



#ZOBACZ
EmOCJE



Finanse

W domach o pieniądzu

RODZICE



n. 1 A currency
coins and banknotes
in exchange for services
200



Opracowane przez:
Instytut Edukacji Pozytywnej

Redakcja merytoryczna:
Małgorzata Nowicka
Aleksandra Wzorek

Poniższa książeczka stanowi część pakietu edukacyjnego z zakresu zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w ramach programu #ZobaczEmocje. Materiał jest bezpłatny, dostępny na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa – Na tych samych warunkach, 4.0 Międzynarodowa Licencja Publiczna.

Finanse

W domu o pieniądzach

#edukacja finansowa

#kieszonkowe

#oszczędzanie

#budżetowanie

#potrzeby vs. zachcianki

#reklama i marketing

#presja konsumpcyjna

#materializm

#przykład rodziców



Finanse

W domu o pieniądzach

Rozmowy o pieniądzach – po co?

Czy dzieci powinny uczyć się o pieniądzach? Wielu rodziców unika tego tematu, obawiając się, że rozmowy o finansach uczynią dziecko materialistą. Albo nie wiedzą, jak się za to zabrać. Tymczasem brak edukacji finansowej może prowadzić do problemów w dorosłym życiu – impulsywnego wydawania, zadłużania się czy braku umiejętności oszczędzania.

Dzieci w wieku szkolnym już samodzielnie podejmują pierwsze decyzje zakupowe, dostają kieszonkowe i porównują się z rówieśnikami i rówieśniczkami. To czas, by nauczyć je wartości pieniędzy i mądrego zarządzania nimi.

W tym poradniku znajdziesz praktyczne wskazówki, jak dostosować rozmowy o finansach do wieku dziecka i jak kształtować zdrowe podejście do pieniędzy – bez presji konsumpcjonizmu.

Kiedy i jak rozmawiać?

Odpowiedź jest prosta: jak najwcześniej! Już kilkulatek wykazują naturalną ciekawość dotyczącą pieniędzy – zauważają, że rodzice płacą w sklepie, widzą bankomaty, zadają pytania o ceny i wartość rzeczy. To świetna okazja, by wprowadzać podstawowe pojęcia finansowe w codziennych sytuacjach.

A co, gdy dziecko jest już w wieku szkolnym?

7–10 lat: Pierwsze samodzielne doświadczenia z pieniędzmi

Dzieci w tym wieku zaczynają rozumieć podstawowe pojęcia finansowe. Widzą, że pieniądze są potrzebne do zakupów, ale często nie pojmują ich realnej wartości. Jak tego uczyć?

- Daj kieszonkowe i pozwól dziecku samodzielnie nim dysponować.
- Wykorzystuj codzienne sytuacje – np. planowanie zakupów czy rozmowy o cenach.
- Wprowadź proste pojęcia, takie jak oszczędzanie czy odróżnianie potrzeb od zachcianek.

11–14 lat: Świadome decyzje zakupowe

W tym wieku dzieci zaczynają w większym stopniu porównywać się z rówieśnikami; często ulegają wpływom reklam i influencerów. Czasem także pojawia się chęć zarabiania własnych pieniędzy. Na co warto zwracać uwagę?

- Zachęcaj do planowania większych wydatków i oszczędzania na nie (np. na wymarzony gadżet).
- Rozmawiaj o wartościach – czy warto kupować coś tylko dlatego, że „wszyscy to mają”? Pozwól dziecku zastanowić się nad tym samodzielnie, nie moralizuj!
- Ucz krytycznego myślenia o reklamach – analizujcie je razem i zastanawiajcie się, czy przedstawiają prawdę.
- Załóż dziecku konto bankowe i naucz je posługiwać się kartą płatniczą.

15–18 lat: Pierwsze zarobki i samodzielność finansowa

Nastolatki chcą być niezależne, więc to dobry czas na naukę budżetowania i podejmowania odpowiedzialnych decyzji finansowych. Co warto robić?

- Włączaj nastolatka w planowanie domowego budżetu.
- Zachęcaj do podejmowania dorywczych prac, np. opieki nad dziećmi czy wyprowadzania psów.
- Rozmawiaj z dzieckiem o takich zagadnieniach jak kredyty, podatki czy inwestowanie – nie musi wszystkiego zrozumieć od razu, ale warto wprowadzać te tematy stopniowo.

Kieszonkowe – ile i jak często?

Kieszonkowe to nie tylko „dawanie pieniędzy”, ale przede wszystkim lekcja zarządzania nimi. Dzięki niemu dzieci uczą się planowania, oszczędzania i podejmowania pierwszych decyzji finansowych. Warto je traktować jako narzędzie edukacji ekonomicznej. Częstotliwość i wysokość kieszonkowego powinna zależeć od możliwości finansowych rodziny i wieku dziecka. I tak:

7–10 lat → lepiej wypłacać tygodniowo, by dziecko mogło zarządzać pieniędzmi w krótszym okresie. Kwotę kieszonkowego warto dostosować do potrzeb dziecka. Ważne jednak, by nie była zbyt duża. Jeśli dziecko będzie mogło za nie od razu kupić wszystko co zechce, nie będzie miało motywacji do oszczędzania i kieszonkowe nie spełni swojej roli edukacyjnej.



11–14 lat → można już rozważyć wypłaty raz na miesiąc, co będzie uczyło planowania na dłuższą metę. Nie każde dziecko będzie to od razu potrafiło, jeśli więc comiesięcznie wypłaty nie sprawdzają się w przypadku Twojego dziecka – pozostań przy tygodniówce.

15–17 lat → w tym wieku nastolatki mają zwykle większe potrzeby, warto ustalić z nimi wysokość kieszonkowego. Nadal jednak nie powinno ono być zbyt wysokie. Zachęcaj nastolatka/nastolatkę do sporządzania własnego budżetu i planowania większych wydatków.

Zasady dobrego kieszonkowego

Stała kwota i termin – dziecko powinno wiedzieć, kiedy dostaje pieniądze, by nauczyć się planowania.

Bez „zaliczek” i „wyrównywania braków” – jeśli wyda wszystko od razu, to cenna lekcja na przyszłość.

Bez płacenia za obowiązki domowe – kieszonkowe to nauka finansów, a nie zapłata za sprzątanie pokoju czy wynoszenie śmieci.

Jasne zasady – określ, na co dziecko może przeznaczać swoje pieniądze, a jakie wydatki są niedozwolone. Dziecko powinno te zasady zrozumieć. Mogą się one zmieniać dziecka upływem czasu – inne obowiązują siedmiolatka, inne nastolatka/nastolatkę. Jeśli dziecko złamie te zasady, powinno ponieść ustalone wcześniej konsekwencje.

Ważne

Nie warto interweniować przy każdym zakupie, pod warunkiem, że dziecko nie łamie ustalonych z nami zasad. Jeśli dziecko kupi coś, a później tego zakupu żałuje, to dobra lekcja. Warto jednak pytać: „Czy naprawdę tego potrzebujesz?” i zachęcać do przemyślanych decyzji. Byle bez moralizowania! Z naszej perspektywy wydatek dziecka może wydawać się bezsensowny, ale dla niego może być czymś ważnym i wartościowym.

Jak uczyć oszczędzania?

Dzieci szybko uczą się wydawania pieniędzy, ale oszczędzanie wymaga praktyki i ukształtowania odpowiednich nawyków. Jak im to ułatwić?

Ustalanie celu – łatwiej odkłada się pieniądze, kiedy wiadomo, na co są przeznaczone. Może to być nowa gra, rower czy wakacyjna atrakcja. Warto pomóc dziecku oszacować, ile i jak długo musi odkładać. W przypadku większych wydatków można dodatkowo motywować



dziecko umawiając się z nim, że jeśli odłoży określoną kwotę, to rodzice dopłacą mu brakującą część.

Metoda trzech skarbonek – zachęcaj dziecko, żeby stosowało prosty system podziału pieniędzy (np. trzy oddzielne skarbonki) na:

- wydatki bieżące (np. drobne przyjemności)
- oszczędności (np. na większy cel)
- pomoc innym (np. na cel charytatywny)

Przykład idzie z góry. Dzieci i młodzież uczą się przez obserwację. Jeśli widzą, że rodzice planują budżet i oszczędzają na wakacje czy nowy sprzęt, same chętniej będą odkładać pieniądze.

Płacić czy nie płacić?

Wielu rodziców zastanawia się, czy płacenie za domowe obowiązki to dobry pomysł. Dlaczego warto tego unikać? Nagroda finansowa za sprzątanie czy inne obowiązki domowe działa jak motywacja zewnętrzna – dziecko wykonuje je nie z poczucia odpowiedzialności, ale dla zapłaty. Może to osłabić jego motywację wewnętrzną, czyli naturalną chęć pomagania innym bez oczekiwania nagrody. W efekcie:



- Dziecko może odmówić sprzątaniam, jeśli nie dostaje za to pieniędzy.
- Może zacząć negocjować każdą pomoc („Posprzątam, ale za dyche”).
- Nie nauczy się, że obowiązki domowe to naturalna część życia, a nie coś, za co należy się wynagrodzenie.

Zamiast płacić za codzienne zadania, warto budować w dziecku poczucie odpowiedzialności i współpracy. Oczywiście latorośl musi wiedzieć, co do jej obowiązków należy i czego od niej oczekujemy.

Żeby zachęcić do pomagania w domu bez płacenia, pamiętaj o dwóch sprawach:

- Doceniaj wysiłek, nawet jeśli początkowo dziecku coś nie wyjdzie tak, jak trzeba – pochwała działa lepiej niż pieniądze.
- Bądź konsekwentny/konsekwentna – obowiązki domowe to nie opcja, ale część codziennego życia.

Jeśli nie w domu, to gdzie dziecko może zarabiać? Jeżeli junior/juniorka chce dorobić, można proponować wynagrodzenie za prace wykraczające poza codzienne obowiązki, np. mycie samochodu, porządki w garażu czy pomoc sąsiadom. Starsi nastolatkwie/Starsze nastolatki mogą podejmować dorywcze prace poza domem.

Reklamy i presja konsumpcyjna

Dzieci i nastolatki są szczególnie podatne na wpływ reklam i rówieśniczych trendów. W pewnym momencie każdy rodzic słyszy: „Wszyscy w klasie to mają!” albo „Muszę to mieć, bo jest teraz modne!”. Kto lepiej pomoże dziecku podejmować świadome decyzje zakupowe niż Ty?

Jak działają reklamy?

Dzieci i młodzież często wierzą, że reklamy pokazują prawdę. Nie rozumieją, że są one starannie zaplanowane, by wzbudzać emocje i tworzyć sztuczne potrzeby. W dzisiejszych czasach reklama to nie tylko billboardy i spoty telewizyjne – często produkty są promowane w bardziej zakamuflowany sposób, a zwłaszcza przez influencerów. Dzieci ufają swoim idolom i idolkom i wierzą, że ci/te naprawdę są zachwyceni/zachwycone danym produktem, nie zdając sobie sprawy, że w rzeczywistości otrzymali oni/otrzymały one wynagrodzenie za jego reklamowanie. Dlatego o reklamach warto z dzieckiem (w wieku nastoletnim także) rozmawiać. Jak?

Analizujcie je razem – „Jak myślisz, czy ten produkt naprawdę działa tak, jak pokazują? Ja tak nie uważam, bo...”.

Ucz krytycznego myślenia – „Co sprawia, że ta reklama (albo ten influencer/ta influencerka) Cię przekonuje?”.



Pokaż różnice między rzeczywistością a reklamą – np. porównajcie te same produkty w reklamach i w rzeczywistości.

Presja rówieśnicza – „wszyscy to mają”.

**Często dzieci chcą czegoś tylko dlatego, że mają to inni.
Jak temu zaradzić?**

Rozmawiaj o wartościach – „Czy naprawdę chcesz to mieć, czy po prostu nie chcesz czuć się gorszy/gorsza?”.

Pomóż planować zakupy – „Jeśli za tydzień ta rzecz wciąż będzie Twoim marzeniem, możemy pomyśleć, jak na to oszczędzić”.

Pokaż alternatywy – czasem warto poszukać tańszego odpowiednika lub rozważyć zakup używanego produktu.

Wzmacniaj samoocenę dziecka – pokazuj mu, że jego wartość nie zależy od posiadanych rzeczy, ale od tego, kim jest. Pomóż mu dostrzec jego wyjątkowość i docenić mocne strony, budując poczucie własnej wartości oparte na cechach i umiejętnościach, a nie na materialnych dobrach.

Przykład idzie z góry

Dzieci i młodzież uczą się finansów przede wszystkim przez obserwację. Jeśli rodzic rozsądnie gospodaruje pieniędzmi, dziecko naturalnie przejmie te nawyki. Ale jeśli kupuje impulsywnie, narzeka na brak pieniędzy lub kłóci się o wydatki, dziecko również może przejąć te wzorce. Chcesz dawać przykład?

Rozmawiaj o finansach – nie musisz dzielić się wszystkimi problemami, ale pokaż dziecku, że pieniądze to ważne narzędzie, którym warto umieć mądrze zarządzać.

Tłumacz swoje decyzje – „Nie kupujemy teraz nowego telewizora, bo odkładamy na wakacje”. Starsze dzieci warto angażować w planowanie domowego budżetu.

Planuj zakupy – zamiast ulegać impulsom, twórz listy i porównuj ceny, by pokazać dziecku, jak podejmować przemyślane decyzje.

Unikaj emocjonalnych rozmów o pieniądzach – finanse nie powinny kojarzyć się dziecku ze stresem czy kłótniami, lecz z rozsądnym zarządzaniem i spokojnym podejściem.

Nie chcę wychować materialisty/materialistki!

Niektórzy rodzice boją się, że rozmowy o pieniądzach sprawią, że dziecko stanie się materialistą/materialistką.. W rzeczywistości jest odwrotnie – to brak edukacji finansowej i nadmierne przywiązywanie wagi do rzeczy mogą prowadzić do konsumpcyjnego podejścia do życia.

Jak uczyć dziecko, że pieniądze to nie wszystko? Na przykład:

Pokazuj, że relacje są ważniejsze niż rzeczy – zamiast kupować kolejną zabawkę, wybierzcie się na wspólną wycieczkę, zorganizujcie grę rodzinną albo spotkanie z rówieśnikami/rówieśniczkami.

Nie spełniaj każdej zachcianki – dziecko powinno wiedzieć, że nie może mieć wszystkiego od razu.

Zachęcaj do pomagania innym – wspólne działania charytatywne uczą empatii i pokazują, że wartość człowieka nie zależy od tego, co posiada.

Wzmacniaj poczucie własnej wartości dziecka – materializm często wynika z potrzeby akceptacji i porównywania się z innymi. Jeśli dziecko czuje się pewnie, rzadziej ulega presji kupowania.

Dobre praktyki

Edukacja finansowa dziecka to proces, który warto prowadzić systematycznie, dostosowując tematykę do wieku i możliwości dziecka. Nie chodzi o wykłady ekonomiczne, ale o pokazywanie w praktyce, jak działa świat pieniędzy.



Jak to robić?

Podczas zakupów: angażuj dziecko w wybory, pokazuj różnice w cenach, tłumacz, jak działa budżet domowy.

Przy okazji kieszonkowego: rozmawiaj o podziale pieniędzy – na wydatki, oszczędności i cele dobroczynne.

Podczas codziennych rozmów: niech finanse będą naturalnym tematem, a nie tabu – pokazuj, jak podejmujesz decyzje finansowe.

Gdy dziecko chce coś kupić: zachęcaj do przemyślenia decyzji i planowania wydatków.

Pytania do refleksji

- Jakie wartości związane z pieniędzmi chcę przekazać swojemu dziecku?
- Czy moje dziecko ulega presji rówieśniczej i reklamom? Jak mogę mu pomóc w bardziej świadomych decyzjach?
- Jakie nawyki finansowe dziecko przejęło od nas? Czy są to dobre wzorce?
- Jak reaguję, gdy dziecko chce kupić coś, co uważam za zbędne? Czy pozwalam mu uczyć się na własnych błędach?
- Czy w naszym domu finanse są tematem tabu, czy też rozmawiamy o nich swobodnie?

Warto zapamiętać

- **Rozmowy o finansach warto zaczynać jak najwcześniej** – dzieci uczą się przez obserwację i codzienne doświadczenia.
- **Kieszonkowe to narzędzie edukacyjne**, a nie nagroda czy forma kontroli. Regularne, jasno określone kwoty uczą planowania i odpowiedzialności.
- **Oszczędzanie jest umiejętnością, którą można rozwijać** – warto kształtować w dziecku nawyk odkładania pieniędzy na większe wydatki.
- **Płacenie za obowiązki domowe osłabia motywację wewnętrzną** – dziecko powinno uczyć się odpowiedzialności i współpracy, a codziennych zadań nie traktować jak źródła dochodu.
- **Reklamy i influencerzy/influencerki mają ogromny wpływ na dzieci i młodzież** – warto uczyć je krytycznego myślenia i analizowania przekazów reklamowych.
- **Dzieci powinny wiedzieć, że pieniądze są narzędziem, a nie celem** – kluczowe jest wzmacnianie samooceny dzieci i pokazywanie, że wartości i relacje są ważniejsze niż rzeczy materialne.
- **Rodzice są najważniejszym wzorem** – sposób, w jaki sami zarządzamy finansami, wpływa na przyszłe nawyki naszych dzieci.



W pigułce

Świadomość finansowa to jedna z najważniejszych umiejętności, jakie możemy przekazać naszym dzieciom. Dobrze zarządzając swoimi pieniędzmi, będą w przyszłości bardziej niezależne, odpowiedzialne i pewne siebie. Nie chodzi o to, by dziecko stało się małym księgowym/małą księgową, ale by nauczyło się podejmować świadome decyzje finansowe. Dzięki mądrym podejściu uniknie wielu błędów, takich jak impulsywne wydawanie pieniędzy, zadłużanie się czy ślepe podążanie za modą.

To, czego nauczysz swoje dziecko dziś, zapoczątkuje w jego dorosłym życiu. A najlepsza wiadomość? Wcale nie musisz być ekspertem od finansów – wystarczy, że będziesz dla niego dobrym przewodnikiem/dobłą przewodniczką i wzorem. Powodzenia!

Ćwiczenia do samodzielnego wykonania:

1. Zakupy z dzieckiem

Cel: nauka planowania i podejmowania świadomych decyzji zakupowych.

Zadania:

Przed wyjściem na zakupy ustalcie z dzieckiem budżet i zróbcie listę zakupów.

Poproś dziecko o porównanie cen różnych produktów w sklepie.

Zachęć je do zastanowienia się, czy warto kupić droższy produkt, czy znaleźć tańszą alternatywę.

Po zakupach porozmawiajcie:

- Czy udało się trzymać budżetu?
- Czy wszystkie kupione rzeczy były naprawdę potrzebne?

2. Czy jesteś materialistą/materialistką?

Cel: Zrozumienie własnego podejścia do pieniędzy i materializmu

Zadania:

Przeprowadźcie w domu quiz – każdy domownik i każda domowniczka odpowiada na następujące pytania:

- Czy uważam, że posiadanie drogich rzeczy czyni mnie bardziej wartościowym/wartościową?
- Czy często kupuję rzeczy, których nie potrzebuję?
- Czy czuję presję, aby mieć to, co moi znajomi/moje znajome?
- Czy potrafię cieszyć się z rzeczy niematerialnych, takich jak czas spędzony z rodziną?

Po teście porozmawiajcie, jak można pracować nad tym, by nie wpadać w pułapkę konsumpcjonizmu.



DOFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW BUDŻETU PAŃSTWA

PROGRAM Z ZAKRESU ZDROWIA PUBLICZNEGO

pn. Zobacz emocje – realizacja projektów i programów edukacyjnych, wychowawczych, interwencyjnych oraz profilaktycznych opartych na podstawach naukowych, w tym programów profilaktyki uniwersalnej, wskazującej i selektywnej.

Dotacja ze środków publicznych:
3 495 750,00 zł

DOFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW
Narodowego Programu Zdrowia
na lata 2021-2025 przekazanych przez
Ministerstwo Edukacji Narodowej



#ZOBACZ
EmOCJE

Program Psychoedukacji dla Młodzieży

#finanse

RODZICE

Ministerstwo
Edukacji Narodowej

