



**Uma promoção “imperdível” aqui. Uma compra por impulso ali. Um consumo exagerado acolá. Quando chega no final do mês, muitos não sabem onde foi parar o dinheiro. Para grande parte das pessoas, controlar decisões envolvendo as finanças é uma tarefa árdua.**

**Entre os verbos gastar, investir e comprar, na maioria das vezes, a impulsividade nos leva a cair na tentação do primeiro. Essa mesma impulsividade faz com que nossas escolhas financeiras não sejam ponderadas, algo que, como você deve imaginar, pode causar um rombo no orçamento pessoal.**

**Quando agimos por impulso é porque deixamos emoções falarem mais alto. Neste artigo, apresentamos três sentimentos que afetam as escolhas financeiras que fazemos: medo, tristeza e culpa.**

### EMOÇÕES X ESCOLHAS FINANCEIRAS

Mas, antes de falarmos sobre cada um destes sentimentos, é importante que se faça a seguinte pergunta: como as emoções têm a ver com nossas escolhas financeiras?

Dinheiro é emocional. Este é um princípio básico que nos ajuda a gerenciarmos melhor as finanças pessoais. Ao entendermos que nossas emoções interferem na nossa capacidade de tomar decisões baseadas em valor, diminuindo ou impedindo a realização de metas, conseguimos reconhecer quando essas mesmas emoções ofuscam o bom senso.

Todas as pessoas experimentam emoções, mas, infelizmente, a minoria está apta a distinguir como elas afetam financeiramente suas vidas. A competência emocional desempenha um papel fundamental no sucesso financeiro em geral.

### EMOÇÕES QUE INFLUENCIAM NOSSAS ESCOLHAS FINANCEIRAS

Como seres humanos, somos um poço de emoções. Basicamente tudo o que sentimos pode impactar no nosso bolso, direta ou indiretamente. Por exemplo, se você está com fome pode optar por comer em casa ou ir em um restaurante. Se está triste pode preferir passar o final de semana assistindo TV ou sair para fazer compras.

Esses são exemplos bem simples, mas que servem para mostrar o quanto nossas emoções podem afetar nosso orçamento pessoal. Para entrar um pouco mais no assunto, a seguir falaremos um pouco sobre escolhas financeiras:

- Por medo
- Por tristeza
- Por culpa

### ESCOLHAS FINANCEIRAS POR MEDO

O aumento do custo de vida e o risco do desemprego são dois fatores que fazem com que acendamos o alerta vermelho nas finanças pessoais. Muitos de nós, ao colocarmos a cabeça no travesseiro, passamos pelo efeito borboleta: “se eu perder o emprego ficarei sem dinheiro. Se ficar sem dinheiro, não conseguirei pagar o empréstimo, não terei comida na mesa, ficarei endividado”, e assim por diante.

# MEDO, TRISTEZA E CULPA

PODEM ESTAR ATRAPALHANDO SUAS ESCOLHAS FINANCEIRAS

Tony Robbins, escritor e palestrante motivacional, diz que “a qualidade da sua vida é igual à qualidade das suas emoções”. Parafrazeando Robins, podemos dizer que “a qualidade das nossas emoções é igual à qualidade das nossas decisões financeiras”.

E como esse medo pode afetar as escolhas financeiras? O medo de perder o emprego faz com que não tenhamos coragem de pedir um aumento, mesmo sabendo o quanto merecemos ganhar mais. O medo é também uma das razões pelas quais muitas pessoas hesitam quando se trata de tomar decisões de investimento.

## ESCOLHAS FINANCEIRAS POR TRISTEZA

A tristeza induz à impaciência. Ao tomarmos decisões sobre planejamento financeiro quando a tristeza é o sentimento latente, tendemos a manter o foco no presente. Com isso, procuramos por gratificações imediatas em troca de recompensas futuras.

Ao invés de considerarmos os benefícios de longo prazo, pela tristeza somos levados a suprir uma necessidade de ganhos em curto prazo. É o que acontece quando compramos o que não estávamos precisando ou gastamos mais do que deveríamos.

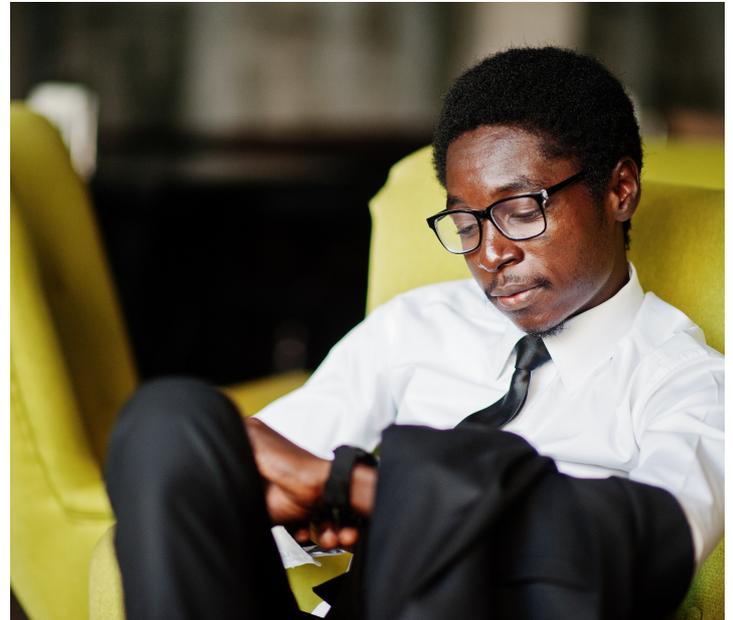
É muito comum, por exemplo, fazer compras online quando estamos eventualmente perderá o interesse tristes. No entanto, não importa o quão interessante seja um produto, uma vez comprado, você nele. Isso significa que você pode ter a alegria momentânea do produto, mas, no final do dia, o dinheiro terá diminuído e a tristeza pode não ter sido sanada.

## ESCOLHAS FINANCEIRAS POR CULPA

Quando nos sentimos culpados existe uma tendência de dizermos “sim” a tudo aquilo que nos pedirem. Por exemplo, pais podem comprar aos filhos tudo o que eles desejam, independentemente se podem ou não pagar. Você pode aceitar fazer uma viagem com um amigo, mesmo que para isso tenha que fazer um empréstimo.

A culpa também pode ocorrer em outras situações. Imagine que você tenha feito um investimento em ações sem fazer a devida análise e perdeu uma grande quantia de

dinheiro. Por conta disso você decide não investir mais e, mesmo sabendo que a poupança não é o melhor investimento, opta por deixar seu dinheiro lá.



## COMO SUPERAR AS EMOÇÕES QUE NOS AFASTAM DAS BOAS ESCOLHAS FINANCEIRAS?

Antes de tomar qualquer decisão que envolva seu dinheiro, tenha em mente quais são seus objetivos. Em seguida, faça os seguintes questionamentos: “como a decisão X vai impactar nas finanças? Se eu fizer tal coisa, me afastarei da meta Y?”

Essas perguntas servem como uma reflexão inicial, mas entenda que em nenhum momento as escolhas financeiras são feitas para impedir o lazer e o prazer. Se você está triste, por exemplo, dar um volta com um amigo ou sair para jantar com o parceiro pode ajudar. Tudo é uma questão de bom senso.

Reconhecer como a emoção afeta as decisões envolvendo as finanças é importante para que você não caia no erro de endividar-se como fruto de um instante de fraqueza. Lembre-se que o ideal é fazer o dinheiro trabalhar para você de modo que seus objetivos financeiros sejam conquistados e você tenha liberdade financeira para tomar decisões que lhe agradem.