkov odraslih Američanov občasno počuti v stresu zaradi denarja in problemov, ki so z njim povezani. Skoraj četrtina jih navaja, da so v zadnjih mesecih doživljali izjemen stres zaradi denarja. V nekaterih primerih celo zanemarjajo zdravstvene težave zaradi finančnih skrbi (APA, 2015).

Zaradi finančnega stresa se povečajo stroški zdravstvene oskrbe in odsotnosti z dela. Bolezni, ki so posledice stresa, so lahko vse od migren, bolečin v hrbtu, zaskrbljenosti, visokega pritiska, debelosti in diabetesa do srčnega infarkta. Od 75 do 90 odstotkov zdravniških obiskov je povezanih s stresom, pri čemer pacienti navajajo finance kot glavni vir stresa. Raziskovalci Employee Financial Education Division so odkrili, da zaposleni, ki doživljajo stres zaradi financ, odkrito kažejo znake razdražljivosti, jeze, utrujenost, nekateri celo spijo na delovnem mestu. Po raziskavah je med zaposlenimi trikrat več prezentizma od absentizma (Clark, 2014).

Po podatkih raziskav Tang in Hammontree iz leta 1992, naj bi stroški, ki jih povzroča finančni stres, znašali okoli 150 milijard dolarjev (Bailey, 1998). Leta 2012 pa ocenjujejo, da so stroški zaradi finančnega stresa na ameriško ekonomijo okoli 300 milijard dolarjev na leto. Po študijah Združenja za upravljanja s človeškimi SHRM viri ugotavljajo, da 49 odstotkov zaposlenih doživlja stres zaradi premajhnih prihodkov. Ugotovili so, da stres, ki izvira iz področja osebnih financ, povzroča zmanjšanje produktivnosti pri posamezniku. Zaradi pritiskov, ki so jim podvrženi študentje zaradi svojih dolgov, težkih delovnih razmer in pritiskov med samim delom za dosego večje produktivnosti, povzročajo tudi padec produktivnost delovnega prebivalstva (Clark, 2014).

2.3 Problematika finančnega stresa, ki so odraža na posamezniku

Zadovoljstvo posameznika je v veliki meri odvisno od tega, kako se prilagodi različnim ravnam stresa na različnih področjih svojega življenja (Bailey, 1998). Finančni problemi povzročajo stres posamezniku, ta pa vpliva na njegovo raven dela, produktivnost in osebne odnose (Williams, Haldeman & Cramen v Bailey et. al, 1998).

Eden izmed glavnih vzrokov finančnih problemov in iz njih izvirajočega finančnega stresa je finančna nepismenost. Finančno pismen posameznik ima dovolj znanja o potrebnih podatkih iz osebnih financ in potrebno izrazoslovje, ki ga potrebuje za uspešno vodenje svojih financ. Pozna koncepte načrtovanja in vodenja osebnih financ. Po raziskavah podjetja Garman in Fargue-ja je med odraslo ameriško populacijo znanje o osebnih financah pomanjkljivo (Wells Fargo survey, 2014). Količina finančnih odločitev, kompleksnost finančnih produktov, strokovno izrazoslovje in pomanjkanje dostopnosti znanja o osebnih financah daje posamezniku občutek preobremenjenosti (Joo, 2008). Večina Američanov se počuti »finančno zdrave«, glede sposobnosti plačevanja stroškov osnovnih potreb. Tretjina odraslih posameznikov se počuti dobro oziroma menijo, da so preskrbljeni za svojo starost. Malo več kot polovica (56 odstotkov) posameznikov meni, da živijo znotraj svojih finančnih zmožnosti.

Dve tretjini jih je prepričanih, da zmorejo plačevati vsakodnevne obveznosti (Wells Fargo survey, 2014). V ozadju večine problemov, povezanih z neurejenimi osebnimi financami, je to, da bi posamezniki morali trošiti znotraj svojih finančnih zmožnosti in več varčevati, ugotavlja Dancey v (CICA survey, 2012). Pri 39 odstotkih Američanov, ki so jih zajeli v raziskavi svetovalnega podjetja Wells Fargo, navajajo, da je denar in vse, kar je z njim povezanega, njihov največji stresor. Tretjina jih navaja, da imajo zaradi finančnih skrbi probleme s spanjem. Polovica anketirancev obžaluje, da pet let nazaj niso s svojim denarjem ravnali bolj racionalno in več varčevali (Wells Fargo survey, 2014).

2.4 Odpravljanje in zmanjševanje finančnega stresa

Da bi zmanjšali, obvladali in tolerirali posameznikove zunanje kot notranje zahteve, ki jih povzročijo stresne finančne situacije, mora posameznik spremeniti kognitivne sheme in svoje vedenje (Folkman & Clifford, 2000).

Pri odpravljanju finančnega stresa so raziskovalci ugotovili dve strategiji spopadanja s finančnim stresom. Prva kategorija je sprememba na psihološki in čustveni ravni posameznika pri drugi kategoriji pa gre za spremembo načrtovanja, upravljanja in ravnanja z osebnimi financami. Raziskovalca Dillman in Horton sta leta 1986 ugotovila, da je pri odpravi finančnega stresa le 6 odstotkov posameznikov, ki so doživljali finančni stres, poiskalo pomoč finančnega svetovalca. Preostali posamezniki so uporabili druge strategije soočenja s stresom, kot so prekomerno kajenje, nenadzorovani izbruhi jeze, prenašanje ipd. (Joo, 2008).

Na podlagi raziskave, ki jo je opravilo podjetje Garman in Forgue so ugotovili, da so glavne ovire pri doseganju urejenih osebnih financ posameznikov sama motivacija za začetek urejanja (40 odstotkov) vprašanih, vztrajanje pri zastavljenem finančnem načrtu (36 odstotkov), motivacija pri sprotne doseganju zastavljenih finančnih ciljev (9 odstotkov) (Wells Fargo survey, 2014). Wimbish v (Joo, 2008) je podal primerjavo s posameznikom, ki je predebel in bi rad shujšal. Tak posameznik mora najprej spremeniti svoj prehranjevalni režim. Enako mora posameznik v finančnih težavah začeti zmanjševati svoje odhodke in pričeti varčevati. Ugotovil je, da gre pri upravljanju denarja za pomanjkanje razumevanja pomena oziroma teže osebnega finančnega načrta. Tretjina odraslih anketirancev ima narejen osebni finančni načrt, kar pomeni, da več kot tretjina odraslih Američanov nima »zemljevida« do svojih finančnih ciljev in urejenih osebnih financ.

Glede na opravljeno raziskavo v svetovalnem podjetju Wells Fargo (Wells Fargo survey 2014) ima večina Američanov občutek, da ima svoje finance pod nadzorom. Ko so raziskovalci udeležencem raziskave postavili bolj podrobna vprašanja, se je izkazalo da, se jih (67 odstotkov) glede svojih osebnih financ počuti odlično ali meni, da so v dobrem stanju ter so sposobni sprotne plačil mesečnih računov, 56 odstotkov jih ima občutek, da živijo znotraj svojih zmožnosti, 40 odstotkov se počuti dobro glede višine svojih prihrankov. Tretjina oziroma 33 odstotkov vprašanih verjame, da se bodo lahko udobno in varno upokojili. Raziskava tudi ugotavlja, da se polovica anketiranih žensk težko pogovarja o osebnih

financah, medtem ko to drži samo za 38 odstotkov moških. Raziskava je odkrila slednje odnose med varčevanjem in potrošnjo:

- 82 odstotkov odraslih, zajetih v raziskavi, opravi enkrat letno servisni pregled avta, 69 odstotkov jih gre vsako leto na dopust, medtem ko jih svoje finance pregleda samo 43 odstotkov vprašanih.
- Četrtnina odraslih oziroma 25 odstotkov bi raje poiskala osebnega fitnes trenerja kot pa osebnega finančnega svetovalca.
- Skoraj tretjina oziroma 32 odstotkov upokojencev čuti večji finančni stres po upokojitvi, kot pred upokojitvijo. V primerih zgodnje upokojitve, (pred šestdesetim letom), je stres še večji.

2.5 Finančno svetovanje in finančni stres

Študija svetovalnega podjetja Penn Shoen Berland opravljena v letu 2010, prikazuje, da je 28 odstotkov Američanov poiskalo pomoč finančnega svetovalca, da bi nanj naslovilo svoje težave in finančne skrbi (Reduce financial stress, 2010). Raziskava, opravljena leta 2010, preko Financial Planning Standards Council, navaja, da se Kanadčani, ki imajo celovite finančne načrte, počutijo bolj pripravljeni na težavne ekonomske čase in krizne finančne dogodke. Finančni svetovalci veliko pripomorejo k zmanjševanju skrbi in stresa na vseh področjih življenja posameznika. Če kdo potrebuje pomoč pri izdelavi in izvajanju osebnega finančnega načrta, naj si poišče samo kakovostnega, neodvisnega in objektivnega finančnega svetovalca. Aktivni pristop k osebnim financam lahko veliko pripomore k posameznikovemu dobremu počutju. Tisti, ki aktivno in pozitivno pristopijo k svojim finančnim skrbem, po besedah lastnika Mountaineer Financial Planning v St. Albans, Jamesa Winter-ja, lahko več pridobijo od te situacije, kot tisti, ki svoje skrbi odpravljajo in skrivajo (Reduce financial stress, 2010). Doviak (2015) trdi, da lahko posameznik veliko pripomore k zmanjševanju skrbi in stresa na vseh področjih življenja, če si poišče finančnega svetovalca.

Veliko stresa bi lahko bi lahko posamezniki zmanjšali, če bi več pozornosti namenili svojim osebnim financam v raziskavi navaja Nacionalni inštitut revizorjev (CICA survey, 2012). Anketiranci so izjavili, da si želijo, da bi bolj in pogosteje pregledovali svoje osebne finance in več varčevali, 47 odstotkov jih je trdilo, da so za to porabili manj časa, kot bi ga morali, 24 odstotkov anketirancev je navedlo, da si včasih kupijo stvari, ki si jih ne morejo privoščiti, 61 odstotkov jih je priznalo, da imajo finančne skrbi. Izmed tistih 28 odstotkov, ki kupujejo stvari, katere si ne morejo privoščiti, ta odstotek naraste na 82. »Kanadčani, ki so disciplinirani pri upravljanju denarnih sredstev, izkusijo manj stresa,« trdi Kevin Dancey, predsednik CICA. Skoraj 76 odstotkov vseh sodelujočih si želi, da bi več privarčevali in manj potrošili. Skoraj vsi anketiranci oziroma 96 odstotkov jih je izjavilo, da je izdelava osebnega proračuna in njegova dnevna uporaba osnova za urejene osebne finance. Več kot tri četrtine oziroma 77 odstotkov udeležencev raziskave, ima izdelan družinski proračun, le 32 odstotkov pa ga dnevno uporablja in se ga drži. V raziskavi ugotavljajo, da tisti, ki natančno sledijo

družinskemu proračunu in imajo pravilno načrtovane osebne finance, so manj nagnjeni k stresu. To trdi 46 odstotkov anketirancev. Glavna ugotovitev raziskave je, da morajo posamezniki več sredstev nameniti varčevanju in manj sredstev porabiti. Posamezniki se morajo držati svojega proračuna in si načrtovati osebne finance. Vsi ti koraki vodijo k manj stresnemu življenju (CICA survey, 2012).

Finančni svetovalci ugotavljajo, da stranke, ki kažejo znake stresa, redko sprejemajo preudarne finančne odločitve, ki so za njih koristne. Pri določenem stresu tudi finančni svetovalci ne morejo pomagati. Gre za tisti stres, ki izvira izven njihove kontrole, kot so smrt v klientovi družini, dediščina, ki jo je klient prejel in drugi dogodki. Storitev finančnega svetovanja je lahko bolj učinkovita, če finančni svetovalec razume, kako stres deluje na posameznika in pozna načine za upravljanje s stresom. Kakovost procesa finančnega svetovanja se dvigne, če stranka lahko oceni in upravlja raven svojega stresa. Stranke, ki ne znajo oceniti in upravljati s svojim stresom, se lahko obnašajo neproduktivno in v smeri, ki ne koristi njihovem dolgoročnemu finančnemu blagostanju in ne gre v smeri njihovih finančnih ciljev. Ne glede na to, na katerem področju življenja se stres pojavi, je vedenje posameznika je zelo podobno. Stranke finančnih svetovalcev, ki čutijo večjo mero stresa, so bolj utrujene, imajo pogostejše glavobole, slabo koncentracijo, nižje kognitivne sposobnosti in sposobnost reševanja težav ter večjo razdražljivost od strank, ki so pod manjšim stresom oziroma sploh niso pod stresom. Vse omenjene informacije lahko pripomorejo k odgovoru na problem finančnih svetovalcev, zakaj nekatere osebe njihove nasvete izvajajo, medtem ko se druge upirajo in nočejo v celoti sprejeti njihovih nasvetov (Grable & Britt, 2012).

3 OSEBNE FINANCE

3.1 Teoretična opredelitev področja osebnih financ

Vsak od nas ima drugačen odnos do svojih osebnih financ in premoženja. Zato tudi obstajajo različne definicije osebnih financ in upravljanja z osebnim premoženjem. Vsem je skupno to, da osebne finance razkrivajo odnos posameznika do pridobivanja premoženja, zapravljanja, varčevanja, vlaganja, upravljanja in zapuščine potomcem (Rihter, 2014). »Osebne finance zajemajo vse, kar se nanaša na posameznikovo premoženje in kar nanje vpliva. Razpon odločitev, ki jih pri tem sprejema, storitev in izdelkov, ki jih pri tem uporablja, je neizmerno širok, hkrati pa je odvisen od značaja slehernega posameznika in okolja, v katerem prebiva. V osebne finance sodijo odločitve in razmisleki, ki so življenjsko pomembni« (Groznič, 2001, str. 9–10).

Lubej in Stanonik (2009) menita, da osebne finance zavzemajo vse, kar je povezano s premoženjem posameznika ali družine in z njegovim upravljanjem. Posameznikov finančni položaj določa kako bo živel, kaj si lahko privoščil in česa ne, določa njegov življenjski slog.

Groznič (2001) izpostavlja, da so osebne finance vplivale na nastanek drugih finančnih področij, kot so bančništvo, poslovne finance itd. Urejane osebne finance vodijo k bolj

optimalnemu upravljanju prihodkov in s tem k večjemu varčevanju. Potrebe upravljanja osebnih financ vodijo k razvoju finančnih trgov in različnih finančnih posredništev. Prihranki posameznikov so preko kapitalskih trgov na voljo gospodarskim družbam in omogočajo lažji zagon in širjenje proizvodnje. Eno izmed gonil kapitalistične družbe je tudi želja posameznika, da svobodno in v skladu s svojimi cilji in vrednotami upravlja svoje premoženje. Pri osebnih financah je pomembna opredelitev ciljev, poti ter orodij za njihovo doseganje. Ker imajo posamezniki specifične zahteve, potrebe, cilje, je potrebno v osebnih financah vsakega posameznika obravnavati individualno.

Osebnne finance v 21. stoletju se dotikajo vprašanj finančne in pravne narave posameznika, problemov, ki zadevajo njegovo poslovno kariero, njegovo bivanje, pokojnino, zavarovanja, dedovanja, nepremičnine, naložbe in upravljanje z likvidnimi sredstvi. Za ureditev celotnih osebnih financ je potrebno oblikovati osebni finančni načrt, kjer so vsi ti elementi osebnih financ povezani v celoto. Dotikajo se posameznikovih najglobljih strahov in skrivnosti uspeha iz področja financ (Pollan & Levine, 1998).

Madura (2014) meni, da so osebne finance postale še bolj pomembne po finančni krizi 2008-2009. Vrednosti posameznih investicij in naložb so se razpolovile, enako tudi vrednosti posameznih nepremičnin. Marsikdo si še vedno ni opomogel. Finančni trgi in finančni produkti postajajo iz dneva v dan bolj kompleksni in nepredvidljivi. Različne raziskave dokazujejo, da so ljudje premalo finančno pismeni in da bi s primernim znanjem posledice krize lahko vsaj omilili. Raziskave dokazujejo tudi, da marsikdo, ki o sebi meni, da ima razvite spretnosti finančnega načrtovanja v resnici ne razume niti osnovnih konceptov osebnih financ. Posledice slabega upravljanja z osebnimi financami so vidne povsod, tudi v ZDA, eni najbogatejših držav sveta. Večina posameznikov se pretirano zanaša na kredit in ima preobsežne dolgove. Več kot milijon ljudi je leta 2011 v ZDA razglasilo osebni bankrot. Tam je predstavljal delež varčevanja posameznikov manj kot 3 odstotkov njihovega mesečnega dohodka. Skoraj polovica ljudi, ki dela za polni delovni čas je živela iz meseca v mesec in ni imela varčevalnega načrta. Približno 40 odstotkov polno zaposlenih ljudi ne varčuje za pokojnino.

3.1.1 Osebno premoženje

»Različne definicije premoženja govorijo, da so to pravice in dolžnosti, ki izhajajo iz naše lastnine« (Balkovec, 2000, str. 17). Lubej in Stanonik (2009) navajata, da osebno premoženje vključuje gotovino, delnice, obveznice, naložbe v različne skladih, pokojninske račune, premičnine in nepremičnine. Za ocenitev premoženja, moramo ugotoviti trenutno tržno vrednost vseh naložb.

Glavnik (2005) v osebno premoženje prišteva tudi sposobnost služenja denarja, izraža jo kot osebno ekonomsko vrednost. Obstajajo različne delitve premoženja. Ena najpomembnejših je delitev po hitrosti unovčljivosti oz. likvidnosti premoženja. Najhitreje unovčljiva so sredstva na tekočih in varčevalnih računih, vzajemnih skladih, ETF skladih, sledijo naložbe v delnicah,

obveznicah in zavarovalnih policah. Najmanj likvidna kategorija, pa je premoženje v zaprtih skladih in otipljivo premoženje, pod katerega spadajo nepremičnine in premičnine (Lubej & Stanonik, 2009).

Pri učinkovitem načrtovanju osebnih financ najprej naredimo pregled celotnega premoženja (Rihter, 2014). Osebno premoženje je smiselno vsaj enkrat letno zapisati v osebni bilanci stanja. Gre za prikaz finančnega stanja, ki vsebuje pregled mesečnih prihodkov in izdatkov ter zaobjema pregled osebnega premoženja in dolga (Glavnik, 2005). Če vsej vrednosti premoženja odštejemo obveznosti, dobimo približno oceno neto vrednost premoženja (Rihter, 2014).

3.1.2 Urejene osebne finance

Finance imajo v našem življenju pomembno vlogo. Način, kako ravnamo z osebnimi financami, odločilno vpliva na naš življenjski stil (5 korakov do urejenih osebnih financ, 2015). Lubej in Stanonik (2009, str. 13) pravita takole: »Slovenci večinoma še vedno živimo v kapitalizmu, s finančnimi navadami iz socializma. Danes, ko država breme socialne varnosti prelaga na pleča posameznika, je skrajni čas, da vsak izmed nas prevzame nadzor in odgovornost nad svojo finančno prihodnostjo«.

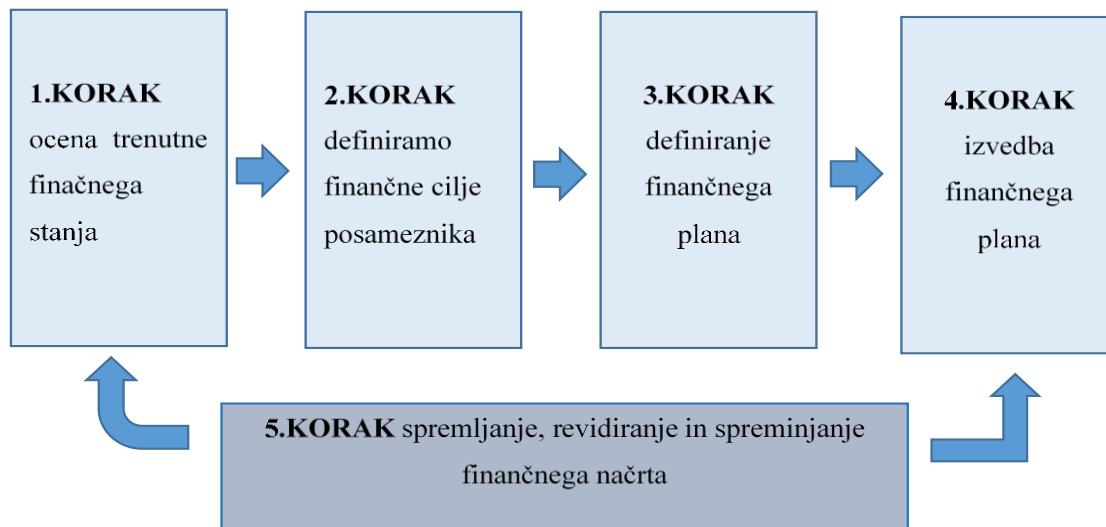
Urejene finance lahko zagotovimo z oceno trenutnega finančnega stanja, finančnim načrtovanjem, doslednim finančnim upravljanjem in konstantnim nadzorom stanja. Ne glede na to, koliko premoženja ali denarja imamo, si lahko vsak optimalno uredi osebne finance. S tem si posamezniki zagotovijo manj stresno življenje in boljše počutje. Pri urejenih osebnih financah gre za to, kako pridobivajo, upravljajo, varčujejo, plemenitijo, zavarujejo in porabljajo denarna sredstva (5 korakov do urejenih osebnih financ, 2015).

Prvi korak finančnega načrtovanja je ocenitev trenutne finančne situacije. S to fazo pričnemo opredeljevati trenutno posameznikovo finančno stanje in poskušamo čim bolj objektivno zajeti celotno sliko njegovih osebnih financ. Pri tem si pomagamo z različnimi finančnimi orodji, kot so: osebna bilanca stanja, analiza neto denarnega toka in definiran osebni proračun.

V drugem koraku definiramo finančne cilje posameznika, kot so: varčevanje za pokojnino, nakup avtomobila, nepremičnine, varčevanje za izobrazbo otrok itd.

Tretji korak je definiranje osebnega finančnega načrta, četrti korak predstavlja njegovo izvedbo in implementacijo. V tej točki je pomembno, da se v razumni meri finančnega načrta držimo. Finančni načrt ni cilj, ampak je orodje kako priti do cilja. Podoben je zemljevidu, saj nam omogoča, da kljub spremembam in težavam na poti, na koncu uspešno dosežemo zastavljeni cilj. V petem koraku posameznik revidira svoj finančni načrt in spremlja napredek. Finančne odločitve posameznika se morajo vseskozi spremljati, kontrolirati in načrt prilagajati dani situaciji (Keown, 2003).

Slika 3: Faze finančnega načrtovanja



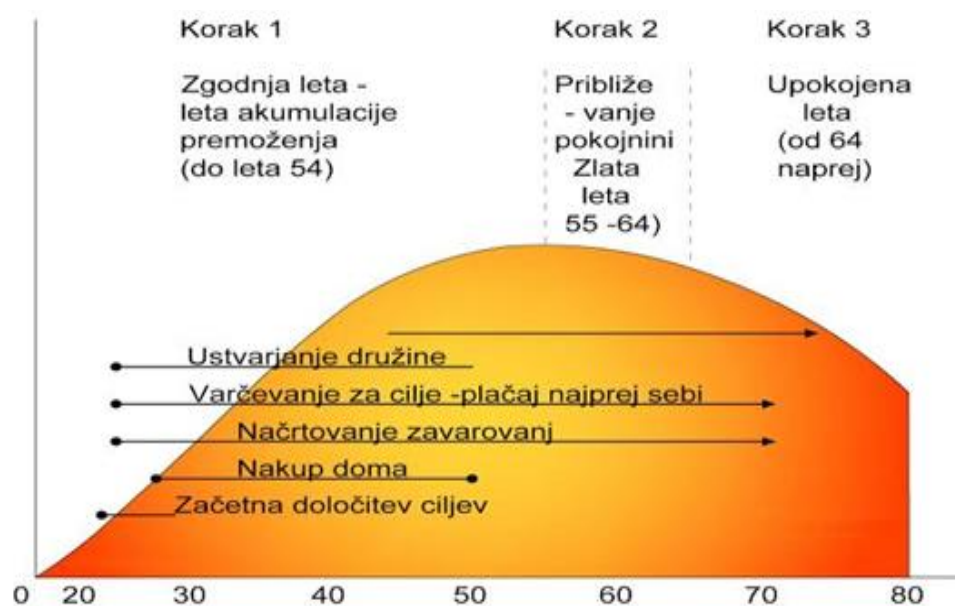
Vir: A. Keown, *Personal finance: Turning money into wealth*, 2003, str. 6.

3.1.3 Življenjski cikel dohodka

Skozi življenje se prihodki in izdatki posameznika ter z njimi povezani cilji, spreminjajo. Vsak življenjski cikel osebnih financ ima določene naloge, pasti in ovire, značilne za določen cikel (Lubej & Stanonik, 2009). S pomočjo razumevanja življenjskega cikla dobimo uvid v časovno projekcijo posameznikovega prihodnjega finančnega stanja in potencialnih življenjskih dogodkov, ki mu utegnejo spremeniti finančno stanje. Keown (2003) trdi, da prav razumevanje življenjskih ciklov posamezniku omogoča postaviti bolj specifične cilje in korake za njihovo doseg.

Na spodnji sliki je pod prvim korakom zajeto obdobje mladosti. Obdobje, ko je posameznik brez osebnih prihodkov in je v večini primerov odvisen od staršev. Ta cikel se konča, ko zaključi šolanje, se zaposli in prične prejemati svoje prihodke. Cilj posameznikov v tem obdobju je čim prej doseganje finančne samostojnosti (Keown, 2003). Prvi in drugi korak t. i. produktivno obdobje, ki se pričinja z doseganjem finančne neodvisnosti. Posameznik si ustvarja različne finančne prihodke in premoženje. Želijo rešiti stanovanjsko vprašanje, pridružijo se tudi stroški za otroke in drugi življenjski stroški. Strokovnjaki priporočajo v tem obdobju vsaj 25 odstotkov vseh ustvarjenih prihodkov odvajati na stran za primer izpada prihodkov in za varno finančno starost. Pod tretji korak je na sliki prikazana starost. To je obdobje, ko z delom ne ustvarjamo več aktivnih prihodkov. Svoje življenjske stroške posameznik financira iz pokojnine, najbolje iz večjih virov in se delno financira iz prihrankov. Življenjski standard tega obdobja si vedno bolj določamo sami, z doslednim varčevanjem za starost, v času produktivnega obdobja (Lubej, 2005).

Slika 4: Posameznikov življenjski cikli dohodka (prirejeno po Keown, 2003)



Vir: A. Keown, *Personal finance: Turning money into wealth*, 2003, str. 8.

3.2 Ugotovitev trenutnega finančnega položaja

Lubej in Stanonik (2009) menita, da je prvi korak k urejenim osebnim financam, da ugotovimo kje smo, zato temeljito pregledamo naš trenutni finančni položaj. Ta pregled zajema pregled našega osebnega premoženja, dolgov in obveznosti, mesečnih prihodkov in izdatkov.

Pri načrtovanju osebnih financ moramo izdelati različna finančna poročila. Osebna bilanca opisuje stanje, iz katerega se usmerjamo k svojim ciljem. Naše trenutno finančno stanje, oziroma kako dobro upravljamo s svojim premoženjem, nam pokažeta dva kazalnika. To sta neto vrednost premoženja in neto denarni tok (Groznik, 2001).

3.2.1 Osebna bilanca stanja

Osebna bilanca stanja zagotavlja posnetek stanja premoženja v določeni točki v času. Prikazuje posameznikovo kumulativno vsoto premoženja (sredstva), obveznosti (dolg) in neto vrednost posameznikovega premoženja (Madura, 2014). Glavnik (2005) trdi, da osebna bilanca pokaže trenutno razmišljanje in odnos do denarja posameznika. Pove tudi, kako dobro upravlja s svojim denarjem in premoženjem.

Pod sredstva na osebni bilanci štejemo likvidna sredstva gospodinjstev in njihove naložbe. Pod likvidna sredstva štejemo sredstva, ki so unovčljiva v roku petih dni. Sredstva gospodinjstev vključujejo tudi dom, avto, pohištvo itd. Vrednost teh sredstev je težko določiti, ker se njihove tržne cene hitro spreminjajo. Najbolj pogoste finančne naložbe posameznikov so delnice, obveznice, opcije, različni skladi in investicije v nepremičnine (Madura, 2014).

K obveznostim štejemo dolgove, ter vse tisto, kar posamezniki dolgujejo. Delimo jih na kratkoročne in dolgoročne obveznosti. Kratkoročne obveznosti so tiste, ki jih poravnamo v roku enega leta. Sem spadajo kratkoročni krediti, neplačani računi in limiti na kreditnih karticah. Med dolgoročne obveznosti štejemo obveznosti, ki jih poravnamo v času, daljšem od enega leta. Najpogostejše dolgoročne obveznosti so posojila za nakup dražjih sredstev kot so nepremičnine, avto in različne luksuzne dobrine (Lubej & Stanonik, 2009).

Tabela 1: Osebna bilanca stanja

PREMOŽENJE	Vrednosti v EUR	OBVEZNOSTI	Vrednosti v EUR
Denar in naložbe		Kratkoročne obveznosti	
Gotovina/devize		Neplačani računi	
Vezana sredstva		Limiti na računih	
Zneski na TRR-ju		Kratkoročni krediti	
Rentna in pokojninska varčevanja		Dolgoročne obveznosti	
Naložbena zavarovanja		Bančna posojila	
Enote skladov		Stanovanjska posojila	
Različni vrednostni papirji		Posojila za vozila	
Lastnina		Potrošniška posojila	
Hiša/stanovanje/vikend			
Zemljišča			
Vozila/plovila			

Vir: S. Lubej & A. Stanonik, Urejene osebne finance za vsakogar, 2009, str. 17.

Neto vrednost je razlika med vsem premoženjem in vsemi obveznostmi. Če bi posameznik prodal vse svoje premoženje in s tem odplačal vse svoje obveznosti, bi bila vsota, ki bi mu preostala, neto vrednost njegovega premoženja. Lahko jo definiramo tudi kot mero bogastva posameznika, saj predstavlja njegovo premoženje, potem ko odšteje vse svoje dolgove (Madura, 2014).

Madura (2011) trdi, da nekateri posamezniki ocenjujejo svoje premoženje le s pregledom svojih sredstev, brez upoštevanja obveznosti. To jih lahko zavede k novim nakupom, ki si jih

ne morejo privoščiti. Veliko posameznikov izkorišča tudi limit na kreditnih karticah in koristi kratkoročna posojila ter ne odplačuje dolga. Zato imajo negativno neto vrednost premoženja. To pomeni, da ne morejo odplačati dolga, tudi če bi premoženje v celoti prodali. Takšno stanje lahko vodi v bankrot.

3.2.2 Ugotavljanje neto denarnega toka

Ali si lahko privoščimo določene dobrine ali ne, je odvisno od našega finančnega stanja. Finančno stanje ocenimo glede na naše obstoječe prihodke in izdatke. Definiramo tudi, koliko denarnih sredstev bomo imeli in potrebovali v različnih obdobjih v prihodnosti. V neto denarnem toku so prikazani prihodki in odhodki. Primerjava med prihodki in odhodki nam omogoča spremljanje potrošnje in določa, koliko prihodkov lahko razdelimo med varčevanje in med druge kategorije izdatkov (Madura, 2014). »Analiza naših prihodkov in izdatkov je ključna, saj odkriva, od kod naš denar pride in zakaj ga namenimo. Omogoča nam identifikacijo naše porabe, naših potrošniških navad, kar je osnova za njeno vrednotenje« (Lubej & Stanonik, 2009, str. 9).

Prihodke razdelimo na aktivne in pasivne. Aktivne kreiramo z aktivnim delom, pri pasivnih pa naša prisotnost in aktivnost ni pogoj. Najbolj pogosti aktivni prihodki so plača, honorarji, bonusi in provizije. Med pasivne prihodke spadajo različne oblike pomoči, dohodki iz kapitala, kapitalskih in nepremičninskih naložb ter različni prihodki iz patentnih in avtorskih pravic (Lubej & Stanonik, 2009).

Kot ugotavlja Madura (2014), obstaja nekaj faktorjev, ki vplivajo na višino naših prihodkov stopnja na karierni lestvici, tip službe, število oseb v gospodinjstvu, ki prinašajo dohodek itd. Odhodki predstavljajo vse naše stroške, ki so rezultat preteklih odločitev zanje. Potrebno je poznati pretekle izdatke, nekatere enostavno ugotovimo s pregledom zneskov preteklih računov, druge, bolj skrite, in manjše izdatke lahko okvirno ocenimo sami. Poznati moramo glavne tokove naših denarnih sredstev. Pri tem si lahko pomagamo z bančnimi izpiski ali celo programi za spremljanje naših prihodkov in odhodkov.

Pomembno je, da si vodimo osebni ali družinski proračun. To pomeni, da evidentiramo vse prihodke in odhodke, do evra natančno. Tako vemo, koliko imamo nespametnih rednih odhodkov, ugotovimo, kje so rezerve, koliko je prihrankov ter kaj nam prinaša pravo zadovoljstvo (Vezovišek, 2015). Faktorji, ki vplivajo na višino odhodkov, so število članov v gospodinjstvu, starost, osebna nagnjenost k trošenju ipd. (Madura, 2014).

Tabela 2: Prihodki in odhodki posameznika

	Trenutno stanje v EUR	Željeno stanje v EUR
PRIHODKI		
Aktivni		
(Samo)zaposlitve, drugih dejavnosti		
Dodatki pri delu, bonusi		
Pasivni		
Pokojnina		
Kapitalski dobički, rente		
Dobički od najemnin		
Socialne pomoči		
IZDATKI		
Hiša, stanovanje, gospodinjstvo		
Otroci		
Gospodinjstvo		
Osebna nega in obleke		
Prosti čas, hobiji in počitnice		
Zdravstvo		

Vir: J. Madura, *Personal finance*, 2014, str. 36.

3.2.3 Vodenje osebnega proračuna

Pri vodenje osebnega ali družinskega proračuna si posameznik pomaga z evidenco z katero lahko natančno spremlja svoje prihodke in odhodke. V osebnem finančnem proračunu dodeli različnim kategorijam potrošnje načrtovano količino sredstev, ki je odvisna od njegovih finančnih ciljev in obveznosti. Dnevno je potrebno ob vsakem dogodku vpisovati v posamezne kategorije prihodke in odhodke. Lahko jih vpisujemo ročno ali s pomočjo različnih računalniških programov. Vodenje osebnega računa nam pomaga, da imamo jasen pregled nad porabo po posameznih kategorijah. Pomaga tudi pri tem, da se bolj dosledno držimo svojega načrtovanega proračuna in finančnih ciljev (Keown, 2003).

Madura (2014) meni, da je za urejene finance posameznika zelo pomembno, da si posameznik vseskozi vodi svoj osebni ali družinski proračun in stalno ocenjuje svojo neto vrednost. Sam proces vodenja osebnega računa mu pomaga pri transparentnem spremljanju denarnih tokov in oceni neto vrednosti premoženja.

3.3 Načrtovanje v osebnih financah

Damjan in Možina (2002, str. 21) pravita tako: »Poudariti moramo, da je načrtovanje eden od specifičnih izrazov človeške narave, saj je izraz človekovega simboličnega mišljenja. V moči simbolične misli si človek ustvarja tako rekoč tretji svet med samim seboj in naravo, to je svet kulture. »Actio in distans« so bile že od nekdaj tudi zavestne sanje človeštva v prizadevanju za napredkom. Gre za delovanje na daljavo v prostoru in času... Ko gre za gospodarsko načrtovanje, človek deluje v času to je njegova skrb za prihodnost. Ta skrb za prihodnost pri načrtnem gospodarstvu pa obenem že presega skrb za golo preživetje; gre v smer daljšega in boljšega preživetja, gre za dobesedno dvig življenjske ravni«.

Zato finančno načrtovanje dandanes pridobiva na pomenu, ker so se posamezniki začeli zavedati svoje odgovornosti za stanje osebnih financ. Lubej in Stanonik (2009, str. 14) pa pravita tako: »Ključ do varne in boljše finančne prihodnosti je v zmernem trošenju, varčevanju ter smotrnem in sistematičnem plemenitenju pri varčevanju. Ker pa gresta kapitalizem in potrošništvo z roko v roki in varčevanje ni v človekovi naravi, je izredno pomembno, da svojo finančno prihodnost načrtujemo«.

Cvetanović (2006) trdi, da je finančno načrtovanje postalo nuja v modernem svetu. Tako za posameznike, ki razpolagajo z večjimi sredstvi, kot za posameznike z manjšim premoženjem. Ti bi se morali še posebej lotiti načrtovanja in upravljanja premoženja, saj jih izguba prihodkov oz. premoženja lahko bolj prizadene kot bogate. Kljub temu obstaja skupina posameznikov, ki meni, da imajo osebne finance urejene in pod nadzorom, pa najdejo veliko izgovorov, kot so: imam premalo premoženja in znanja za upravljanje, finančno načrtovanje je dolgotrajen proces, ki zahteva preveč časa in truda itd.

Posamezniki, ki nimajo pravilno načrtovanega osebnega premoženja lahko ob morebitnih izgubah, kot so izguba zaposlitve, različne nezgode, bolezni ali prezgodnja smrt utrpijo, večje finančne posledice. Takšna tveganja je mogoče zmanjšati ali se jim izogniti z dobrim finančnim načrtovanjem. Keown (2003) trdi, da je finančno načrtovanje proces v teku in se spreminja tako, kot se spreminja posameznikova finančna situacija in njegov položaj v življenju.

3.4 Postavitev finančnih ciljev

»Namen postavljanja ciljev je predvsem ta, da se posameznik poglobi v svoje sanje, želje, hrepenenja ter naredi načrt, kako bo tako stanje določen dan v prihodnosti tudi dosegel. Končni rezultat sistematičnega postavljanja ciljev naj bi bil ta, da posameznik doseže več v krajšem času, je bolj motiviran pri doseganju svojih ciljev, izboljša svojo učinkovitost, se lažje osredotoči na prioritete ter postane vsesplošno bolj organizirana osebnost. Posledično vse to pripelje tudi do povečane ravni samozavesti in večjega nadzora nas svojim življenjem« (Postavljanje ciljev, 2008).

Podobno je tudi s postavitvijo finančnih ciljev, ki so za posameznika zelo pomembni. Pri postavljanju finančnih ciljev naletimo na različna vprašanja, na katera moramo odgovoriti. Pravilno postavljeni finančni cilji morajo vsebovati opredelitev potreb, ki jih posameznik želi zadovoljiti. Definirati mora višino zneska, ki ga potrebuje za doseg te ciljev ter časovni horizont, v katerem jih želi doseči (Kleindienst, 2001).

Svoljšak (2001) meni, da je pomemben del sestavljanja finančnih ciljev prav določanje prednosti. Pomembno je, da si zastavimo takšne cilje, ki ne vplivajo na uresničitev drugih ciljev. Preden si cilje postavimo, moramo pri sebi razčistiti, čemu smo se pripravljene odreči in za koliko časa. Določeni nematerialni cilji kot na primer kvalitetni medsebojni odnosi so lahko za določenega posameznika bolj pomembni od materialnega premoženja.

Svoljšak Miš (2001) meni, da mora biti cilj merljiv in dosegljiv. Z jasnimi cilji se človek lahko intelektualno in čustveno poistoveti. Tiste cilje, ki si jih človek goreče želi doseči, jih tudi doseže. Pri tem je pomembno, da si cilje dovolj natančno zastavimo. Na primer: realno zastavljen cilj za nakup nepremičnine bi bila lepo opremljena hiša pri petdesetih na točno določeni lokaciji, s primerno določenim številom sob, z določeno skupno površino in definirano ceno nepremičnine. Takšen cilj je tako določen časovno, vrednostno in je kvantitativno opisan, mora pa biti realno dosegljiv, glede na naše finančne zmožnosti (Lubej & Stanonik, 2009). Groznik (2001) poudarja, da je pri časovni opredelitvi finančnih ciljev ločimo kratkoročne, srednjeročne in dolgoročne cilje

Vezovišek (2014) meni, da izvira veliko napak pri zastavljanju finančnih ciljev iz napačno ocenjenega roka, ki ga ima posameznik na voljo za uresničitev cilja. Za posameznika obstaja točka, »ko ni več poti nazaj«. V finančnem smislu je to zadnji trenutek, ko še lahko ukrepa, da bi zastavljeni cilj dosegel v tem življenju.

3.5 Osebni finančni načrt

Proces osebnega finančnega načrtovanja posamezniku omogoči, da razume finančni načrt in mu pomaga pri izdelavi osebnega finančnega načrta. Cilj osebnega finančnega načrtovanja je, da bi posameznik čim bolj optimalno izkoristil svoje vire prihodkov z namenom doseganja svojih finančnih ciljev (Madura, 2014).

Vezovišek (2014, str. 20) pravi tako: »Osebni finančni načrt lahko definiramo kot načrt, v katerem natančno opredelimo svoje finančne cilje in opišemo svoje prihodnje ravnanje, kar zadeva porabo, zaščito, varčevanje, financiranje in investicije, ki bo usmerjeno k doseganju zastavljenih ciljev«.

Slika 5: Sestavine osebnega finančnega načrta



Vir: M. Vezovišek, *Osebni finančni načrt: Vaša navigacija do ciljev*, 2014, str. 64.

Osebni finančni načrt vsebuje celovit pregled posameznikovih prihodkov, izdatkov, davčnih obveznosti, dolgov in naložb. Na podlagi finančnega načrta se posameznik odloča o različnih nakupih, varčevanjih, zavarovanjih in porabi sredstev. Čeprav zahteva izdelava osebnega finančnega načrta veliko časa, znanja in samodiscipline, se cel vložen trud povrne. Če pri pripravi osebnega finančnega načrta izbere posameznik kakovostnega neodvisnega finančnega svetovalca, si dolgoročno prihrani veliko časa, denarja in ne nazadnje tudi stresa. Z osebnim finančnim načrtom se lahko izognemo impulzivnim nakupom in nepotrebnemu zapravljanju (Finančna pismenost, 2013).

Vezovišek (2014) meni, da so koristi osebnega finančnega načrtovanja, da posameznik v osebnem finančnem načrtu določi jasne in specificirane finančne cilje. S tem si ovrednoti in začrta časovne roke, preveri realnost finančnih ciljev in potrebne korake za dosego finančnih ciljev. Spozna tudi, kakšne napake dela pri upravljanju z denarjem in lažje spremlja svoj denarni tok. Ima lažji pregled nad napredkom pri doseganju svojih finančnih ciljev, se zaveda svojih tveganj in se celostno zaščiti. Posamezniku pomaga pri dvigu samozavesti pri vseh življenjskih odločitvah, saj si izgradi zagotovljeno osnovno finančno varnost. Tako si zagotovi tudi bolj mirno življenje, z manj stresa, več časa zase in za tiste dejavnosti, ki jih ima najraje.

Osebni finančni načrt vsebuje osebne finančne odločitve, ki se nanašajo na spodnje točke (Madura, 2014):

- vodenje osebnega proračuna in davčno načrtovanje,

- upravljanje likvidnosti,
- financiranje velikih nakupov,
- zaščita premoženja in prihodkov,
- vlaganje denarja,
- načrtovanje pokojnine in premoženja.

Vezovišek (2014) navaja, da nobena izmed definicij sestavin osebnega finančnega načrta, ki jih navajajo tuji avtorji, ni popolnoma ustrezna za slovenske razmere. Zato predlaga, da osebni finančni načrt vsebuje naslednje sestavine:

- osebni / družinski finančni proračun,
- upravljanje likvidnosti,
- načrt zaščite delovne sposobnosti, zdravja, življenja in premoženja,
- pokojninski načrt,
- načrt financiranja investicij in večjih nakupov,
- druge načrte.

3.6 Vpliv psihologije posameznika na osebno finančno načrtovanje

Psihologija ima velik vpliv na posameznikovo vedenje in njegov proces sprejemanja odločitev. Vpliva tudi na posameznikovo potrošniško vedenje in sposobnost izvedbe osebnega finančnega načrta (Madura, 2014). Damjan in Možina (2002, str. 2) pravita, da s pojmom ekonomsko obnašanje označujemo vedenje človeka kot potrošnika v najširšem smislu. Ker je subjekt v ekonomiji človek, dogajanje v ekonomiji praktično ni mogoče v celoti razumeti brez upoštevanja psiholoških dejavnikov.

Obstajata dva različna tipa potrošniškega vedenja. Prvi tip se osredotoča na takojšnje zadovoljstvo in podlega morebitnim pritiskom okolja. Posameznik dopusti, da na njegove finančne odločitve vplivajo sovrstniki in okolica. Brez razmisleka lahko porabi ves svoj prihodek, ki ga zasluži. Prisotno je impulzivno nakupovanje, brez da bi določene dobrine v resnici potreboval. Del mesečnega dohodka mora tudi nameniti drugim sestavinam osebnih financ kot so zavarovanje, likvidnost, investicije in varčevanje za pokojnino. Posameznik si lahko obljubi, da bo v prihodnje več varčeval in manj potrošil. Lahko ima občutek, da z majhno vsoto, ki jo namenji varčevanju, ne bo nikoli dosegel svojih finančnih ciljev in zato raje uživa s temi sredstvi v sedanjosti (Madura, 2014).

Drugi tip se osredotoča na prihodnost. Damjan in Možina (2002, str. 20) menita, da ima ta poteza ekonomskega ravnanja svoje korenine že v pradavnini. Saj antropologi začetke primitivnega gospodarstva vidijo ravno v pripravljanju »zalog« za pozneje. To pa je v jedru isto kakor načrtovanje za prihodnost ... Lahko bi celo rekli, da je v načrtovanju motivacija za pripravo »zalog«. Ti posamezniki so bolj disciplinirani glede porabe svojih prihodkov in jih razporejajo glede na zastavljene cilje. Ne želijo se zadolževati v večjih zneskih, ker jim veliki mesečni obroki predstavljajo stres. Razumejo, da jim zmerna poraba prihodkov v sedanjosti

omogoča dodatna razpoložljiva sredstva, s katerimi si bodo lahko izboljšali svojo finančno prihodnost (Madura, 2014).

3.7 Upravljanje osebnih financ

3.7.1 Teoretična izhodišča upravljanja premoženja

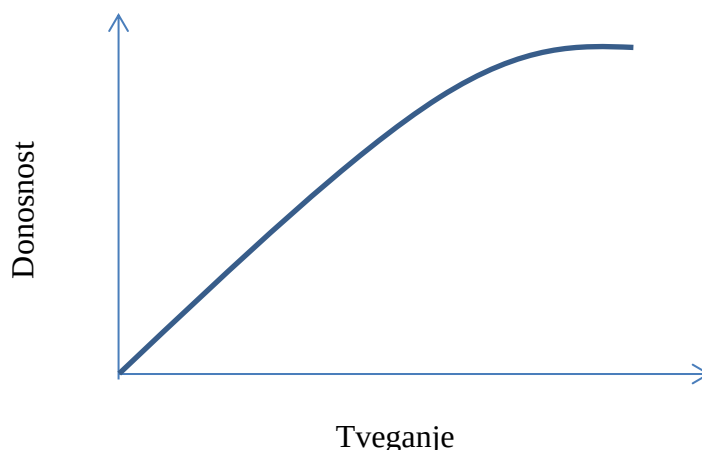
Celotno upravljanje osebnih financ zahteva od posameznika, da ugotovi trenutno finančno stanje, zbere potrebne informacije, načrtuje osebne finance, pripravi osebni finančni načrt z definiranimi finančnimi cilji ter izbere ustrezne finančno-naložbene alternative, ki mu omogočijo pot do zastavljenih ciljev. Pri sami izbiri naložb mora upoštevati različne dejavnike.

Najpomembnejši dejavniki, ki jih bomo predstavili so: tveganje, donosnost, likvidnost, stroškovne prednosti ter davčni vidik. Ti dejavniki so posamezniku v pomoč pri izbiri najoptimalnejših naložbenih možnosti.

Prvi pomembni dejavnik pri izbiri naložb je tveganje. Lubej in Stanonik (2009) sta mnenja, da je naložbeno tveganje definirano kot verjetnost, da naložba ne bo dosegla pričakovanega donosa. Tu posameznika najbolj skrbi odklon v negativno stran, ko je donos manjši od pričakovanega. Vlagatelji so z vstopom k naložbam izpostavljeni naslednjim tveganjem: tržnemu, inflacijskemu, spremembam obrestnih mer, valutnemu in likvidnostnemu tveganju. Najboljši način za znižanje tveganja je razpršitev premoženja med različne naložbene razrede. »Tveganje je stalna psihološka spremljevalka vsakega gospodarskega načrtovanja. Kakor je vse življenje, vsaka eksistenca, zmeraj le tveganost, ker nima nikoli stabilnega ravnovesja, marveč zmeraj le dinamično labilno, tako velja vse to še posebej za tisto ravnanje, ki je usmerjeno v prihodnost. To je pa ravno gospodarsko načrtovanje, ki je zmeraj tvegano« (Damjan & Možina, 2002, str. 22). Tradicionalne ekonomske in finančne teorije pripisujejo vlagatelju racionalenost in ne naklonjenost tveganju. V praksi se to odraža tako, da razumni vlagatelji praviloma ne iščejo naložb, ki bi jim ob isti donosnosti, kot jo ima druga naložba, prenašale višjo stopnjo tveganja (Groznič, 2001).

Drugi dejavnik je donosnost. Lubej in Stanonik (2009, str. 97–98) pravita: »Donosnost predstavlja motiv in smisel investiranja. Donos opredelimo kot razmerje med donosom in vloženimi sredstvi. Je eden najpomembnejših dejavnikov izbire naložb, saj pritegne večino varčevalcev, investorjev, da se odrečejo trenutni porabi itd. Naložbene odločitve so vedno kompromis med tveganjem, ki ga sprejemamo in donosom, ki ga pričakujemo«. Spodnja slika nam prikazuje povezavo tveganja z donosnostjo. »S tveganjem je tesno povezana donosnost, saj velja, da večja kot je varnost, nižja je donosnost, in obratno varnost in donosnost sta odvisni od naložbene strukture« (Lubej & Stanonik, 2009, str. 81).

Slika 6: Krivulja tveganja in donosnosti



Prirjeno po L. F. Ackert & R. Deavas, *Behaviorial finance*, 2010, str.6.

Tretji od pomembnih dejavnikov je tudi likvidnost. Ta pomeni, kako hitro lahko posameznik unovči svojo naložbo. Različne naložbe imajo različno likvidnost. Odločitev posameznika o likvidnosti naložbe je povezana s tem, kako hitro posameznik potrebuje razpoložljivo gotovino (Grozničnik, 2001).

Stroškovni vidik predstavlja četrti dejavnik pri izbiri naložb. Pri izboru vsake naložbe moramo upoštevati različne stroške kot so transakcijski stroški, vstopne in izstopne provizije, upravljaljske provizije itd. Vsi ti stroški zmanjšujejo donos naložb. Preden se posameznik odloči za izbor naložb mora poznati končne skupne stroške posamezne naložbe.

Peti vidik pri izboru naložb je davčni vidik. Naložbe oziroma dobički iz naložb so davčno različno obremenjeni. Posameznik mora poznati davčno obremenitev posamezne naložbe in ugotoviti ali je zanj naložba davčno ugodna. Davki lahko posamezniku precej znižajo donosnost njegov naložb (Lubej & Stanonik, 2009).

3.7.2 Načini upravljanja premoženja

Glavnik (2005) meni, da posameznik v grobem lahko izbira med tremi načini upravljanja osebnih financ: ne upravlja, upravlja sam, za upravljanje najame pomoč. Prvo skupino posameznikov, ki ne upravlja s svojim premoženjem, zanima, kaj se novega dogaja, kaj si ljudje mislijo o njih itd. Živijo bolj v sedanjosti in se s problemi prihodnosti ne ukvarjajo, zato se ti kopičijo. Za to skupino je značilno, da ne privarčujejo dovolj, presenetijo jih nepredvideni finančni dogodki itd. V drugi skupini so posamezniki, ki upravlja s svojim premoženjem sami. Pri upravljanju osebnih financ potrebujejo osnovna znanja in poznavanje finančnih trgov ter finančnih instrumentov. Za vloženi trud pridobijo nagrado, in sicer lahko informirano odločajo o lastni finančni prihodnosti in svojo finančno usodo vzamejo v svoje roke.

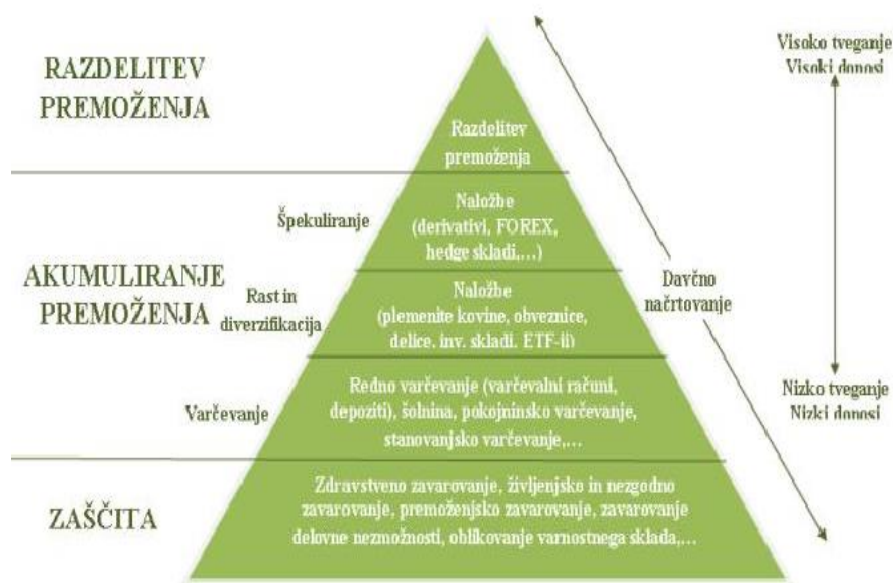
V tretji skupini posamezniki najamejo finančno pomoč. Vložena denarna sredstva in čas, ki ga posamezniki porabijo za storitve kompetentnega finančnega svetovalca, je lahko zanemarljiv v primerjavi z izgubo večjega dela premoženja zaradi napačnih finančnih odločitev (Glavnik, 2005). Tako si posameznik lahko ustvari večje osebno premoženje, ima več denarja in kapitala, je bolj socialno varen in ima posledično boljše kakovost življenja (Balkovec, 2000).

Keown (2003) meni, da je dobro upravljanje z osebnimi financami sestavljeno tudi iz modrosti, da vemo kdaj je potrebno prositi za pomoč finančnega svetovalca. Balkovec (2000) trdi, da naj finančni svetovalac posamezniku ali družini svetuje, kako naj pravilno ustvarjajo premoženje.

3.7.3 Premoženjska piramida

Premoženjska piramida je finančno orodje, ki nam pomaga pri načrtovanju osebnih financ. Načrtovanje premoženjske piramide spominja na gradnjo objekta, je pregledna, enostavna in se lahko prilagaja posameznikovim osebnim željam in trenutni življenjski situaciji. Premoženjsko piramido gradimo od spodaj navzgor. Posameznik mora najprej poskrbeti za svojo zaščito osnovne socialne varnosti in njegove družine. Temu sledi ustvarjanje in akumuliranje premoženja ter njegovo plemenitenje v različnih naložbah. Na koncu pa se posameznik odloča o razdelitvi premoženja na različne dediče. Pri sami izgradnji premoženjske piramide je smotno poiskati pomoč usposobljenega premoženjskega svetovalca. Ta bo posamezniku naredil analizo obstoječega premoženjskega stanja in pripravil akcijski izvedbeni načrt, prilagojen njegovim potrebam in željam (Premoženjska piramida, 2010).

Slika 7: Premoženjska piramida



Vir: Premoženjska piramida, 2010.

Ravni premoženjske piramide so:

I. Zaščita.

Cilj zaščite prve faze je zagotoviti osnovno socialno in finančno varnost v primeru nepričakovanih dogodkov. V to fazo so zajete različne vrste tveganj, ki bi lahko posameznika ali od njega odvisne ljudi, finančno ogrozile (Premoženjska piramida, 2010). Balkovec (2000, str. 36) pravi takole »premoženje v osnovnem pomenu mora poskrbeti za našo oziroma družinsko osnovno socialno varnost, to je tisti temelj, ki bi ga moral ustvariti vsak delovno sposoben in aktiven posameznik v normalno razvitem gospodarstvu itd. Osební ali družinski kapital pomeni najvišjo možno obliko socialne varnosti«. Vezovišek (2014) meni, da posameznik mora za zagotovitev svoje finančne varnosti ali njegove družine urediti ustrezno zaščito na področju delovne sposobnosti, zdravja, življenja in premoženja. Pri tem mora upoštevati starost, višino prihodkov in premoženja, število vzdrževanih članov in status. V načrtu zaščite mora za dosego finančne varnosti definirati strategije na področju, zaščite delovne sposobnosti ali izpada dohodka, zaščite izpada dohodka pri nastanku težjih boleznih ter zaščito svojega premoženja. Svoltjšak Miš (2001) dodaja, da se za vsa naštetá tveganja posameznik lahko zavaruje z različnimi zavarovanji. Posameznik plačuje zavarovalnici določen znesek, zato da si v primeru nepredvidenih škod razdelita stroške. Na takšen način lahko za relativno malo denarja prenese tveganja na zavarovalnico.

II. Akumuliranje premoženja ter plemenitenje.

Damjan & Možina (2002, str. 21) pravita, da je in prva temeljna stvar vsakega še tako preprostega gospodarstva ali gospodinjstva shranjevanje življenjskih potrebščin. Shranjevanje se lahko razširja v varčevanje. Varčevanje ima svojo psihološko korenino v skrbi za varnost in pokritju osnovne eksistence posameznika ali družine. Varčevanje na višji civilizirani stopnji lahko prehaja v kopičenje, kjer posamezniki in ustanove akumulirajo kapital.

Šele po ustrezno urejeni socialni in finančni varnosti je smiselno, da začne posameznik razmišljati o varčevanju za prihodnost in izgradnji premoženja. Glede na svoje cilje in pripravljenost na tveganja lahko izbira med finančnimi in alternativnimi naložbenimi razredi. Alternativni naložbeni razredi so različne zbirke, nepremičnine, plemenite kovine. Finančni naložbeni razredi so delnice, obveznice in debarni inštrumenti in različni skladi, ki so vezani na kapitalske trge. Upoštevati mora časovni horizont in odnos do tveganja (Premoženjska piramida, 2010).

III. Razdelitev premoženja.

Pri tej fazi posamezniki poskušajo narediti učinkovit načrt razdelitve svojega akumuliranega premoženja. Opredelijo izbrane osebe, ki jim želijo podariti svoje imetje in natančno opišejo deleže razdelitve. S tem želijo zagotoviti, da se njihova akumulirana sredstva po njihovi smrti ali še za časa njihovega življenja primerno razdelijo med osebe, ki se mu zdijo primerne za dedovanje. Bogatejši se pri tem poslužujejo tudi

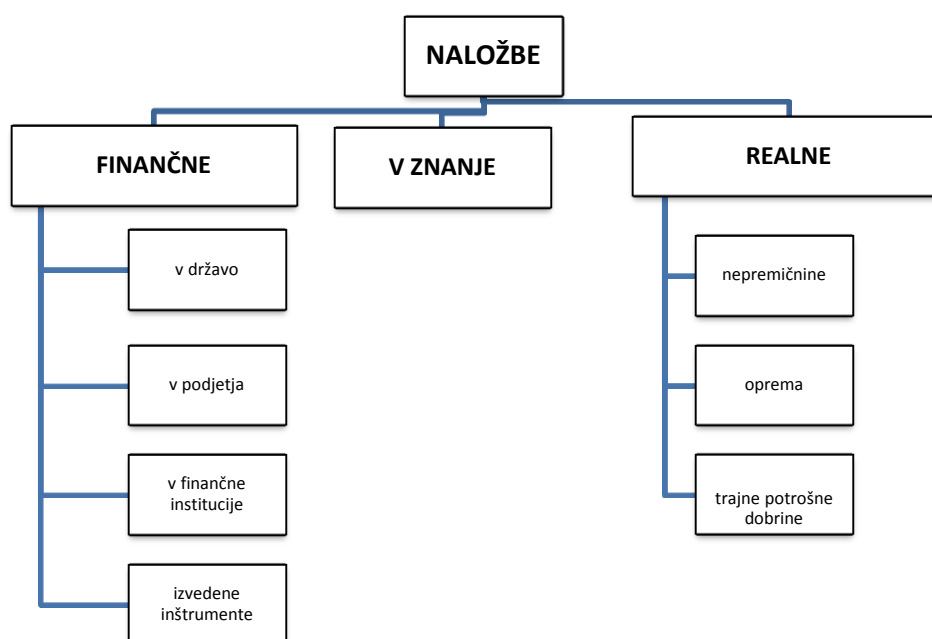
posebnih skladov, ki podpirajo različne dobrodelne organizacije (Premoženska piramida, 2010).

3.7.4 Vrste naložbenih alternativ

S svojo dejavnostjo posamezniki pridobivajo denarna sredstva, ki jih delno lahko porabijo za tekočo potrošnjo. Preostali del, tako imenovane prihranke, pa lahko naložijo v različne naložbe, neposredno ali posredno preko finančnih institucij (Mramor, 1993).

Svoje prihranke lahko posameznik plemeniti pri različnih finančnih institucijah v različnih naložbenih oblikah. Finančne institucije so podjetja, ki se ukvarjajo s posli na trgu kapitala in denarja. Na finančnem trgu obstaja množica različnih naložbenih alternativ, med katerimi lahko posameznik izbira (Lubej & Stanonik, 2009). Vezovišek (2014) meni, da posameznik pri izbiri naložbenih alternativ mora upoštevati tudi opredeljene finančne cilje, izkušnje z različnimi finančnimi produkti, stroške, davčno zakonodajo ter naložbeno strategijo. Pri tem se mora zavedati, da idealnih produktov ni. Vsak ima svoje prednosti in slabosti, zato lahko optimalno rešitev sestavi le s kombinacijo različnih finančnih produktov in pomočjo osebnega neodvisnega finančnega svetovalca. Mramor (1993) na shemi prikazuje temeljno delitev naložb na realne, finančne in naložbe v znanje.

Slika 8: Temeljna delitev naložb



Vir: D. Mramor, *Uvod v poslovne finance*, 1993, str. 112.

Vezovišek (2014) predlaga, da posameznik razdeli svoje premoženje med različne varčevalne ali naložbene razrede. Ti so lahko tradicionalni ali alternativni. Med tradicionalne naložbene razrede sodijo gotovina in denar v banki, vrednostni papirji (delnice, obveznice) ter nepremičnine in zemljišča. Med alternativne naložbene razrede pa sodijo materiali, surovine,

plemenite kovine, različne zbirke, hedge skladi, private equity skladi in različne naložbe v start-up podjetja.

Madura (2014) meni, da mora pred investiranjem posameznik podrobno pregledati stanje osebnih financ. Najprej mora poplačati dolgove in obveznosti. V primeru, ko so obrestne mere pri dolgovih višje od pričakovane donosnosti naložbe, naj posameznik investiranje opusti. Prva prioriteta pri investiranju naj bo zagotovitev potrebne likvidnosti. Potrebno likvidnost se najlažje zagotovi z investiranjem v depozite ali denarne sklade, pri katerih je donosnost nizka. Ko se zagotovi ustrezno stopnjo likvidnosti se lahko preostala sredstva naloži v naložbe, ki prinašajo višnjo stopnjo donosnosti, a hkrati tudi višja tveganja.

3.7.5 Osebnostne in vedenjske finance

Dandanes se pri raziskovanju človekovega ekonomskega vedenja srečujejo različne znanosti in stroke od ekonomije, psihologije, trženja, kognitivnih in nevro znanosti pa do financ (Ackert & Deaves, 2010). Pomemben del odločitev pri investiranju vključuje vedenje in psihološke dejavnike posameznika. Kompleksnost pri odločanju o investicijskih naložbah se zaradi čustvenih procesov, posameznikovih osebnostnih lastnosti in kognitivnih napak le še povečuje. Začetnik temeljne strategije vlaganja »value investinga« Ben Graham, trdi, da posamezniki, ki ne morejo obvladati svojih čustev, ne morejo dolgoročno ustvarjati dobička (Baker, 2015). Danes strokovnjaki izpostavljajo modele v finančni teoriji, ki upoštevajo, da so vlagatelji racionalni, da so ljudje iz mesa in krvi ter da včasih delajo napake. Zato je tudi poznavanje psiholoških in vedenjskih dejavnikov pomembno pri celostno urejenih osebnih finančnih in njihovem upravljanju (Ackert & Deaves, 2010).

Posamezniki pogosto vidijo finančno načrtovanje in investiranje kot zastrašujoče, še posebej če se morajo s tem področjem ukvarjati sami. Bojijo se, da bi naredili napake, ki bi jih drago stale in bi vplivale tako na sedanje kot na bodoče finančno blagostanje (Baker, 2015). Damjan in Možina (2002, str. 22) pravita takole: »Tako je kalkulacija ali špekulacija isto kot predvidevanje. Gospodarjenje je predvidevanje prihodnosti, se pravi okoliščin, ki usmerjajo gospodarstvo in določajo njegove zunanje dejavnike ... Tu se ljudje po svoji psihološki strukturi zelo razločujejo med seboj. Pravimo, da imajo različen gospodarski čut, kar pa je zdaj isto kot različen realističen čut«.

Pri izbiranju in upravljanju naložb posamezniki tekmujejo z drugimi udeleženci na trgu, zato je dobro vedeti, kako se drugi vlagatelji obnašajo in na kaj morajo biti pozorni pri lastnem naložbenem ravnanju. Nekateri najbolj pomembni psihološko naložbeni dejavniki so:

- **Prevelika zaverovanost glede dobljenih finančnih informacij oziroma precenjevanje samega sebe**

Psihologi so ugotovili, da je v človeški naravi nagnjenje k precenjevanju lastnih sposobnosti. Posamezniki lahko kakovost pridobljenih informacij in svojo sposobnost analiziranja naložb ocenijo pravilno ali napačno. Dobrim informacijam lahko dajo

prevelik pomen in jih ocenijo pretirano pozitivno, slabe pa vidijo še bolj črnogledno in jih ocenijo še slabše kot so v resnici. Prenagljenost je lahko neracionalna in lahko pripelje do pretiranih nihanj cen vrednostnih papirjev. V splošnem sta na področju osebnih financ pomembna dva vidika pretirane samozavesti: preoptimistično vrednotenje lastnega finančnega stanja in spodbujanje k samostojnemu vlaganju na finančnih trgih (Groznič, 2001).

- **Boljši spomin za dobre kot slabe stvari**

Vedenjski ekonomisti temu učinku pravijo tudi izogibanje izgubam. Eksperimentalno so primerjali, kako nepričakovan negativen dogodek in nepričakovan pozitiven dogodek vpliva na posameznika. Naredili so eksperiment, kjer je posameznik našel bankovec na ulici (nepričakovan pozitiven dogodek) in kjer je izgubil enako vreden bankovec (nepričakovan negativen dogodek). Ugotovili so, da posamezniki negativne dogodke občutijo intenzivnejše in močnejše, kljub temu, da je šlo za enako vsoto denarja. V osebnih financah to pomeni, da posamezniki odlašajo s prodajo slabih naložb, v upanju, da se bodo povrnila na prvotno raven in da ne bodo občutili občutka dejanske izgube (Vedenjske finance, 2008).

- **Nepriiznavanje napak**

Boot, Prendergast in Stole (v Groznič, 2001, str. 19) pravijo: »Ko je investicijska napaka storjena, se jo pogosto bojijo priznati. Velikokrat to drži za managerje v podjetjih pa tudi profesionalne in neprofesionalne prodajalce premoženja. Slabe naložbe zaradi bojazni, da bi prodaja pomenila priznanje napačne ocene pri nakupu, zato pogosto predolgo ostajajo v premoženjskih portfeljih«.

- **Pretirano optimistično napovedovanje**

Na odločitve in čustva vlagateljev pogosto še dodatno vplivajo mediji, različni »poznavalci« finančnih trgov in različne finančne institucije, ki imajo v ozadju svoje interese. Vlagatelji morajo pogledati širšo sliko in te interese prepoznati. Prodajalci finančnih storitev morajo po svoji dolžnosti biti pretirano optimistični glede stanja na finančnih trgih, saj živijo na račun provizij (Ackert & Deaves, 2010).

- **Razvrščanje po predalih ali pripravljenost več tvegati s hitro pridobljenim premoženjem**

Posamezniki se do denarja obnašajo različno, glede na okoliščine v zvezi z njim. Ta vidik lepo opiše tudi pregovor »kakor pridobljeno, tako izgubljeno«. Posamezniki so bolj pripravljeni tvegati s premoženjem, do katerega so prišli po hitrejšem in lažjem načinu kot z denarjem, ki so ga pridobili s trdim delom. V financah se to kaže, ko si na kapitalskih trgih posamezniki ustvarijo dobiček, ki ga mentalno drugače in z višjo stopnjo tveganja obravnavajo kot prvotno vloženo glavnico (Vedenjske finance, 2008).

- **Hazardska zmota**

»Vlagatelji pogosto verjamejo, da se neki dogodek (na primer: skokovita rast ali upad cen premoženja, dobiček na lotu ali v igralnici) ne bo ponovil samo zato, ker se je zgodil pred kratkim« (Hirschleifer v Groznik, 2001, str. 19).

- **Čustveno razpoloženje, morala, moda, govornice**

Različne empirične študije so potrdile, da se vlagatelji pogosto odločajo na podlagi osebnih prepričanj, splošnega čustvenega razpoloženja, govoric, medijev, morale ali tudi modnih smernic. Nekateri investirajo tudi na podlagi različnih nepreverjenih govoric, internetnih forumov in mnenj drugih. Pri vsem tem je smiselno, da posameznik razmisli o razmerju med razumsko analizo donosnosti in tveganosti naložbe in morebitnimi vpletenimi čustvi, ki so povezani z naložbo. Ko čustva prevladajo, se posamezniku dolgoročno zmanjšuje verjetnost ustvarjanja dobičkov (Ackert & Deaves, 2010).

3.8 Spremljanje, ažuriranje, revidiranje osebnih financ

»Načrtovanje osebnih financ je proces in ne produkt. Prvi korak pri tem je definicija odnosa med stranko in svetovalcem, in ta korak je lahko najpomembnejši. Zato je glavna naloga svetovalca, da stranki pojasni celoten proces« (Rattiner v Vezovišek, 2014, str. 51).

Ker je edina stalnica v življenju sprememba, je tudi finančno načrtovanje proces, ki ga je potrebno stalno spremljati. Spremembe najlažje obvladujemo z rednimi revizijami. Te je potrebno konstantno opravljati. Najbolj optimalno je po enem letu od izdelave in implementacije finančnega načrta. Na začetni stopnji akumulacije premoženja naj si revizije sledijo na tri leta, v vseh drugih primerih pa enkrat na leto. Takojšnja revizija je potrebna pri večjih spremembah okolja (selitev v drugo državo, huda finančna kriza itd.) ali spremembi posameznikovega statusa (poroka, ločitev, rojstvo otrok, zmanjšanje prihodkov za 10 odstotkov ustanovitev podjetja itd.) (Vezovišek, 2014).

3.9 Osebno finančno svetovanje

Clark v (Vezovišek, 2014, str. 49) »Osebnega finančnega svetovalca definira kot usposobljenega profesionalca, ki posameznikom pomaga pri upravljanju osebnih financ in načrtovanju za prihodnost. Je oseba, ki na osebne finance gleda celostno, z upoštevanjem posameznikovega trenutnega in prihodnjega finančnega položaja in njegovih ciljev. Z načrtnim načrtovanjem posameznikom pomaga pri izbiri investicij in tudi načrtovanju prihodkov in izdatkov, vzdrževanju naložbenega portfelja, davčnih optimizacij investicij ter načrtovanju pokojnine«.

Keown (2003) pravi, da za osnovno upravljanje osebnih financ obstajajo orodja in nasveti. Bolj ko ima posameznik nenavadno, specifično finančno situacijo, bolj potrebuje nasvet finančnega svetovalca. Ta lahko na primer pregleda osebni finančni načrt, ki ga je posameznik že naredil in izpostavi napake v njem, predlaga izboljšave, na podlagi ciljev, vrednot in interesov posameznika. Brez osnovnega razumevanja financ, posameznik težko preceni

koristi predlogov finančnega svetovalca. Zato je izjemno pomembno, da poiščemo osebo, ki je kompetentna in vredna zaupanja. V primeru, ko gre kaj narobe, posledice nosi posameznik sam. Leopold (v Vezovišek, 2014) meni, da je neodvisni finančni svetovalec tisti, ki za svetovanje prejema plačilo. Temeljno načelo neodvisnosti temelji na tem, da kakovost storitve ostane enaka, ne glede na osebne interese svetovalca ali tretje osebe. Storitev posameznik plača na koncu po vnaprej dogovorjenem honorarju.

3.10 Finančna pismenost in finančni IQ posameznika

Po besedah Annamarie Lusardi, strokovne direktorice Centra za globalno finančno pismenost (angl. genetic fuzzy logic controller, v nadaljevanju GFLC), je finančna pismenost enako pomembna za popolno vključitev v današnjo družbo, kot je bila v industrijski družbi sposobnost branja in pisanja (Vezovišek, 2014).

Finančna pismenost je ena izmed vrst pismenosti. Predstavlja sposobnost uspešnega ravnanja z denarjem. To znanje naj bi posameznik imel zato, da bi lahko sprejemal pravilne odločitve glede iskanja virov prihodka, nepremičnin, zavarovanj, varčevanj, investicij, pokojnine in davčnega načrtovanja. Lahko se jo tudi definira kot sposobnost branja, analiziranja, upravljanja in komuniciranja o osebnih finančnih pogojih, ki vplivajo na materialno blagostanje (Financial Literacy, 2013). Definicija finančne pismenosti v raziskavi PISA 2012 je naslednja: "Finančna pismenost je posameznikovo poznavanje in razumevanje finančnih pojmov in veščin, zajema pa tudi motivacijo in samozavest, da uporabi to poznavanje in razumevanje pri sprejemanju učinkovitih odločitev v različnih finančnih kontekstih, da izboljša finančno stanje posameznikov in družbe in da lahko sodeluje v ekonomskih odločitvah" (Šterman & Ivančič, 2013, str. 31).

Finančna inteligenca je ena izmed človekovih inteligenc. Je sposobnost upravljanja denarja, z namenom maksimiranja njegove vrednosti. Finančna inteligenca je skupek treh sposobnosti: kako s svojim delom zaslužiti čim več, kako čim več tega denarja obdržati in kako narediti, da bo ta denar delal za nas. Ta inteligenca ni prirojena, ampak se je lahko naučimo. S povečanjem finančne pismenosti se poveča tudi finančna inteligenca (Furnham & Argyle, 1998).

Avtor številnih knjižnih uspešnic Kiyosaki (2011) izpostavlja pomen finančnega IQ-ja, ki opazuje, da imajo v današnjem svetu finančne težave tako revni kot bogati. Prvi si ne morejo na primer privoščiti nakupa hiše ali avtomobila in imajo na splošno premalo denarja. Drugi pa imajo preveč denarja, ki ga morajo imeti na varnem. Pri tem ne vedo ali jih imajo ljudje radi zaradi njih samih ali zaradi njihovega denarja, vzgajajo razvajene otroke, državi pa plačujejo ogromne davke. Revni imajo celo življenje finančne težave. Samo posedovanje denarja pa ne reši finančnih težav. Ne glede na količino denarja imajo posamezniki občutek, da je tega vedno premalo. »Bogati postajajo še bogatejši, ker znajo reševati finančne težave. V finančnih težavah vidijo priložnosti, da se kaj novega naučijo, da osebno zrastejo, da postanejo pametnejši in bogatejši. Bogati vedo, da višji, kot je njihov finančni IQ, z večjo težavo se

lahko spoprimejo in posledično zaslužijo več denarja. Namesto da bi bežali, se izogibali ali sprenevedali, da finančne težave ne obstajajo, se bogati veselijo finančnih težav, ker to vzamejo kot priložnost, da lahko postanejo pametnejši in posledično bogatejši" (Kiyosaki, 2011, str. 30).

4 RAZISKAVA O OSEBNIH FINANCAH IN VPLIVU NA STRES

4.1 Nameni, cilji in hipoteze raziskave

Glavni namen raziskovalnega dela magistrske naloge je ugotoviti, kako so osebne finance povezane s stresom posameznika. Namen je tudi ugotoviti, kako lahko z ustreznim finančnim načrtovanjem in s pomočjo neodvisnega osebnega finančnega svetovalca zmanjšamo ali odpravimo stres.

Glavni cilji raziskovalnega dela na empiričnem področju so:

- ugotoviti povezavo med neurejenimi osebnimi financami ter stresom,
- ugotoviti ali posamezniki, ki imajo osebnega finančnega svetovalca, doživljajo manjšo mero stresa zaradi svojih osebnih financ,
- primerjati raven stresa, ki so ga anketiranci doživljali, pred rednim sodelovanjem z neodvisnim osebnim finančnim svetovalcem podjetja X z ravniyo stresa, ki ga trenutno doživljajo,
- ugotoviti, iz katerih področij osebnih financ izvira stres,
- primerjati, kako imajo posamezniki urejena področja osebnih financ, pred rednim sodelovanjem z neodvisnim osebnim finančnim svetovalcem podjetja X, ter kako imajo posamezniki urejena področja osebnih finance, ko vsaj pol leta redno sodelujejo z neodvisnim osebnim finančnim svetovalcem podjetja X.
- ugotoviti, v kakšni meri so uporabniki svetovalnih storitev zadovoljni s kakovostjo storitev,
- s pomočjo ankete in kvantitativne analize pridobiti informacije, ki jih bomo primerjali s predstavljenimi teoretičnimi koncepti, raziskavami iz tujine in izkušnjami iz prakse.

Hipoteze raziskave

Za izvedbo raziskovanja smo postavili štiri hipoteze, ki jih želimo v nadaljnjem raziskovalnem delu preveriti.

H1: Področje osebnih financ lahko povzroča stres posameznikom.

H2: Stres na področju osebnih financ lahko izvira iz prevelike porabe, neustreznega varčevanja in finančne nepismenosti.

H3: Neodvisno osebno finančno svetovanje lahko zmanjša stres posameznika.

H4: Celostno finančno načrtovanje (ugotovitev trenutnega stanja, definiranje finančnih ciljev, upravljanjem osebnih financ) lahko vodi do zmanjšanja stresa.

4.2 Postopek raziskave

Primarne podatke smo zbrali s pomočjo spletne ankete. Raziskava je bila izvedena od 28. 10. 2015 do 5. 11. 2015. Anketa je bila poslana na 580 spletnih naslovov, ki smo jih pridobili v bazi strank izbranega osebnega finančnega svetovalnega finančnega podjetja X. K sodelovanju smo jih pozvali preko elektronske pošte in jim poslali povezavo do spletne ankete. Anketa je bila poslana strankam, ki so vsaj pol leta redno sodelovali z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X. V vzorec smo zajeli posameznike v starostni skupini od 20 do 80 let. Cilj je bil pridobitev 100 anketnih vprašalnikov, ki so v celoti izpolnjeni in ustrezajo zahtevanim pogojem.

4.3 Raziskovalne metode

V ekonomiji in poslovnem svetu so najpogostejše metode zbiranja podatkov intervjuji, ankete, opazovalne študije in eksperimenti (Bregar & Ogriješek, 2008). V empiričnem delu magistrskega dela smo uporabili raziskovalno metodo ankete uporabnikov, ki sodelujejo z neodvisnim finančnim svetovalcem svetovalnega podjetja X. Anketo smo izbrali, ker za razliko od naštetih metod zbiranja podatkov, ne vključuje neposrednega stika z udeleženci raziskave. Na ta način smo želeli ohraniti visoko stopnjo anonimnosti strank podjetja.

V raziskavi smo uporabili spletno anketo z individualnimi vabili, ki smo jih poslali med stranke podjetja, ki izpolnjujejo zgoraj opisane kriterije. Brežnik, Bele in Cek (2011, str. 6) trdijo: »Spletne ankete so le ena vrsta internetnih anket, so posebna vrsta računalniško podprtega samoanketiranja, pri katerem respondenti odgovarjajo na anketni vprašalnik, brez pomoči anketarja, pri tem pa uporabljajo osebni računalnik in internet«.

Spletno anketo smo izbrali zaradi relativno majhnih stroškov izvedbe ter same hitrosti zbiranja podatkov. Prav tako smo spletno anketo izbrali, ker smo hoteli izničiti vpliv anketarja in posledične pristranskosti odgovorov, kar predvsem pride v poštev pri občutljivih temah, kot so osebne finance in stres, ki veljajo za občutljivo in intimno tematiko.

Brežnik et al. (2011, str. 7) opozarjajo, da je: »velika pomanjkljivost spletnih anket nemotiviranost respondentov, da začnejo odgovarjati in potem, da ne izpolnijo celoten vprašalnik. Poleg tega tudi ne vemo ali je respondent pravilno razumel vprašanje in sledil navodilom.« Da bi omilili to problematiko, smo v poslani elektronski pošti dodali spremno besedilo, v katerem smo navedli pomembnost in relevantnost raziskave ter tematike za posameznika in slovensko družbo nasploh. Na ta način smo hoteli stranke podjetja motivirati, da pristopijo k reševanju ankete.

Anketni vprašalnik je instrument, s katerim v anketi zbiramo želene podatke. Vprašalnik je oblikovan iz vnaprej opredeljenih vprašanj, pri katerih je predvidena tudi oblika odgovorov (Bregar & Ograjenšek, 2008). Oppenheim (v Lamut & Macur, 2012, str. 158–159) pravi tako: »Anketni vprašalnik ni le seznam vprašanj ali oblika, ki jo je treba izpolniti. Je predvsem znanstven instrument za merjenje in zbiranje določenih vrst podatkov.« V raziskavi smo uporabili strukturiran vprašalnik, kjer so vsem anketirancem postavljena enaka, vnaprej strukturirana vprašanja in odgovori. Naš spletni strukturiran vprašalnik je vseboval 12 vprašanj. Brežnik et al. (2011, str. 9) trdijo, da: »Spletni vprašalnik predstavlja komunikacijski kanal z respondentom, zaradi česar je ustrezna izvedba oblike in objave anketnega vprašalnika ključnega pomena. Oblika vprašalnika v spletnih anketah je zaradi samega anketiranja zelo pomembna, saj respondent nima možnosti, da bi komuniciral z anketarjem v primeru morebitnih težav ali nejasnosti in hkrati vpliva na kakovost raziskave.« Pri oblikovanju anketnega vprašalnika smo bili pozorni, da je anketni vprašalnik sestavljen logično, da so postavljena jasna in razumljiva vprašanja, da je pregleden in da so vprašanja, ki se nanašajo na podobno tematiko v skupnih sklopih."

Anketo smo opravili s pomočjo spletnega vprašalnika, ki je bil razdeljen na 5 sklopov. Vprašalnik je bil izdelan izključno za namene magistrske naloge.

V prvem delu anketnega vprašalnika z vprašanji Q1, Q2, smo najprej preverili, kako so posamezniki imeli urejena področja osebnih financ pred sodelovanje z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X, in kako imajo trenutno urejena področja osebnih financ. V tem sklopu smo z vprašanjem Q3 želeli preveriti tudi, kako pogosto so občutili stres pred sodelovanjem z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X in kako pogosto trenutno doživljajo stres.

V drugem delu vprašalnika smo z vprašanji Q10_2, Q6 želeli dobiti informacije o fizičnih, čustvenih, kognitivnih in vedenjskih posledicah stresa.

V tretjem delu vprašalnika smo z vprašanji Q5 želeli pridobiti informacije o stanju na področju vodenja osebnega proračuna, varčevanja, finančni pismenosti in postavljanju finančnih ciljev pri posamezniku.

V četrtem delu vprašalnika so bila vprašanja (Q7, Q8), ki se nanašajo na posameznikov pogled na neodvisno finančno svetovanje podjetja X. V zadnjem delu vprašalnika so bila socialno-demografska vprašanja o spolu, starosti, izobrazbi in višini mesečnega dohodka posameznika. S pomočjo anketnega vprašalnika smo poskušali pridobiti kvalitetne vhodne primarne podatke, za nadaljnjo kvantitativno obdelavo podatkov.

5 REZULTATI RAZISKAVE

Podatke smo zbrali s pomočjo spletnega vprašalnika, ki smo ga izdelali v spletnem orodju »1ka«. Izbrani potencialni anketiranci so dobili po elektronski pošti vabilo in povezavo do spletne ankete. Skupno število respondentov, ki so se odzvali in kliknili na anketo, je bilo

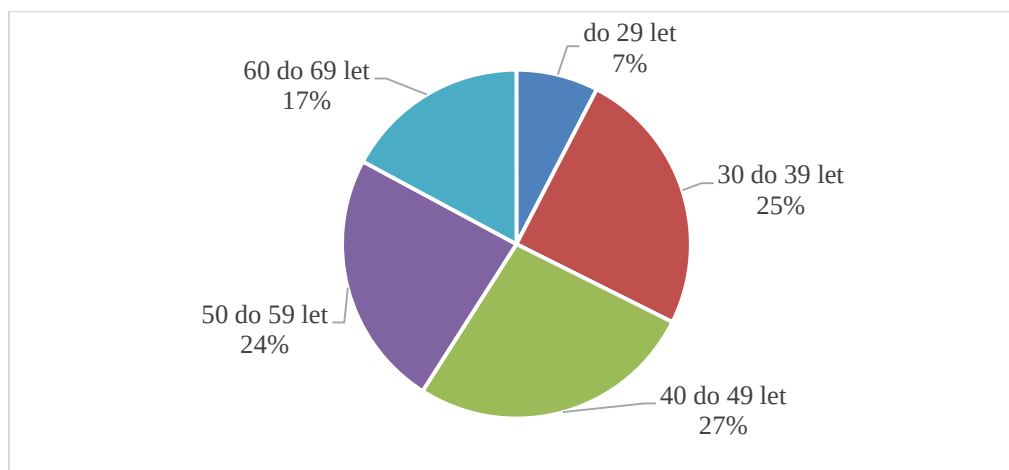
145. V celoti pa je anketo izpolnilo 106 anketirancev. Pridobljene podatke smo izvozili, ustrezno uredili in obdelali s pomočjo statističnega programa SPSS. Pridobljene in analizirane podatke smo ustrezno grafično opremili, ter jih interpretirali in povezali z obravnavano teorijo.

5.1 Demografske značilnosti anketirancev

Demografske podatke smo pridobili z zadnjim sklopom vprašanj. Vzorec sestavlja 53,47 % moških in 46,53 % žensk. Iz tega podatka lahko ugotovimo, da je spolna sestava vzorca približno enako zastopana. Iz spodnje slike, ki prikazuje starostno strukturo anketirancev lahko sklepamo, da so naj številčneje zastopane tri starostne skupine od 40–49 let s 26,67 % od 30–39 let s 24,76 % in od 50–59 let s 23,81 %.

Najmanj zastopane sta bili skupini do 29 let s 7,62 % in skupina od 60 do 69 let s 17,14 %, iz česar lahko sklepamo, da so stranke podjetja večinoma zaposleni in delovno aktivni prebivalci, ki prejemajo mesečne prihodke.

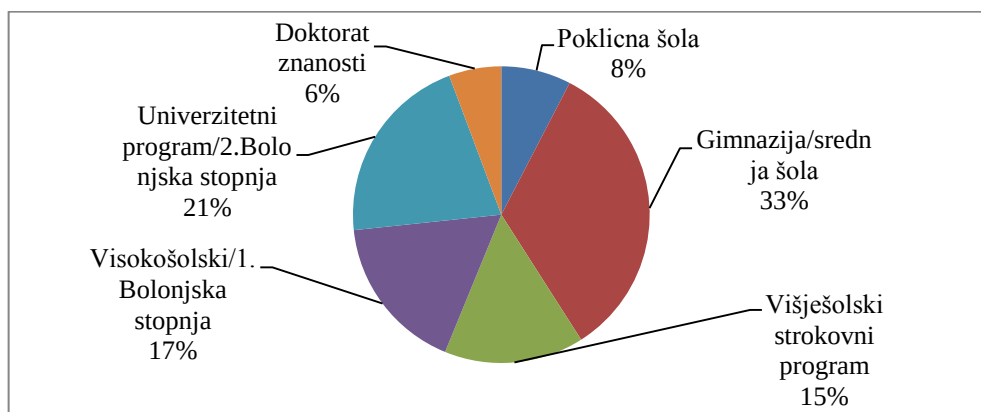
Slika 9: Starostna struktura



Iz slike št. 11 lahko razberemo izobrazbeno strukturo. Največ anketirancev (33,33 %) so opravili gimnazijsko maturo oziroma imajo opravljeno 5. stopnjo izobrazbe. Druga skupina (20,95 %) so opravili 2. bolonjsko stopnjo, oziroma univerzitetni študij. Tretja skupina (17,14 %) so opravili 1. bolonjsko stopnjo, oziroma višješolski študij. Četrta skupina (15,24 %) so opravili visoko šolo.

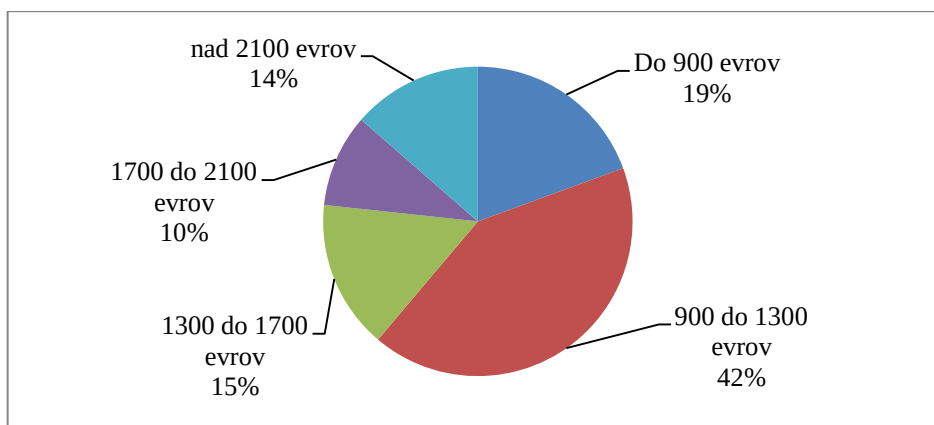
Najmanj zastopani so doktorji znanosti s 5,71 % in anketiranci, ki imajo opravljeno poklicno srednjo šolo, takih je v vzorcu 7,62 %. V anketi nismo zasledili nobenega anketiranca z nižjo stopnjo izobrazbe od poklicne šole.

Slika 10: Izobrazbena struktura



Na sliki št. 11 je prikazan neto mesečni dogodek. Največ anketirancev (41,75 %) ima neto mesečni dohodek med 900–1300 € na mesec. Najnižji mesečni dohodek do 900 € ima 19,42 % anketirancev. Najvišji mesečni dohodek, nad 2100 €, pa ima 13,59 % anketirancev. Neto mesečni med 1300–1700 € ima 15,53 %. Najmanjši odstotek anketirancev (9,71 %) ima mesečni dohodek med 1700–2100 €.

Slika 11: Neto mesečni dohodek



5.2 Urejenost osebnih financ anketirancev

Z vprašanjema Q1 in Q2 v prvem delu vprašalnika smo hoteli primerjati, kako so posamezniki imeli urejena področja osebnih financ (splošnega stanja, upravljanja, zavarovanj, načrtovanja in varčevanj) pred sodelovanjem z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X, in kako imajo ta področja osebnih financ trenutno urejena.

Q1. Kako bi ocenili stanje urejenosti svojih osebnih financ pred sodelovanjem z neodvisnim finančnim svetovalcem?

Anketiranci so ocenjevali stanje urejenosti svojih osebnih financ pred sodelovanjem z neodvisnim finančnim svetovalcem z ocenami od 1 do 5, kar pomeni: 1-popolnoma neustrezno urejeno; 2-neustrezno urejeno; 3-zadovoljivo urejeno; 4-dobro urejeno; 5-odlično. Tabela 3

prikazuje število veljavnih odgovorov, povprečne vrednosti, mediano, modus in standardni odklon.

Tabela 3: Stanje urejenosti svojih osebnih financ pred sodelovanjem z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X.

	Veljavni	Povprečna vrednost	Mediana	Modus	Standardni odklon
Q1a Kako bi ocenili splošno stanje svojih osebnih financ?	107	2,75	3,00	3	0,89
Q1b Kako bi ocenili stanje na področju upravljanja vaših naložb (delnic, obveznic, skladov, itd.) ?	106	2,38	2,00	3	0,95
Q1c Kako bi ocenili urejenost vaših zavarovanj?	106	2,67	3,00	3	0,99
Q1d Kako bi ocenili stanje na področju načrtovanja svojih osebnih financ?	106	2,59	3,00	3	0,96
Q1e Kako bi ocenili urejenost vaših varčevanj?	105	2,57	3,00	3	1,01

Kot je razvidno iz zgornje tabele, povprečne vrednosti prikazujejo, da so anketiranci v povprečju opredelili višjo vrednost od 2. Najnižja povprečna vrednost (2,38) je dosežena pri vprašanju Q1b: »Kako bi ocenili stanje na področju upravljanja vaših naložb (delnic, obveznic, skladov, itd.)?« Iz tega lahko sklepamo, da so anketiranci pred začetkom sodelovanja z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X ocenili, kot najmanj urejeno področje upravljanja svojih naložb (delnic, obveznic, skladov, itd.). Najvišja povprečna vrednost (2,75) je dosežena pri vprašanju Q1a: »Kako bi ocenili splošno stanje svojih osebnih financ?« Standardni odklon prikazuje, da so bili rezultati najbolj razpršeni pri trditvi Q1e: »Kako bi ocenili urejenost vaših varčevanj?«

Q2. Kako bi ocenili trenutno stanje urejenosti svojih osebnih financ?

Iz tabele številka 4 je razvidno, da povprečne vrednosti prikazujejo, da so anketiranci v povprečju opredelili višjo vrednost od 3. Če primerjamo povprečne vrednosti s stanjem urejenosti svojih osebnih financ pred sodelovanjem z neodvisnim finančnim svetovalcem, (tabela 3) vidimo, da so vse povprečne vrednosti večje, kar pomeni, da anketiranci ocenjujejo boljše stanje osebnih financ na vseh primerjanih področjih. Pri tem se moramo zavedati pristranskosti raziskave, saj nezadovoljni posamezniki niso več stranke podjetja.

Tabela 4: Trenutno stanje urejenosti osebnih financ

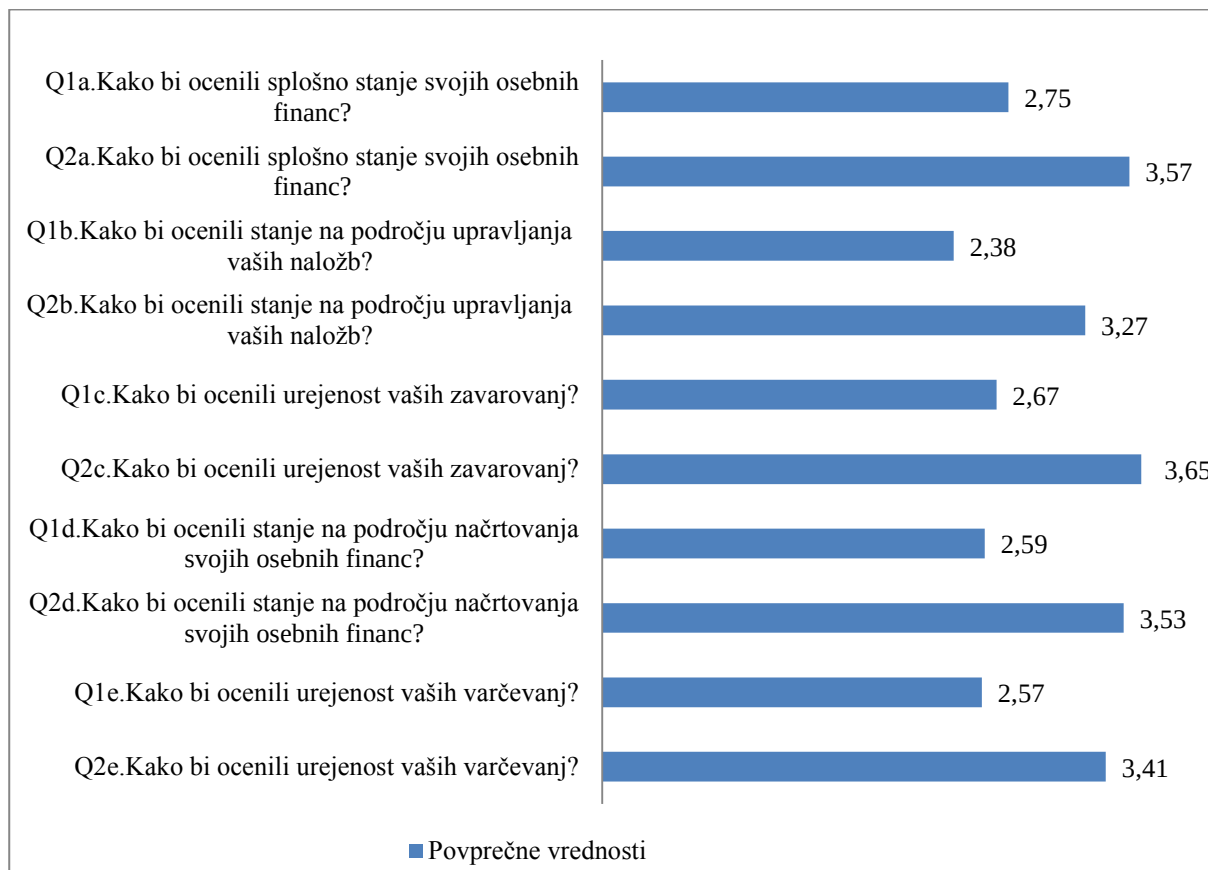
	Veljavni	Povprečna vrednost	Mediana	Modus	Standardni odklon
Q2a Kako bi ocenili splošno stanje svojih osebnih financ?	105	3,57	4,00	4	0,96
Q2b Kako bi ocenili stanje na področju upravljanja vaših naložb (delnic, obveznic, skladov, itd.) ?	103	3,27	3,00	4	1,08
Q2c Kako bi ocenili urejenost vaših zavarovanj?	103	3,65	4,00	4	1,01
Q2d Kako bi ocenili stanje na področju načrtovanja svojih osebnih financ?	102	3,53	4,00	4	0,94
Q2e Kako bi ocenili urejenost vaših varčevanj?	101	3,41	4,00	4	1,06

Najnižja povprečna vrednost (3,27) je dosežena pri vprašanju Q2b: »Kako bi ocenili stanje na področju upravljanja vaših naložb (delnic, obveznic, skladov, itd.)?« Na podlagi analize lahko trdimo, da se je povprečna vrednost ocene stanja na področju upravljanja naložb povečala za 0,89 (ocene 1–5). Po najmanj pol letnemu rednem sodelovanju z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X, pa še vedno predstavlja, po oceni anketirancev, povprečno najmanj urejeno področje osebnih financ.

Najvišja povprečna vrednost (3,65) je dosežena pri vprašanju Q2c: »Kako bi ocenili urejenost vaših zavarovanj?« Iz tega lahko povzamemo, da so anketiranci v povprečju ocenili, kot svoje trenutno najboljše ustrezno urejeno področje osebnih financ, področje zavarovanj.

Standardni odklon prikazuje, da so bili rezultati najbolj razpršeni pri trditvi Q2b: »Kako bi ocenili stanje na področju upravljanja vaših naložb (delnic, obveznic, skladov, itd.)?« Iz tega lahko povzamemo, da so nekateri anketirani ocenili stanje upravljanja svojih naložb, kot zelo dobro urejenega, nekateri pa, kot popolnoma neustrezno urejenega. Najmanjši standardni odklon je bil pri vprašanju Q2d: »Kako bi ocenili stanje na področju načrtovanja svojih osebnih financ?« Pri tem vprašanju so rezultati anketirancev imeli veliko koncentracijo statističnih enot okoli aritmetične sredine.

Slika 12: Povprečne vrednosti stanja urejenosti osebnih financ pred sodelovanjem in trenutne povprečne vrednosti stanja urejenosti osebnih financ



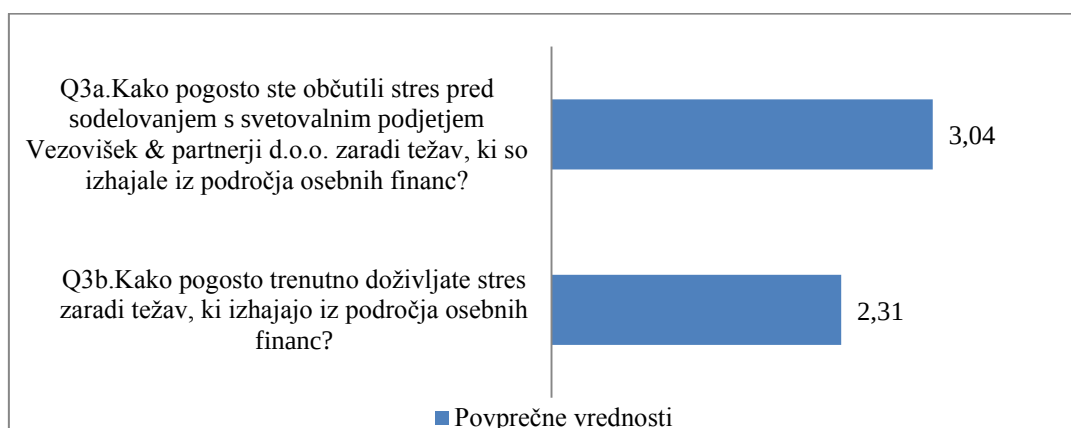
Iz slike 12, ki prikazuje povprečne vrednosti stanja urejenosti osebnih financ pred sodelovanjem z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X in trenutne povprečne vrednosti stanja urejenosti osebnih financ. Razvidno je, da je največja absolutna razlika 0,98 (ocene 1–5) v povprečni vrednostih pri vprašanju: »Kako bi ocenili urejenost vaših zavarovanj?«

Lahko sklepamo, da so na tem področju anketiranci zaznali največjo spremembo, oziroma so po sodelovanju z neodvisnim osebnim finančnim svetovalcem, na tem področju dobili največjo dodano vrednost.

Q3. Kako pogosto ste občutili stres pred in po sodelovanju s svetovalnim podjetjem?

V sliki št. 13 je prikazana povprečna vrednost stresa pred sodelovanjem z neodvisnim finančnim svetovalcem svetovalnega podjetja X, ki je znašala 3,04. Trenutna povprečna vrednost stresa, oziroma povprečna vrednost stresa po najmanj pol letnem sodelovanju s finančnim svetovalcem, pa znaša 2,31. Iz tega lahko sklepamo, da se je povprečna vrednost stresa po sodelovanju z neodvisnim osebnim finančnim svetovalcem podjetja X, zmanjšala.

Slika 13: Stres »pred in po« sodelovanju z neodvisnim finančnim svetovalnim podjetjem X



5.3 Simptomi in posledice stresa pri anketirancih

Z vprašanji Q10_2, Q6 smo v drugem delu vprašalnika hoteli pridobiti informacije o fizičnih, čustvenih, kognitivnih in vedenjskih simptomih in posledicah stresa.

Q10. Kako pogosto zaznate vsaj enega izmed navedenih simptomov stresa?

Tabela 5: Simptomi stresa (fizični, čustveni in kognitivni)

	Veljavnih	Povprečna vrednost	Mediana	Modus	Standardni odklon
Q10_2a Glavoboli, bolečine v mišicah ali prsnem košu, stalna utrujenost, sprememba prehranjevalnih navad.	105	2,21	2,00	2	0,89
Q10_2b Stalna razdražljivost, živčnost, občutek, da ne zmorete spremeniti stvari.	105	2,35	2,00	2	0,90
Q10_2c Težave pri odločanju, pomanjkanje ustvarjalnosti, izguba smisla za humor.	102	2,19	2,00	2	0,92

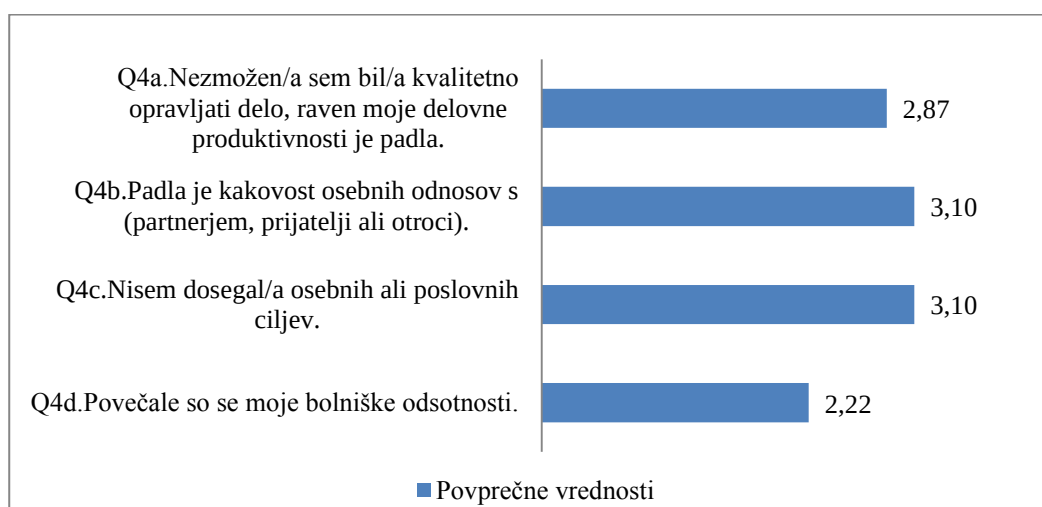
V zgornji tabeli so prikazane povprečne vrednosti, ki prikazujejo, da so se anketiranci v povprečju opredelili za višjo vrednost od 2. Najvišjo povprečno vrednost 2,35 so dosegli pri trditvi »Stalna razdražljivost, živčnost, občutek, da ne zmorete spremeniti stvari«, ki opisuje fizične simptome stresa. Iz tega lahko sklepamo, da pri anketirancih ni bilo zaznati močnih simptomov stresa. Od vseh simptomov pa zaznavajo najbolj pogosto fizične simptome stresa. Pri tej trditvi je bil standardni odklon najmanjši tj. 0,89, kar pomeni veliko koncentracijo statističnih enot okoli aritmetične sredine. Najnižjo povprečno vrednost 2,19 zaznamo pri trditvi: »Težave pri odločanju, pomanjkanje ustvarjalnosti, izguba smisla za humor.« Trditev predstavlja kognitivne simptome stresa. Zavedati se moramo, da smo s tem sklopom vprašanj

posegli na intimno področje anketirancev. Mnogi anketiranci se simptomov stresa ne zavedajo ali o tem nočejo javno govoriti.

Q4. Označite za vas najbolj pogosto posledico stresa.

Na spodnji sliki so prikazane različne vedenjske posledice stresa. Iz spodnje slike je razvidno, da je najvišja povprečna vrednost 3,12 pri vedenjskem simptomu »Nisem dosegal/a osebnih ali poslovnih ciljev«. Druga vedenjsko posledico stresa, ki so jo najpogostejše občutili posamezniki s povprečno vrednostjo 3,11, je padec kakovosti osebnih odnosov s partnerjem, prijatelji ali otroci. Najnižja povprečna vrednost pa je pri trditvi: »Povečale so se moje bolniške odsotnosti.«

Slika 14: Vedenjske posledice stresa



5.4 Stanje na področju vodenja osebnega proračuna, varčevanja, finančne pismenosti in postavljanja finančnih ciljev pri anketirancih

Vprašanje Q5 je bilo usmerjeno v pridobivanje informacij o stanju na področju vodenja osebnega proračuna, varčevanja, finančni pismenosti in postavljanju finančnih ciljev pri posamezniku.

Q5. Pri vsaki trditvi navedite vaše strinjanje s trditvijo pri čemer velja lestvica od 1 do 5, (1-popolnoma se ne strinjam; 2- se ne strinjam; 3- se niti ne strinjam niti strinjam; 4- se strinjam; -popolnoma se strinjam).

V spodnji tabeli je razvidno, da je največja povprečna vrednost 3,45 pri trditvi: »Svoje finančne cilje si postavljam letno ali pogosteje in napredek pogosto pregledujem.« Iz česar lahko sklepamo, da imajo anketiranci v povprečju zelo dobro postavljene finančne cilje in jih redno postavljajo in jih pregledujejo.

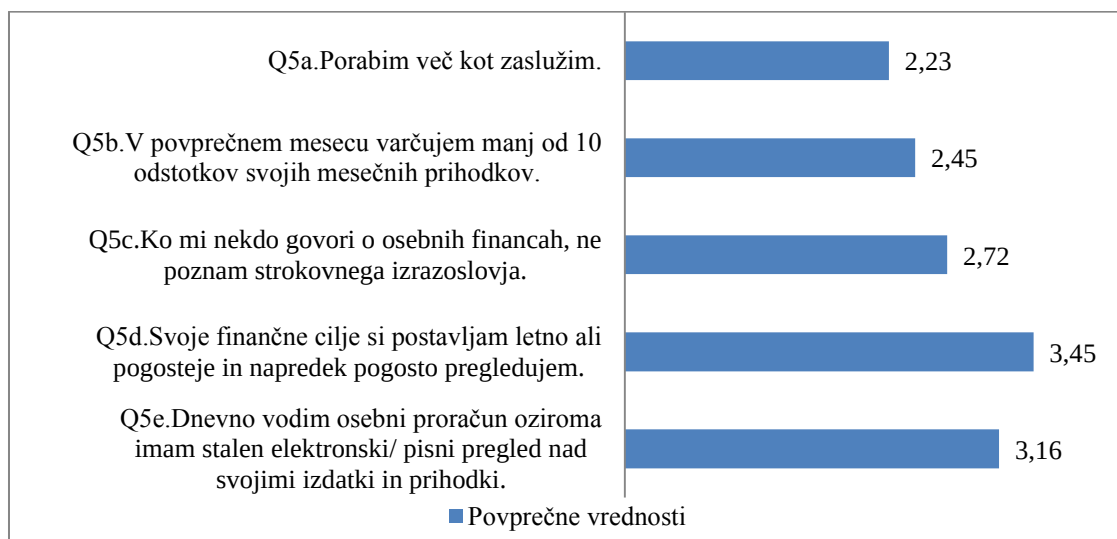
Iz spodnje tabele je razvidno, da je najnižja povprečna vrednost 2,23 pri trditvi: »Porabim več kot zaslužim.« Standardni odklon prikazuje, da so bili rezultati najbolj razpršeni pri trditvi: »Dnevno vodim osebni proračun, oziroma imam stalen elektronski/ pisni pregled nad svojimi izdatki in prihodki.« Najmanj razpršeni rezultati so bili pri trditvi: »Ko mi nekdo govori o osebnih finančah, ne poznam strokovnega izrazoslovja.«

Tabela 6: Urejenost področij, potrošnje, varčevanja, finančne pismenosti, postavljanja ciljev in vodenja osebnega proračuna

	Veljavnih	Povprečna vrednost	Mediana	Modus	Standardni odklon
Q5a Porabim več kot zaslužim.	104	2,23	2,00	1	1,23
Q5b V povprečnem mesecu varčujem manj od 10 odstotkov svojih mesečnih prihodkov.	106	2,45	2,00	2	1,30
Q5c Ko mi nekdo govori o osebnih finančah, ne poznam strokovnega izrazoslovja.	105	2,72	3,00	3	0,95
Q5d Svoje finančne cilje si postavljam letno ali pogosteje in napredek pogosto pregledujem.	106	3,45	4,00	4	1,05
Q5e Dnevno vodim osebni proračun oziroma imam stalen elektronski/ pisni pregled nad svojimi izdatki in prihodki.	106	3,16	3,00	4	1,39

Iz slike 15 so razvidne povprečne vrednosti trditve s področja osebnih financ, in sicer porabim več kot zaslužim, varčujem manj od 10 odstotkov svojih mesečnih prihodkov, ne poznam strokovnega izrazoslovja, kako si pogosto si postavljam finančne cilje, ali vodim osebni proračun.

Slika 15: Trditve s področij osebnih financ



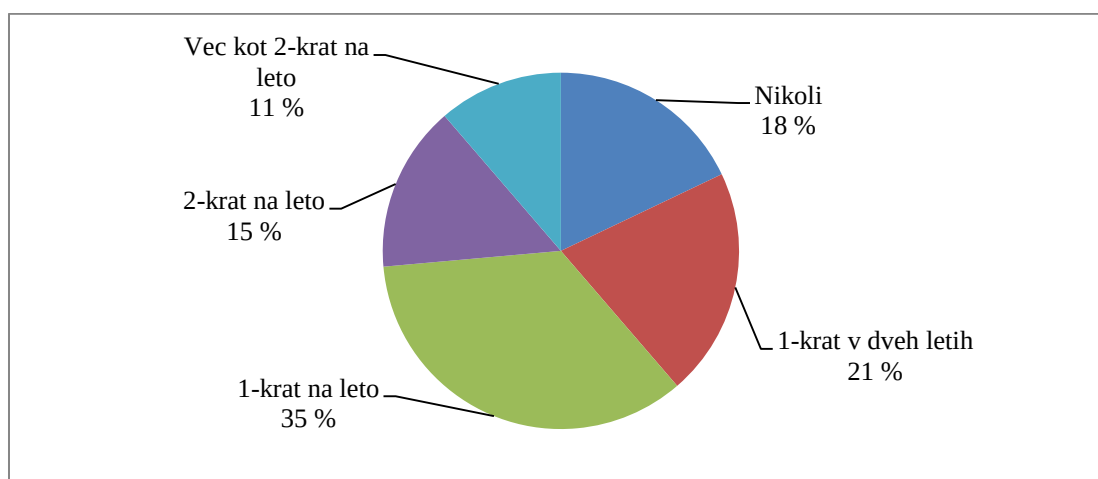
5.5 Pogled anketirancev na finančno svetovanje v podjetju X

Četrty sklop vprašanj (Q7, Q8), je bil usmerjen v ugotavljanje posameznikovega pogleda na neodvisno finančno svetovanje podjetja X.

Q7. Kolikokrat ste bili deležni neodvisnega finančnega sodelovanja v zadnjih 2 letih?

Glede pogostosti srečanja z neodvisnim osebnim finančnim svetovalcem, je iz spodnje slike razvidno, da se je 34 % anketirancev srečalo z neodvisnim osebnim finančnim svetovalcem 1-krat na leto, 20 % anketirancev se je srečalo 1-krat v dveh letih, 11 % anketirancev se je srečalo z neodvisnim osebnim finančnim svetovalcem več kot dvakrat letno.

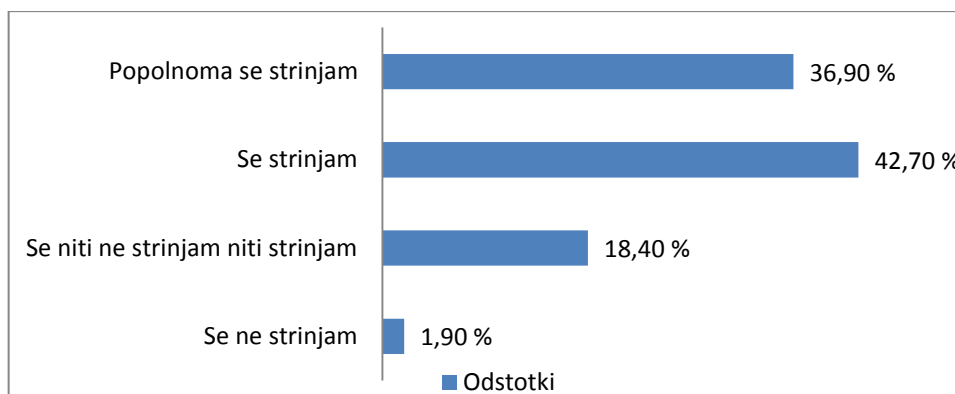
Slika 16: Pogostost srečanja z neodvisnim osebnim finančnim svetovalcem.



Q8a. Osebno neodvisno finančno svetovanje v X je izpolnilo vsa moja pričakovanja.

Vprašanje Q8a je od anketirancev zahtevalo, da ocenijo ali je neodvisno finančno svetovanje v podjetju X izpolnilo njihova pričakovanja.

Slika 17: V kolikšni meri je neodvisno finančno svetovanje podjetja X izpolnilo posameznikova pričakovanja

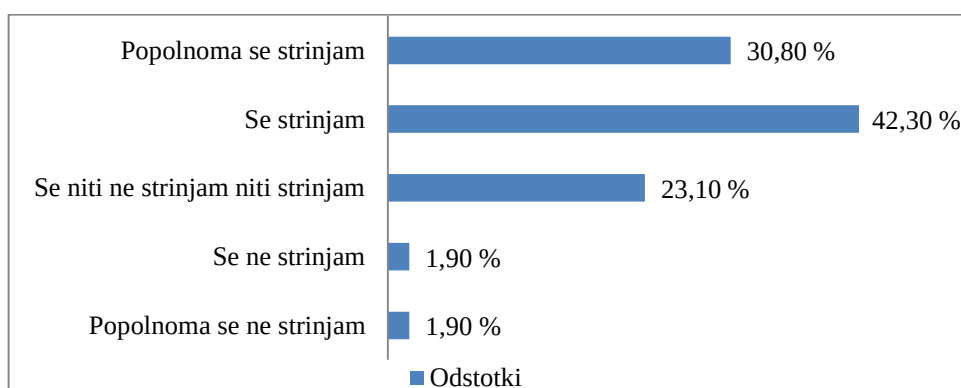


42,72 % anketirancev se je strinjalo, 36,89 % anketirancev se je popolnoma strinjalo, da je osebno neodvisno finančno svetovanje v X izpolnilo njihova pričakovanja. Iz zgornje slike ugotovimo, da 79,61 % anketirancev je osebno neodvisno finančno svetovanje izpolnilo pričakovanja. 18,45 % anketirancev je bilo neodločenih in 1,94 % jih je trdilo, da osebno neodvisno finančno svetovanje ni izpolnilo njihovih pričakovanj.

Q8b. Nasvete neodvisnega finančnega svetovalca sem v celoti upošteval/a.

Z vprašanjem Q8b smo hoteli preveriti, v kakšni meri stranke podjetja X upoštevajo nasvete neodvisnega osebnega finančnega svetovalca. Iz spodnje slike lahko izluščimo, da 73,08 % anketirancev dosledno upošteva nasvete neodvisnega finančnega svetovalca in se po njih ravna. Anketirancev, ki se niso strinjali, je bilo 1,92 %, prav tolikšen odstotek je bil za anketirance, ki se popolnoma niso strinjali.

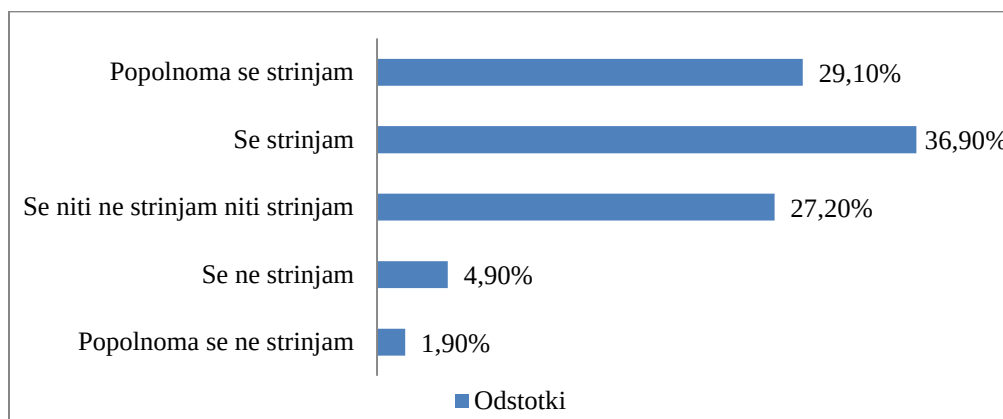
Slika 18: Upoštevanje nasvetov finančnega svetovalca



Q8c. Nasveti neodvisnega finančnega svetovalca so mi prihranili več denarja kot sem za samo svetovanje plačal/a.

Vprašanje Q8c je od anketirancev zahtevalo primerjanje med samim stroškom svetovanja v finančnem svetovalnem podjetju X, in prihrankom, ki je bil posledica te svetovalne storitve. Popolnoma se je strinjalo 29,13 %. 36,89 %, se je strinjalo, da so jim nasveti neodvisnega finančnega svetovalca prihranili več denarja, kot so zanj plačali, 4,85 % se ni strinjalo. 1,92 % anketirancev se s trditvijo popolnoma ni strinjalo, oziroma so bili mnjenja, da jim nasveti neodvisnega finančnega svetovalca niso prihranili več denarja, kot so za samo svetovanje plačali.

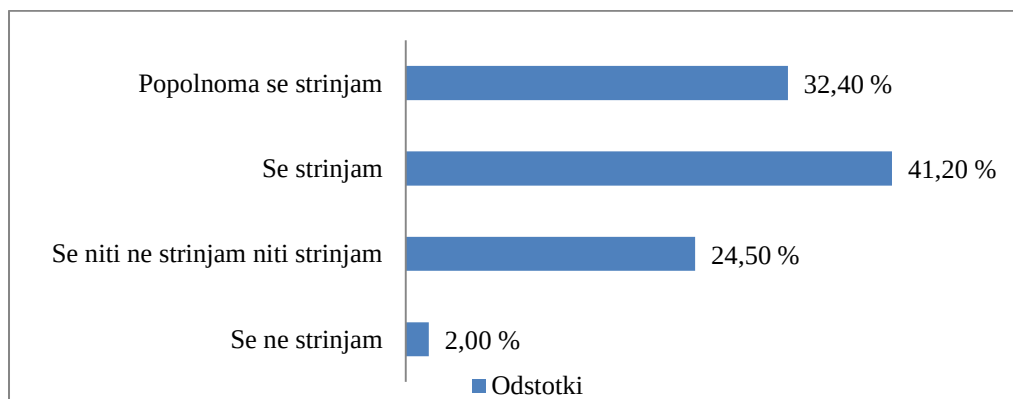
Slika 19: Prihranek denarja glede na stroške svetovanja



Q8d. Zaradi nasvetov neodvisnega finančnega svetovalca sem doživel/a manj stresa.

Z vprašanjem Q8d smo želeli preveriti, ali stranke svetovalnega finančnega podjetja X zaradi nasvetov neodvisnega finančnega svetovalca doživljajo manj stresa. S trditvijo, da so zaradi nasvetov neodvisnega finančnega svetovalca doživeli manj stresa, se je strinjalo 41,18 % anketirancev, popolnoma se je strinjalo 32,35 % zajetih v anketo. 24,51 % se s trditvijo niti ni strinjalo niti strinjalo, 1,96 % anketirancev se s trditvijo ni strinjalo.

Slika 20: Stres v povezavi z nasveti neodvisnega finančnega svetovalca



5.6 Preverjanje postavljenih hipotez

H1: Področje osebnih financ lahko povzroča stres posameznikom

Ali »splošno stanje svojih osebnih financ« vpliva na »stres iz področja osebnih financ«?

Hipotezo H1 smo testirali s pomočjo multiple regresijske analize, uporabili smo metodo Enter. S pomočjo multiple analize smo hoteli preveriti ali obstajajo vplivi neodvisnih spremenljivk na odvisno. Multiplo regresijsko enačbo, v tem primeru, zapišemo kot:

$$Y = \beta_0 + \beta_1 * X_1 + \beta_2 * X_2 + \beta_3 * X_3 + \beta_4 * X_4 + \beta_5 * X_5 + SE \quad (1)$$

Pri čemer je:

X_1 – splošno stanje svojih osebnih financ

X_2 – spol

X_3 – izobrazba

X_4 – starostna skupina

X_5 – mesečni prihodek v €

Y_1 – stres iz področja osebnih financ

Z multiplo regresijo smo raziskovali multiplo vzorčno povezanost med neodvisnimi spremenljivkami X_1 (splošno stanje urejenosti osebnih financ po sodelovanju), X_2 (Spol), X_3 (izobrazba), X_4 (starostna skupina), X_5 (mesečni prihodek v €) in odvisno spremenljivko Y (stres iz področja osebnih financ po sodelovanju). Za spremenljivke, ki nastopajo v regresijskem modelu kot neodvisne spremenljivke, smo predpostavili, da imajo intervalno mersko lestvico. Spremenljivki s slabšimi merskimi lastnostmi (spol in izobrazba), pa smo vključili v regresijski model s pomočjo tako imenovanih umetnih spremenljivk (dummy variables).

β_0 je regresijska konstanta, $\beta_1, \beta_2, \beta_3, \beta_4, \beta_5$ pa so parcialni regresijski koeficienti. Regresijski koeficienti $\beta_1, \beta_2, \beta_3, \beta_4, \beta_5$ kažejo, za koliko se poveča/zniža vrednost regresijske funkcije, če se vrednost neodvisne spremenljivke poveča za enoto, vse ostale neodvisne spremenljivke pa pri tem ostanejo nespremenjene.

Tabela 7: Multipli regresijski model

Model	R	R Kvadrat	Prilagojen R Kvadrat	Standardna napaka ocene	Durbin-Watson
1	0,296	0,088	0,036	1,351	1,351

Zgornja tabela prikazuje vrednost Multiple determinancijskega koeficienta, ki izraža delež variance odvisne spremenljivke, ki je pojasnjena z vsemi neodvisnimi spremenljivkami. V tem primeru je $R^2=0,088$, kar pomeni da je 8,8 % variance odvisne spremenljivke (stres iz

področja osebnih financ po sodelovanju) pojasnjena z vsemi neodvisnimi spremenljivkami. Preizkus Durbin Watson testira ali obstajajo serijske povezave (avtokorelacije) med spremenljivkami. Pri vrednosti od 1,5 do 2,5 ne obstajajo avtokorelacije med neodvisnimi spremenljivkami. Vrednost Durbin Watson testa je 1,35, torej lahko trdimo, da med neodvisnimi spremenljivkami ne obstajajo serijske povezave.

Tabela 8: ANOVA

Model		Vsota kvadratov	Stopnja prostosti	Srednji kvadrat	F	Sig.
1	Regresija	11,656	5	2,331	1,692	0,145
	Ostanki	121,280	88	1,378		
	Skupaj	132,936	93			

S pomočjo F statistike ocenjujemo zanesljivost celotnega regresijskega modela. F preizkus je opredeljen, kot razmerje med oceno pojasnjene in nepojasnjene variance. O skupni značilnosti regresijskega modela sklepamo na podlagi statistične značilnosti F testa. Rezultati F preizkusa prikazujejo, da je F vrednost večja od 0,05, kar pomeni, da ta model ni statistično značilen pri 5 % tveganja, $F = 1,692$, $p = 0,145$.

Tabela 9: Rezultati regresije

Model		Nestandardizirani koeficienti		Standardizirani koeficienti	t	Sig.
		B	Std. napaka	Beta		
1	(Konstanta)	3,239	0,589		5,500	0,000
	Ocena splošnega stanja osebnih financ	-0,317	0,139	-0,239	-2,287	0,025
	Spol	0,027	0,260	0,011	0,105	0,917
	Izobrazba	0,101	0,275	0,042	0,365	0,716
	Starostna skupina	0,162	0,105	0,163	1,548	0,125
	Mesečni prihodek v €	0,062	0,108	0,068	0,575	0,567

Vrednost regresijskega koeficienta $\beta_1 = -0,317$ za spremenljivko (ocena splošnega stanja osebnih financ) nam pove, da če se neodvisna spremenljivka ocene splošnega stanja osebnih financ poveča za eno enoto, se odvisna spremenljivka (stres iz področja osebnih financ) zmanjša za 0,317 enot (točk), pri tem pa vse ostale neodvisne spremenljivke ostanejo nespremenjene.

Statistična analiza prikazuje, da je p-vredost parcialnega koeficienta ocena splošnega stanja osebnih financ nižja od 0,05, kar pomeni, da splošno stanje osebnih financ statistično značilno negativno vpliva na raven stresa. Zaradi tega **sprejememo hipotezo**, da splošno stanje osebnih financ (po sodelovanju) statistično značilno vpliva na raven stresa iz področja osebnih financ. Kar pomeni, da če se splošno stanje osebnih financ pri posamezniku poboljša, se mu zmanjša raven stresa, ki izhaja iz področja osebnih financ.

Z neodvisnimi spremenljivkami spol, izobrazba, starostna skupina in mesečni prihodek smo hoteli preveriti, ali obstajajo vplivi, ki se nanašajo na demografsko stanje posameznika. Parcialni koeficient β_2 ni statistično pomemben na ravni 0,05, to pomeni, da spol neznatno statistično vpliva na stres. Kar pomeni, da ne obstaja statistična razlika v doživljanju stresa med moškimi in ženskim strankami podjetja X. P-vredost parcialnega koeficienta β_3 izobrazba je večja od 0,05, kar pomeni, da izobrazba neznatno statistično vpliva na zmanjšanje ravni stresa. Parcialni koeficient β_4 , ki prikazuje kakšen je vpliv starostne skupine na stres, je statistično nepomemben, vrednost p je večja od 0,05, kar pomeni, da starost neznatno statistično vpliva na zmanjšanje ravni stresa. P-vredost parcialnega koeficienta β_5 je večja od kritične meje 0,05, kar pomeni, da mesečni prihodek strank svetovalnega podjetja X neznatno statistično vpliva na zmanjšanje ravni stresa.

Na podlagi statistične analize lahko strnemo, da neodvisne spremenljivke X_2 (Spol), X_3 (izobrazba), X_4 (starostna skupina), X_5 (mesečni prihodek v €) in odvisno spremenljivko Y (stres iz področja osebnih financ po sodelovanju), ki so vezane na demografske lastnosti anketiranih strank podjetja X, statistično neznatno vplivajo na raven stresa.

H2: Stres na področju osebnih financ lahko izvira iz prevelike porabe, neustreznega varčevanja in finančne nepismenosti.

V tem primeru imamo dve ordinalne spremenljivke. Pri tej hipotezi smo za ugotavljanje statistično značilne povezanosti uporabili neparametrični Spearmanov test, ki prikazuje neparametrsko stopnjo povezanosti dveh spremenljivk. Pri preverjanju hipoteze je bila upoštevana običajna statistična stopnja tveganja, tj. 5 odstotkov.

Tabela 10: Rezultati Spearmanovega testa – “prevelike porabe”

		Q3b. Kako pogosto trenutno doživljate stres zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ?
Q5a. Porabim več kot zaslužim.	Koeficient korelacije	0,261
	P vrednost	0,013
	Število opazovanj	91

V zgornji tabeli je prikazano, da med spremenljivkama “prevelika poraba” in “pogostostjo doživljanja stresa zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ”, obstaja pozitivna šibka povezanost, ki je statistično značilna ($r_s=0,261$, $p=0,013$). Lahko **potrdimo hipotezo**, ki pravi, da sta spremenljivki statistično značilno pozitivno povezani. Iz tega lahko sklepamo, če posamezniki porabijo več kot zaslužijo, oziroma preveč porabijo glede na njihov razpoložljivi mesečni dohodek, doživljajo stres bolj pogosto.

Tabela 11: Rezultati Spermanovega testa- “neustreznega varčevanja”

		Q3b Kako pogosto trenutno doživljate stres zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ?
Q5b V povprečnem mesecu varčujem manj od 10 odstotkov svojih mesečnih prihodkov.	Koeficient korelacije	0,124
	P-vrednost	0,236
	Število opazovanj	93

V zgornji tabeli je prikazano, da med spremenljivkama “neustreznega varčevanja” in “pogostostjo doživljanja stresa zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ”, obstaja zelo šibka pozitivna povezanost, ki ni statistično značilna ($r_s=0,124$, $p=0,236$). Lahko **ovržemo hipotezo**, ki pravi, da “neustrezno varčevanje” in “pogostostjo doživljanja stresa zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ”, sta statistično značilno povezani.

Tabela 12: Rezultati Spermanovega testa- “finančne nepismenosti”

		Q3b Kako pogosto trenutno doživljate stres zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ?
Q5c. Ko mi nekdo govori o osebnih finančah, ne poznam strokovnega izrazoslovja.	Koeficient korelacije	0,065
	P vrednost	0,538
	Število opazovanj	92

V zgornji tabeli je prikazano, da med spremenljivkama: “finančna nepismenost” in “pogostostjo doživljanja stresa zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ” obstaja zelo šibka pozitivna povezanost, ki ni statistično značilna ($r_s=0,065$, $p=0,538$). Lahko **ovržemo hipotezo**, ki pravi, da “finančna nepismenost” in “pogostostjo doživljanja stresa zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ”, sta statistično značilno povezani.

H3: Neodvisno osebno finančno svetovanje lahko zmanjša stres posameznika.

Zaradi nasvetov neodvisnega finančnega svetovalca, večina anketirancev doživlja manj stresa.

Za preverjanje zgoraj navedene hipoteze smo uporabili parametrični t-test za en vzorec.

Tabela 13: T test za en vzorec-opisna statistika

	Št.	Povprečna vrednost	Std. odklon	Std. napaka povprečne vrednosti
Q8d Zaradi nasvetov neodvisnega finančnega svetovalca sem doživel/a manj stresa.	102	4,04	0,807	0,080

Tabela 14: Rezultati T testa za en vzorec

	Testirana vrednost = 3					
	t	Stopnja prostosti	P vrednost	Povprečna razlika	95% Interval zaupanja	
					Spodnja	Zgornja
Q8d Zaradi nasvetov neodvisnega finančnega svetovalca sem doživel/a manj stresa.	12,999	101	0,000	1,039	0,880	1,200

S pomočjo t-testa za en vzorec smo preverili, ali je povprečna vrednost spremenljivke "Zaradi nasvetov neodvisnega finančnega svetovalca, sem doživel/a manj stresa," statistično značilno višja (enosmerni test) od testirane vrednosti 3. Pri tej hipotezi smo določili, da bo testirana vrednost 3, ker je to povprečna vrednost v raziskavi uporabljene lestvice (od 1 do 5).

V tem primeru je koeficient asimetrije -0,302, in koeficient sploščenosti -0,820 se nahajata na intervalu med -1 in +1. Na podlagi teh rezultatov lahko sklepamo, da so podatki pri spremenljivki "Zaradi nasvetov neodvisnega finančnega svetovalca sem doživel/a manj stresa," normalno porazdeljeni. Povprečna vrednost ($M=4,04$, $SD=0,807$) spremenljivke "Zaradi nasvetov neodvisnega finančnega svetovalca sem doživel/a manj stresa," je večja od testirane vrednosti 3. Rezultati kažejo, da obstaja statistično pomembna razlika med povprečnima vrednostma ($p<0,025$), in da je povprečna vrednost zgoraj omenjene spremenljivke ($M=4,04$) statistično značilno večja od pričakovane vrednosti 3. Iz tega lahko sklepamo, da posamezniki v povprečju, zaradi nasvetov neodvisnega osebnega finančnega svetovanja, doživljajo manj stresa.

a) »Splošno stanje« na področju osebnih financ

Kot je razvidno iz spodnje tabele, so anketiranci v povprečju pri prvem testu ocenili, da je njihovo splošno stanje svojih osebnih financ 2,75, po sodelovanju pa je bila povprečna vrednost 3,57. Pri zgoraj navedeni hipotezi H1 smo primerjali povprečne vrednosti dveh ordinalnih spremenljivk, zaradi tega smo v nadaljnji raziskavi uporabili neparametrični Wilcoxonov test. Pri preverjanju hipoteze smo upoštevali običajno statistično stopnjo tveganja 5-ih odstotkov.

Tabela 15: Rezultati Wilcoxonovega testa-Hipoteza 1a.

	Št.	Povprečna vrednost	Std. odklon	Wilcoxonov Z	P vrednost
Q1a Kako bi ocenili splošno stanje svojih osebnih financ pred sodelovanjem s neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X?	107	2,750	0,891	-6,288	0,000
Q2a Kako bi ocenili trenutno splošno stanje svojih osebnih financ?	105	3,570	0,969		

Domnevali smo, da se povprečno splošno stanje osebnih financ anketirancev po sodelovanju statistično značilno razlikuje od njihovega prvotnega splošnega stanja osebnih financ. S tega lahko predvidevamo, da se je njihovo splošno stanje osebnih financ po najmanj 6 mesečnem sodelovanju z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X, statistično značilno poboljšalo.

V zgornji tabeli rezultati prikazujejo, da je stopnja značilnosti manjša od 0,05 ($P = 0,000$), zato bomo ničelno hipotezo zavrnili in sprejeli alternativno hipotezo, da se povprečni vrednosti obeh spremenljivk statistično značilno razlikujeta. Iz ocen smo s pomočjo neparametričnega Wilcoxonovega testa predznačenih rangov dokazali, da med prvim in drugim testom obstajajo statistično značilne razlike. Iz tega lahko sklepamo, da se je splošno stanje osebnih financ posameznikov po najmanj 6 mesečnem sodelovanju z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X, statistično značilno poboljšalo.

b) Stanje na področju upravljanja naložb

Iz spodnje tabele je razvidno, da so anketiranci v povprečju pri prvem testu ocenili, da je njihovo stanje na področju upravljanja naložb 3,38, po sodelovanju pa je bila povprečna vrednost 3,27.

Tabela 16: Rezultati Wilcoxonovega testa- Hipoteza 1b.

	Št.	Povprečna vrednost	Std. odklon	Wilcoxonov Z	P vrednost
Q1b Kako bi ocenili stanje na področju upravljanja vaših naložb (delnic, obveznic, skladov, itd.) pred sodelovanjem s neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X?	106	2,380	0,951	-6,561	0,000
Q2b Kako bi ocenili trenutno stanje na področju upravljanja vaših naložb (delnic, obveznic, skladov, itd.)?	103	3,270	1,086		

Postavili smo domnevo, da se povprečno stanje anketirancev na področju upravljanja naložb po sodelovanju, statistično značilno razlikuje od njihovega prvotnega stanja na področju upravljanja naložb. Tako lahko predvidevamo, da se je njihovo stanje na področju upravljanja naložb, po najmanj 6 mesečnem sodelovanju z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X, statistično značilnoboljšalo.

Rezultati v zgornji tabeli kažejo, da je stopnja značilnosti manjša od 0,05 ($P = 0,000$), zato bomo ničelno hipotezo zavrnil in sprejeli alternativno hipotezo, da se povprečni vrednosti obeh spremenljivk statistično značilno razlikujeta. Iz ocen smo s pomočjo neparametričnega Wilcoxonovega testa predznačenih rangov dokazali, da med prvim in drugim testom obstajajo statistično značilne razlike. Lahko sklepamo, da se je stanje na področju upravljanja naložb po sodelovanjuboljšalo.

c) Urejenost zavarovanj

V tabeli 12 vidimo, da so anketiranci v povprečju pri prvem testu ocenili, da je njihovo stanje na področju urejenosti zavarovanj 2,67, po sodelovanju pa je bila povprečna vrednost 3,65.

Tabela 17: Rezultati Wilcoxonovega testa-Hipoteza 1c.

	Št.	Povprečna vrednost	Std. odklon	Wilcoxonov Z	P vrednost
Q1c Kako bi ocenili urejenost vaših zavarovanj pred sodelovanjem s neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X?	106	2,670	0,993	-6,643	0,000
Q2c Kako bi ocenili trenutno urejenost vaših zavarovanj?	103	3,650	1,017		

Domnevali smo, da se povprečno stanje anketirancev na področju urejenosti zavarovanj po sodelovanju, statistično značilno razlikuje od njihovega prvotnega stanja na področju urejenosti zavarovanj. Tako lahko predvidevamo, da se je njihovo stanje na področju urejenosti zavarovanj, po najmanj 6 mesečnem sodelovanju z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X, statistično značilno poboljšalo.

Prikazani rezultati kažejo, da je stopnja značilnosti manjša od 0,05 ($P = 0,000$), zato bomo ničelno hipotezo zavrnil in sprejeli alternativno hipotezo, da se povprečna vrednost obeh spremenljivk statistično značilno razlikujeta. Iz ocen smo s pomočjo neparametričnega Wilcoxonovega testa predznačenih rangov dokazali, da med prvim in drugim testom obstajajo statistično značilne razlike. Iz tega lahko sklepamo, da se je stanje na področju urejenosti zavarovanj po sodelovanju poboljšalo.

d) Stanje na področju finančnega načrtovanja

V tabeli 14 je prikazano, da so anketiranci v povprečju pri prvem testu ocenili, da je njihovo stanje na področju finančnega načrtovanja 2,59, po sodelovanju pa je bila povprečna vrednost 3,53.

Postavili smo domneve, da se povprečno stanje anketirancev na področju finančnega načrtovanja osebnih financ, po sodelovanju, statistično razlikuje od njihovega prvotnega stanja na področju finančnega načrtovanja osebnih financ. Iz tega lahko predvidevamo, da se je njihovo stanje na področju finančnega načrtovanja osebnih financ, po najmanj 6 mesečnem sodelovanju z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X, statistično poboljšalo.

Tabela 18: Rezultati Wilcoxonovega testa -Hipoteza 1d.

	Št.	Povprečna vrednost	Std. Odklon	Wilcoxonov Z	P vrednost
Q1d Kako bi ocenili stanje na področju finančnega načrtovanja svojih osebnih financ pred sodelovanjem s neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X?	106	2,590	0,964	-6,355	0,000
Q2d Kako bi ocenili trenutno stanje na področju finančnega načrtovanja svojih osebnih financ?	102	3,530	0,941		

Rezultati kažejo, da je stopnja značilnosti manjša od 0,05 ($P = 0,000$), zato bomo ničelno hipotezo zavrnil in sprejeli alternativno hipotezo, da se povprečni vrednosti obeh spremenljivk statistično značilno razlikujeta. Oziroma, iz ocen smo s pomočjo

neparametričnega Wilcoxonovega testa predznačenih rangov dokazali, da med prvim in drugim testom obstajajo statistično značilne razlike. Lahko sklepamo, da se je stanje na področju načrtovanja osebnih financ, po sodelovanju, poboljšalo.

e) Urejenost varčevanj

V spodnji tabeli vidimo, da so anketiranci v povprečju pri prvem testu ocenili, da je njihovo stanje na urejenosti varčevanj 2,57, po sodelovanju pa je bila povprečna vrednost 3,41.

Tabela 19: Rezultati Wilcoxonovega testa -Hipoteza 1e.

	Št.	Povprečna vrednost	Std. Odklon	Wilcoxonov Z	P vrednost
Q1e Kako bi ocenili urejenost vaših varčevanj pred sodelovanjem s neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X?	105	2,570	1,018	-6,056	0,000
Q2e Kako bi ocenili trenutno urejenost vaših varčevanj?	101	3,410	1,060		

Domnevali smo, da se povprečno stanje anketirancev na področju urejenosti varčevanj po sodelovanju, statistično značilno razlikuje od njihovega prvotnega stanja na področju urejenosti varčevanj. S tega lahko predvidevamo, da se je njihovo stanje na področju urejenosti varčevanj, po najmanj 6 mesečnem sodelovanju z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X, statistično značilno poboljšalo.

Prikazani rezultati kažejo, da je stopnja značilnosti manjša od 0,05 ($P = 0,000$), zato bomo ničelno hipotezo zavrnili in sprejeli alternativno hipotezo, da se povprečni vrednosti obeh spremenljivk statistično značilno razlikujeta. Iz ocen smo s pomočjo neparametričnega Wilcoxonovega testa predznačenih rangov dokazali, da med prvim in drugim testom obstajajo statistično značilne razlike. Lahko sklepamo, da se je stanje na področju varčevanj po sodelovanju poboljšalo.

f) Stres zaradi težav, ki so izhajale iz področja osebnih financ?

V spodnji tabeli je prikazano, da je povprečna vrednost prvega testa (pogostost občutenja stresa pred sodelovanjem) 3,04, drugega testa (pogostost občutenja stresa po sodelovanjem) pa 2,31.

Tabela 20: Rezultati Wilcoxonovega testa-Hipoteze 3.

	Št.	Povprečna vrednost	Std. Odklon	Wilcoxonov Z	P vrednost
Q3a Kako pogosto ste občutili stres pred sodelovanjem s svetovalnim podjetjem X zaradi težav, ki so izhajale iz področja osebnih financ?	102	3,040	1,193	-4,815	0,000
Q3b Kako pogosto trenutno doživljate stres zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ?	94	2,310	0,804		

Domnevali smo, da se povprečno stanje anketirancev o pogostosti občutenja stresa po sodelovanju, statistično značilno razlikuje od njihovega prvotnega stanja pogostosti občutenja stresa. S tega lahko predvidevamo, da se je njihovo stanje na področju pogostosti občutenja stresa, po najmanj 6 mesečnem sodelovanju z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X, statistično značilno poboljšalo. Rezultati kažejo, da so anketiranci po sodelovanju v povprečju manj pogosto doživljali stres.

Rezultati kažejo, da je stopnja značilnosti manjša od 0,05 ($P = 0,000$), zato bomo ničelno hipotezo zavrnil in sprejeli alternativno hipotezo, da se povprečni vrednosti obeh spremenljivk statistično značilno razlikujeta. Iz ocen smo s pomočjo neparametričnega Wilcoxonovega testa predznačenih rangov dokazali, da med prvim in drugim testom obstajajo statistično značilne razlike. Lahko sklepamo, da se je stanje pogostosti doživljanja po sodelovanju poboljšalo.

H4: Celostno finančno načrtovanje (ugotovitev trenutnega stanja, definiranje finančnih ciljev, osebni finančni načrt, upravljanjem osebnih financ ter spremljanje in revidiranje) lahko vodi do zmanjšanja stresa.

Za ugotavljanje statistično značilne povezanosti med dvema ordinalnima spremenljivkama, smo pri zgoraj navedeni hipotezi, uporabili neparametrični Spearmanov test. Ta test prikazuje neparametrške stopnje povezanosti dveh spremenljivk. Pri preverjanju hipoteze je bila upoštevana običajna statistična stopnja tveganja 5 odstotkov.

Tabela 21: Spearmanov test

		Q3b. Kako pogosto trenutno doživljate stres zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ?
Q2d. Kako bi ocenili stanje na področju načrtovanja svojih osebnih financ?	Koeficient korelacije	-0,235
	P vrednost	0,026
	Frekvenca	90

V tabeli 28 je razvidno, da med spremenljivkama: “Kako bi ocenili stanje na področju načrtovanja svojih osebnih financ?” in “Kako pogosto trenutno doživljate stres zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ?”, obstaja šibka negativna povezanost, ki je statistično značilna ($r_s = -0,235$, $p = 0,026$). Lahko **potrdimo hipotezo**. Iz tega lahko sklepamo: če imajo posamezniki bolj urejeno celotno finančno načrtovanje, ki zajema ugotovitev trenutnega stanja, definiranje finančnih ciljev, osebni finančni načrt, upravljanjem osebnih financ ter spremljanje in revidiranje, doživljajo stres manj pogosteje. Celotno finančno svetovanje lahko vodi do zmanjšanja stresa.

5.7 Rezultati preverjanja hipotez

V magistrski nalogi smo si zastavili štiri hipoteze, ki smo jih testirali. Vse hipoteze so v povezavi s stresom in z osebnimi financami. Za preprečitev stresa smo na prvem mestu odgovorni sami. Zanj obstajajo različni dejavniki, med te pa sodijo tudi osebne finance. V Sloveniji prevladuje miselnost, da nekdo, ki nima finančnih problemov, naj ne bi bil pod stresom. Tudi velika količina denarja lahko pripelje do stresa, a vendar, ko se posameznik odloči za sodelovanje s finančnim svetovalcem, se njegov stres zmanjša. Na to priča tudi prva hipoteza, ki se je nanašala na področje osebnih financ. Pri tej hipotezi smo domnevali, da se je povprečno stanje anketirancev o pogostosti občutenja stresa zmanjšalo, ko so najmanj šest mesecev sodelovali z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X. Rezultati kažejo, da so anketiranci, po sodelovanju, v povprečju manj pogosto doživljali stres. Tako smo ničelno hipotezo zavrnili, sprejeli pa alternativno hipotezo, da se povprečni vrednosti obeh spremenljivk statistično značilno razlikujeta, iz česar sklepamo, da se je stanje pogostosti stresa po najmanj 6 mesečnem sodelovanju, poboljšalo. Demografsko stanje posameznika na rezultat nima nobenega vpliva.

Prav tako smo ugotovili, da splošno stanje osebnih financ statistično značilno negativno vpliva na stres. Zaradi tega sprejememo hipotezo, da splošno stanje osebnih financ (po sodelovanju) statistično značilno vpliva na stres iz področja osebnih financ. Kar pomeni, da če se splošno stanje osebnih financ pri posamezniku poboljša, se mu zmanjša stres, ki izhaja iz področja osebnih financ.

Pri drugi zastavljeni hipotezi smo domnevali, da stres izvira iz prevelike porabe, neustreznega varčevanja in finančne nepismenosti posameznika. Ugotavljali smo povezavo spremenljivke »pogostost doživljanja stresa zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ«, s preveliko porabo, neustreznim varčevanjem in finančno nepismenostjo. Povezava med spremenljivkama »prevelika poraba« in »pogostostjo doživljanja stresa zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ«, obstaja pozitivna povezava. Zato smo to hipotezo potrdili, saj sta navedeni spremenljivki pozitivno povezani. Na podlagi tega sklepamo, če posameznik porabi več kot zasluži, oz. več kot ima razpoložljivih sredstev, je stres bolj pogost. Obratno je pri povezavi drugih dveh spremenljivk, in sicer »neustrezno varčevanje« in »pogostostjo doživljanja stresa zaradi težav, ki izhajajo s področja osebnih financ« in »finančna nepismenost« in »pogostostjo doživljanja stresa zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ«, kjer smo ovrgli obe hipotezi. Pri obeh hipotezah smo ugotovili, da obstaja šibka pozitivna povezanost, ki ni statistično značilna.

Stres, ki je vezan z osebnimi financami, naj bi se zmanjšal, ko posameznik poišče nasvet neodvisnega finančnega svetovalca, je potrdila večina anketirancev. Tretjo hipotezo smo potrdili, saj so rezultati pokazali, da med povprečnima vrednostim ($p < 0,025$) in povprečno vrednost omenjene spremenljivke ($M = 4,04$) obstaja statistična pomembna razlika. Na podlagi navedenega sklepamo, da posamezniki v povprečju doživljajo manj stresa, ko se obrnejo po nasvete k neodvisnemu osebnemu finančnemu svetovalcu.

Zmanjšanje stresa posameznik doživi tudi pri celostnem finančnem načrtovanju, kot smo predpostavljali z navedbo hipoteze 4. Pri tem smo ugotavljali povezanost med spremenljivkama: »Kako bi ocenili stanje na področju načrtovanja svojih osebnih financ?« in »Kako pogosto trenutno doživljate stres zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ?«. Med njima obstaja šibka negativna povezanost. Hipotezo lahko potrdimo in iz tega sklepamo, da s celotnim finančnim načrtovanjem, ki zajema ugotovitev trenutnega stanja, definiranje finančnih ciljev, osebni finančni načrt, upravljanjem osebnih financ ter spremljanje in revidiranje anketiranci doživljajo stres manj pogosteje.

SKLEP

Področje osebnih financ je v današnjem času zelo pomembno področje. Posamezniki se nenehno soočajo z različnimi političnimi, ekonomskimi in finančnimi krizami. Nestabilno socialno-ekonomsko okolje s svojimi številnimi posledicami pomembno vpliva tako na duševno kot tudi na fizično zdravje in reakcije posameznikov. Vse več ljudi ne živi v harmoniji z okoljem, soljudmi in samim sabo, zato se družba sooča s problemom sodobne kuge – s stresom.

Pri stresu gre za prepletanje različnih stresorjev in posameznika, ki se nanj različno odziva. Nekateri odzivi so bolj, drugi manj učinkoviti. Iz pradednine, ko so se ljudje soočali z življenjsko nevarnimi dogodki, je v kolektivnem spominu ostala povezava, da zunanji dogodek, ljudje in situacije povzročajo stres. Ločimo življenjsko ogrožajoče stresorje, kot so

soočenje s smrtjo, napadom, življenjsko ogrožajoče bolezni. Večina od nas se z njimi v življenju redko sreča. Druga vrsta pa so vsakodnevni stresorji, ki ne ogrožajo življenja, so pa nenehno prisotni. Reakcije nanje nam lahko povzročajo težave. Nekateri jih dojemajo kot stresne, drugi pa ne. Stres je kompleksen pojav, ne pa črno-bel pojav vzroka in posledice. Stres je interakcija številnih kompleksnih faktorjev, kot so povezava med stresorjem in zaznavo stresa posameznika. Ker lahko na stres gledamo z več vidikov, ga zato posledično različni strokovnjaki različno definirajo. Skoraj pri vseh definicijah pa je možno izluščiti dva temeljna poudarka, stres v večini primerov povzroča nekaj zunaj človeškega organizma in posledice stresa se kažejo na telesni in psihološki ravni kot napor in napetost.

Posameznik je v današnjem okolju vržen v razburkane vode, kjer je sam proti celotnemu potrošniškemu ustroju, ki skupaj z mediji izkorišča njegovo nemoč in ga konstantno silijo v potrošnjo. Celotna okolica in ves medijski aparat delujeta tako, da nam na »vsakem koraku vleče denar ven iz žepa«. Posameznik se počuti, kot bi »plaval proti toku«, saj mu na vsakem koraku nekaj prodajajo in silijo v nakup. Tudi medijski aparat je ustrojen, da nam konstantno kreira nove želje in potrebe. Prav tako izpostavlja koristi in zabavnost samega trošenja in vpetosti v sam ta proces. Iz vsega navedenega izhaja problem, da posamezniki kupijo več stvari, kot jih potrebujejo ter posledično zapravijo več svojega razpoložljivega dohodka, kot bi ga smeli. V raziskavi smo dokazali, da ostaja pozitivna povezava med spremenljivkama »prevelika poraba« in »pogostostjo doživljanja stresa zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ« in iz tega lahko sklepamo, da če posameznik porabi več kot zasluži, je stres pri njemu bolj pogost. Problema te vrste stresa se malo ljudi zaveda, do njega prihaja posredno in z zamikom, ker je dandanes denar na vsakem koraku zelo lahko dosegljiv s pomočjo lizinga, hitrih kreditov, limita ipd. Vse to posameznika sili v prekomerno trošenje.

Kako ohraniti trdno držo v takem okolju in imeti urejene osebne finance, ki vodijo na dolgi rok do bolj mirnega in kakovostnega življenja in s tem manj stresa, je vprašanje, ki si ga marsikateri postavlja. Delovati na tem področju bi moral vsak začeti najprej pri sebi. Kot prvo se mora najprej spraviti v finančno kondicijo, urediti svoje osebne finance, pridobiti veščine ter kompetence, spremeniti svoja rigidna prepričanja o osebnih financah in denarju. Na urejene finance, strokovnjaki različno gledajo najpogosteje pa trdijo, da si urejene finance lahko zagotovimo z oceno trenutnega finančnega stanja, finančnim načrtovanjem, doslednim finančnim upravljanjem in konstantnim nadzorom stanja. V raziskovalnem delu naloge smo z navedbo hipoteze 4 to tudi potrdili, da posameznik, ki si osebne finance na takšen način načrtuje, doživlja stres manj pogosto. Po celostni ureditvi osebnih financ je pomembno tudi vzdrževanje tega stanja, saj se vsakodnevno spoprijema s skušnjavami, ki zavajajo v neracionalno trošenje. Posameznik se more finančno opismeniti in seznaniti z osnovnimi koncepti osebnih financ. Ne glede na to koliko premoženja ali denarja imamo, si lahko vsak optimalno uredi osebne finance. V literaturi obstajajo različne definicije urejenih osebnih financ. Skupno jim je, da osebne finance razkrivajo odnos posameznika do zapravljanja, pridobivanja premoženja, načrtovanja varčevanja, vlaganja, upravljanja in spremljanja osebnih financ. V kolikor posameznik ni sposoben sam urediti svojih osebnih financ, lahko

poišče pomoč strokovnih neodvisnih finančnih svetovalcev. Že sam prvi korak k iskanju pomoči lahko zmanjša stres, saj že sam pogovor o težavah pogosto pomaga.

Nismo pa vsi enaki. Nekateri se bodo iz negativnih izkušenj veliko naučili, drugi bodo rešili trenutni problem in nadaljevali s starimi vzorci. Tudi sam stres ne vpliva na vse ljudi enako. Tako tudi finančni problemi na nekatere ne vplivajo negativno, zato ker imajo bolj prilagodljiv kognitivni konstrukt in so v dani situaciji prepričani, da zmorejo in bodo stres obrnili sebi v korist, medtem ko ljudje z nizko samopodobo doživijo lahko stres že, če je slabo vreme. Ne glede na vse je področje denarja in neurejene osebne finance tisto, ki so glavni viri stresa, kar je ugotovilo tudi Ameriško psihološko združenje APA, ki je leta 2014 opravilo raziskavo in potrdilo, da skoraj trem četrtinam posameznikov (72 odstotkov) predstavljajo neurejene osebne finance negativni psihološki stres, ki pomembno vpliva na zdravje in kvaliteto življenja (APA, 2014).

Področje osebnih financ bo tudi v prihodnje pomembno vplivalo na posameznika. Država se vedno bolj umika iz sociale, zdravstva, šolstva, kar pomeni, da bomo morali sami pokrivati določene izdatke. Žal se že danes soočamo z razlikami, ker si bogati lahko privoščijo boljše in hitrejše zdravljenje in kvalitetnejše šolstvo od revnih. Veliko ljudi povezuje uspeh s količino denarja, namesto da bi tega merili z dobrimi dejanji, ki jih posameznik naredi sebi in družbi. Vse to nas vedno bolj sili v omejevanje izdatkov in urejanje osebnih financ. V nasprotnem lahko pričakujemo porast stresa in ostalih psiholoških motenj, katerih vzroki izhajajo iz tudi področja osebnih financ.

Da bi se ljudje bolje soočili z izzivi sodobnega časa ter s tem omilili glavne vzroke psiholoških motenj, do katerih lahko pride zaradi neurejenih osebnih financ ter pomanjkanja finančne pismenosti, bi se morali problema lotiti interdisciplinarno. Le sprememba ali ureditev osebnih financ ni dovolj za trajno odstranitev in zmanjšanje stresa, ampak je potrebna sprememba posameznikovega prepričanja o osebnih financah oziroma sprememba njegovega kognitivnega konstrukta. Pri tem bi se morali zavedati lastnih prepričanj in negativnih misli o osebnih financah in denarju. Psihologi, psihoterapevti in psihiatri se problema stresa lotevajo z medikatorskim zdravljenjem ali psihoterapijo. S psihoterapijo strokovnjaki poskušajo odpraviti vzroke motenj in želijo posamezniku spremeniti rigidna prepričanja o osebnih financah in denarju.

Na drugi strani različni strokovnjaki za osebne finance poskušajo posameznika oborožiti z znanjem o osebnih financah, in mu s finančnim načrtovanjem in svetovanjem poskušajo pomagati urediti osebne finance in pomagajo spremeniti nefunkcionalna vedenja. Menimo, da le holistična obravnava posameznika in kombinacija teh dveh pristopov prinaša dobre trajne rezultate in posledično trajno zmanjšanje stresa pri posamezniku. Dejstvo je, da stresorjev v celoti ne moremo odstraniti, lahko pa se zavarujemo s primernim odzivom, kar pomeni, da se prilagajamo, obvladujemo, spreminjamo vedenje in sam pogled na situacijo. Kot je nekoč zapisal Stoiški filozof : »Ljudi ne moti tisto, kar se jim dogaja, moti jih tisto, kar o dogajanju mislijo.« To kar nas spravlja v stres niso okoliščine same po sebi, temveč naše presoje o njih.

LITERATURA IN VIRI

1. *5-korakov do urejenih osebnih financ.* (2015). Najdeno 1. septembra 2015 na spletnem naslovu <https://www.nlb.si/5-korakov-do-urejenih-osebnih-financ>
2. Ackert, L. F., & Deavas, R. (2010). *Behaviorial finance: Psychology, decision-making and markets.* Manson: South-Western.
3. American psychological association APA. (2015). Stress in America Paying With Our Health. Najdeno 2. septembra 2015 na spletnem naslovu <http://www.apa.org/news/press/releases/stress/2014/stress-report.pdf>
4. Bailey, W. C., Woodiel, K. D., Turner, J. M., & Young, J. (1998). The relationship of financial stress to overall stress and satisfaction. *Personal Finances and Worker Productivity*, 7-15.
5. Baker, H. K. (2015). Understanding Behavioral Aspects of Financial Planning and Investing. Najdeno 1. septembra 2015 na spletnem naslovu <https://www.onefpa.org/journal/pages/mar15-understanding-behavioral-aspects-of-financial-planning-and-investing.aspx>.
6. Balkovec, J. (2000). *Kaj moram vedeti: Skrb za osebno premoženje.* Ljubljana: Gospodarski vestnik.
7. Bilban, M. (2007). Kako razpoznati stres v delovnem okolju. *Delo in varnost*, (52), 31.
8. Božič, M. (2003). *Stres pri delu.* Ljubljana: GV Izobraževanje.
9. Bregar, L., & Ograjenšek, I. (2008). *Izbrana poglavja iz statistike za poslovno odločanje.* Ljubljana: Ekonomska fakulteta.
10. Brežnik, R., Bele, B., & Cek, M. (2011). *Unisvet - odprti kurikulum in analiza podatkov z excelovimi vrtilnimi tabelami.* Ljubljana: GZS Center za poslovno usposabljanje.
11. CICA survey. (2012). Najdeno 2. septembra 2015 na spletnem naslovu <http://www.newswire.ca/news-releases/focus-on-personal-finances-to-avoid-stress-cica-survey-511123701.html>.
12. Clark, A. (2014). Financial Stress: a Workplace Epidemic. *ACI Specialty Benefits.* Najdeno 2. septembra 2015 na spletnem naslovu <https://acieap.com/blog/post/financial-stress-a-workplace-epidemic>.
13. Cvetanović, S. (2006). *Osebnne finance in njihovo upravljanje* (diplomsko delo). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Ekonomska fakulteta.
14. Damjan, J., & Možina, S. (2002). *Obnašanje potrošnikov.* Ljubljana: Ekonomska fakulteta.
15. Dernovšek, Z., Gorenc, M., Jeriček, H., & Tavčar, R. (2007). *Stres, tesnoba in depresija pri bolnikih z rakom.* Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja RS.
16. Doviak, P. (2015). How to incorporate Behavioral finance theory into planning practice. *Journal of financial planning*, 28, 30-32.
17. Elkin, A. (2014). *Obvladovanje stresa za telebane* (2. izd.). Ljubljana: Pasadena.
18. Financial Literacy. (2015). V *Investopedia*. Najdeno 6. septembra 2015 na spletnem naslovu <http://www.investopedia.com/terms/f/financial-literacy.asp>

19. *Finančna pismenost*. (2013). Najdeno 18. septembra 2015 na spletnem naslovu http://deepblue.uni-mb.si/lukoper/FinancnaPismenost/10_osebni_finanni_nart_ofn.html
20. Fromm, E. (2013). *Imeti ali biti*. Ljubljana : Mladinska knjiga.
21. Furnham, A. & Argyle, M. (1998). *The New Psychology of Money*. New York: Routledge.
22. Glavnik M. (2005). *Pošten denarni priročnik: kaj morate vedeti o ustvarjanju denarja*. Ljubljana: Consilium IAM d.o.o..
23. Grable, J. E., & Britt, S. L. (2012). Assessing Client Stress and Why It Matters to Financial Advisors. *Journal of Financial Service Professionals*, 66(2), 39-45.
24. Groznik, P. (2001). Vodnik za upravljanje osebnega premoženj. *Moje finance*, 1(1), 9-10.
25. Jerman, J. (2005). Stres pri strokovnih delavcih v vzgojno-izobraževalnih in prevzgojnih zavodih. *Socialna pedagogika*, 9(4), 469-498.
26. Joo, S. (2008). *Personal Financial Wellness*. New York: Springer.
27. Keown, A. J. (2003). *Personal finance: Turning money into wealth*. New Jersey: Pearson Education Inc.
28. Kiyosaki, R. T. (2011). *Povečajte svoj finančni IQ : pametneje razpolagajte z denarjem*. Varaždin : Katarina Zrinski.
29. Kleindienst, R. (2001). *Varčevanje v domačih in tujih delnicah*. Ljubljana: GV Založba.
30. Lamut, U., & Macur, M. (2012). *Metodologija družboslovnega raziskovanja: Od zasnove do izvedbe*. Ljubljana: Založba Vega.
31. Lazaraus, A., & Clifford, N. (2000). *101 nasvet kako ohraniti duševno zdravje v norem svetu*. Ljubljana: Hekure.
32. Levovnik, D. (2014). *Stres na delovnem mestu*. Ljubljana: Združenje delodajalcev obrti in podjetnikov Slovenije.
33. Lindemann, H. (1982). *Premagani stres*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
34. Luban Plozza, B., & Pozzi, U. (1994). *V sožitju s stresom*. Ljubljana: DZS.
35. Lubej, S., & Stanonik, A. (2009). *Urejene osebne finance za vsakogar*. Maribor: Kapital.
36. Lubej, S. (2005). *Vzajemni skladi za vsakogar, druga razširjena izdaja*. Maribor: Kapital.
37. Madura, J. (2011). *Financial markets and institutions* (9th ed). Mason Ohio: South-Western Cengage Learning.
38. Madura, J. (2014). *Personal finance*. New Jersey: Pearson Education Inc.
39. Middleton, K. (2014). *Stres: kako se ga znebimo*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
40. Mramor, D. (1993). *Uvod v poslovne finance*. Ljubljana : Gospodarski vestnik.
41. Pollan, S., & Levine, M. (1998). *Končajte v bankrotu*. Ljubljana: Orbis.
42. *Postavljanje ciljev*. (2008). Najdeno 18. septembra 2015 na spletnem naslovu <http://www.blazkos.com/postavljanje-ciljev.php>.
43. *Premoženjska piramida*. (2010). Najdeno 18. septembra 2015 na spletnem naslovu <http://www.unicreditbank.si/dokument.asp?id=1265&print=yes>.
44. Rakovec-Felser, Z. (2009). *Psihologija telesnega bolnika in njegovega okolja*. Maribor: Pivec.
45. Rakovec-Felser, Z. (2002). *Zdravstvena psihologija*. Maribor: Univerza v Mariboru, Visoka zdravstvena šola.

46. *Reduce financial stress*. (2010). Najdeno 2. septembra 2015 na spletnem naslovu <http://www.mountaineerfinancialplanning.com/ourviews.asp?SPID=51542&LinkID=102886&Title=&preview=>.
47. Rihter, J. (2014). *Moj finančni trg in moje premoženje*. Najdeno 1. septembra 2015 na spletnem naslovu http://www.scpet.net/vss/xinha/plugins/ExtendedFileManager/demo_images/egradiva/interna_EKO/TBP/TBP_10_Osebne_finance_in_upravljanje__Rihter_14.pdf
48. Schmidt, A. (2001). *Najmanj, kar bi morali vedeti o stresu*. Ljubljana: Kmečki glas.
49. Starc, R. (2007). *Stres in bolezni*. Ljubljana: Sirius.
50. Svoljšak Miš, I. (2001). *Modro upravljam s svojim denarjem ali kako ravnati z osebnimi financami in premoženjem*. Izola: Desk.
51. Šarotar Žižek, S., Treven, S., Jimenez, P., & Potočnik, A. (2013). *Premagovanje stresa kot sredstvo za zagotavljanje dobrega počutja*. Najdeno 2. septembra 2015 na spletnem naslovu <http://www.chance4change.eu/uploads/9/8/2/6/9826663/2013-c4c-znanstvena-monografija-slo.pdf>.
52. Šterman Ivančič, K. (2013). *Izhodišča merjenja finančne pismenosti v raziskavi PISA 2012 s primeri nalog*. Najdeno 18. septembra 2015 na spletnem naslovu http://www.pei.si/UserFilesUpload/file/digitalna_knjiznica/Documenta_8_ISBN_978-961-270-196-3_PDF/978-961-270-196-3.pdf.
53. Treven, S. (2005). *Premagovanje stresa*. Ljubljana: GV Založba.
54. Turner, J. (2015). *Coping with financial stress*. Najdeno 2. septembra 2015 na spletnem naslovu <http://miami-dade.ifas.ufl.edu/old/programs/efnep/publications/Coping-with-Financial-Stress.PDF>
55. *Vedenjske finance*. (2008). Najdeno 18. septembra. 2015 na spletnem naslovu <http://periskop.si/2008/07/kaj-so-vedenjske-finance/#.Vjtb-Rvovcs>
56. Vezovišek, M. (2014). *Osebni finančni načrt: Vaša navigacija do ciljev*. Ljubljana: Vezovišek & partnerji d. o. o.
57. Vezovišek, A. (2015). *Na pomoč! Kako naj ravnam z denarjem?* Ljubljana: Vezovišek & partnerji d. o. o.
58. *Wells Fargo survey*. (2014). Najdeno 2. septembra. 2015 na spletnem naslovu https://www.wellsfargo.com/about/press/2014/20140220_financial-health/
59. Winsor, M. (2015). *Who Is Angus Deaton? How Nobel Economics Prize Winner's Income Inequality Research Challenged 'Wealthier Is Healthier' Notion*. Najdeno 2. septembra 2015 <http://www.ibtimes.com/who-angus-deaton-how-nobel-economics-prize-winners-income-inequality-research-2137557>

PRILOGA

KAZALO PRILOG

Priloga 1: Anketni vprašalnik.....	1
------------------------------------	---

Priloga 1: Anketni vprašalnik

Stres na področju osebnih financ

Spoštovani!

Sem Jan Valenčič študent podiplomskega študija na Ekonomski fakulteti v Ljubljani. V magistrski nalogi raziskujem vpliv neurejenih osebnih financ na raven stresa posameznika. Hvaležen bom, če si vzamete 3-5 minut in rešite anketo ter mi tako pomagate pri zbiranju podatkov. Zagotavljam vam popolno anonimnost, zbrani podatki bodo uporabljeni le za raziskovalne namene magistrskega dela.

Iskreno se vam zahvaljujem za sodelovanje!

Q1 - Kako bi ocenili stanje urejenosti svojih osebnih financ pred sodelovanjem z neodvisnim finančnim svetovalcem podjetja X ter kako ocenjujete trenutno stanje svojih osebnih financ? Pri vsaki trditvi obkrožite ustrezen odgovor, pri čemer velja lestvica: 1- popolnoma neustrezno urejeno; 2- neustrezno urejeno; 3- zadovoljivo urejeno; 4-dobro urejeno; 5- odlično urejeno.

	1- popolnoma neustrezno urejeno	2- neustrezno urejeno	3- zadovoljivo o urejeno	4-dobro urejeno	5-odlično urejeno
Kako bi ocenili splošno stanje svojih osebnih financ?	☐	☐	☐	☐	☐
Kako bi ocenili stanje na področju upravljanja vaših naložb (delnic, obveznic, skladov, itd.) ?	☐	☐	☐	☐	☐
Kako bi ocenili urejenost vaših zavarovanj?	☐	☐	☐	☐	☐
Kako bi ocenili stanje na področju načrtovanja svojih osebnih financ?	☐	☐	☐	☐	☐
Kako bi ocenili urejenost vaših varčevanj?	☐	☐	☐	☐	☐

Q2 - Kako bi ocenili trenutno stanje urejenosti svojih osebnih financ? Pri vsaki trditvi obkrožite ustrezen odgovor, pri čemer velja lestvica: 1- popolnoma neustrezno urejeno; 2- neustrezno urejeno; 3- zadovoljivo urejeno; 4- dobro urejeno; 5- odlično urejeno

	1- popolnoma neustrezno urejeno	2- neustrezno urejeno	3- zadovoljivo o urejeno	4-dobro urejeno	5-odlično urejeno
Kako bi ocenili splošno stanje svojih osebnih financ?	☐	☐	☐	☐	☐
Kako bi ocenili stanje na področju upravljanja vaših naložb (delnic, obveznic, skladov, itd.) ?	☐	☐	☐	☐	☐
Kako bi ocenili urejenost vaših zavarovanj?	☐	☐	☐	☐	☐
Kako bi ocenili stanje na področju načrtovanja svojih osebnih financ?	☐	☐	☐	☐	☐
Kako bi ocenili urejenost vaših varčevanj?	☐	☐	☐	☐	☐

Q3 - Pri vsaki trditvi obkrožite ustrezen odgovor, pri čemer velja lestvica: 1-nikoli; 2-redko; 3-pogosto; 4-zelo pogosto; 5-vedno.

	1- nikoli	2- redko	3- pogosto	4- zelo pogosto	5- vedno
Kako pogosto ste občutili stres pred sodelovanjem s svetovalnim podjetjem X zaradi težav, ki so izhajale iz področja osebnih financ?	☐	☐	☐	☐	☐
Kako pogosto trenutno doživljate stres zaradi težav, ki izhajajo iz področja osebnih financ?	☐	☐	☐	☐	☐

Q10_2 - Kako pogosto zaznate vsaj enega izmed navedenih simptomov stresa? Pri vsaki trditvi obkrožite ustrezen odgovor, pri čemer velja lestvica: 1-nikoli; 2-redko; 3-pogosto; 4-zelo pogosto; 5-vedno.

	1- nikoli	2- redko	3- pogosto	4- zelo pogosto	5- vedno
Glavoboli, bolečine v mišicah ali prsnem košu, stalna utrujenost, sprememba prehranjevalnih navad.	☐	☐	☐	☐	☐
Stalna razdražljivost, živčnost, občutek, da ne zmorete spremeniti stvari.	☐	☐	☐	☐	☐
Težave pri odločanju, pomanjkanje ustvarjalnosti, izguba smisla za humor.	☐	☐	☐	☐	☐

Q4 - Označite za vas najbolj pogosto posledico stresa. Pri vsaki trditvi obkrožite ustrezen odgovor, pri čemer velja, lestvica: 1- popolnoma se ne strinjam; 2- se ne strinjam; 3- se niti ne strinjam niti strinjam; 4- se strinjam; 5- popolnoma se strinjam.

	1- popolnoma se ne strinjam	2- se ne strinjam	3- se niti ne strinjam niti strinjam	4- se strinjam	5- popolnoma se strinjam
Nezmožen/a sem bil/a kvalitetno opravljati delo, raven moje delovne produktivnosti je padla.	☐	☐	☐	☐	☐
Padla je kakovost osebnih odnosov s (partnerjem, prijatelji ali otroci).	☐	☐	☐	☐	☐
Nisem dosegal/a osebnih ali poslovnih ciljev.	☐	☐	☐	☐	☐
Povečale so se moje bolniške odsotnosti.	☐	☐	☐	☐	☐

Q5 - Pri vsaki trditvi navedite vaše strinjanje s trditvijo pri čemer velja, lestvica: 1- popolnoma se ne strinjam; 2- se ne strinjam; 3- se niti ne strinjam niti strinjam; 4- se strinjam; 5- popolnoma se strinjam.

	1- popolnoma se ne strinjam	2- se ne strinjam	3- se niti ne strinjam niti strinjam	4- se strinjam	5- popolnoma se strinjam
Porabim več kot zaslužim.	☐	☐	☐	☐	☐
V povprečnem mesecu varčujem manj od 10 odstotkov svojih mesečnih prihodkov.	☐	☐	☐	☐	☐
Ko mi nekdo govori o osebnih finančah, ne poznam strokovnega izrazoslovja.	☐	☐	☐	☐	☐
Svoje finančne cilje si postavljam letno ali pogosteje in napredek pogosto pregledujem.	☐	☐	☐	☐	☐
Dnevno vodim osebni proračun oziroma imam stalen elektronski/ pisni pregled nad svojimi izdatki in prihodki.	☐	☐	☐	☐	☐

Q7 - Kolikokrat ste bili deležni neodvisnega finančnega sodelovanja v zadnjih 2 letih?

- ☐ Nikoli
- ☐ 1-krat v dveh letih
- ☐ 1-krat na leto
- ☐ 2-krat na leto
- ☐ več kot 2-krat na leto

Q8 - Pri vsaki trditvi navedite vaše strinjanje s trditvijo, pri čemer velja: lestvica: 1- popolnoma se ne strinjam; 2- se ne strinjam; 3- se niti ne strinjam niti strinjam; 4- se strinjam; 5- popolnoma se strinjam.

	1- popolnoma se ne strinjam	2- se ne strinjam	3- se niti ne strinjam niti strinjam	4- se strinjam	5- popolnoma se strinjam
Osebnostno neodvisno finančno svetovanje v podjetju X je izpolnilo vsa moja pričakovanja.	☐	☐	☐	☐	☐
Nasvete neodvisnega finančnega svetovalca sem v celoti upošteval/a.	☐	☐	☐	☐	☐
Nasveti neodvisnega finančnega svetovalca so mi prihranili več denarja kot sem za samo svetovanje plačal/a.	☐	☐	☐	☐	☐
Zaradi nasvetov neodvisnega finančnega svetovalca sem doživel/a manj stresa.	☐	☐	☐	☐	☐

XSPOL - Spol:

- ☐ Moški
- ☐ Ženski

XSTAR2a4 - V katero starostno skupino spadate?

- ☐ do 29 let
- ☐ 30 - 39 let
- ☐ 40 - 49 let
- ☐ 50 - 59 let
- ☐ 60 - 69 let
- ☐ nad 70 let

XIZ1a2 - Kakšna je vaša najvišja dosežena formalna izobrazba?

- ☐ Manj kot srednja šola
- ☐ Poklicna šola
- ☐ Gimnazija / srednja šola
- ☐ Višješolski strokovni program
- ☐ Visokošolski / 1. Bolonjska stopnja
- ☐ Univerzitetni program / 2. Bolonjska stopnja

Q9 - Vaš mesečni prihodek v €:

- ☐ do 900€
- ☐ 900 - 1300€
- ☐ 1300 - 1700€
- ☐ 1700 - 2100€
- ☐ nad 2100€