

# Sparsamma nyårslöften

Norrbottens-Kuriren den 15 januari 2018

En sjumilafärd börjar med ett steg. Med nyårslöften är det ofta annorlunda. Många spänner bågen för högt med löften om att träna flera gånger i veckan eller gå ner tioalet kilo i vikt. Sedan dröjer det bara ett par månader innan löftet är brutet. Jag vet, för jag har varit där många gånger i mars eller april.

Vår oförmåga att hålla löften till oss själva har studerats av nobelpristagaren i ekonomi, Richard Thaler. Hans ekonomiska experiment bekräftar min personliga erfarenhet av ofullständig självkontroll. Det finns en klyfta mellan människors långsiktiga planer och kortsiktiga agerande. Som tur är visar Thalers forskning hur vi kan överbrygga klyftan och övervinna vår kortsiktighet.

En förvånande insikt är att vi kan bli mer långsiktiga genom att skjuta upp det önskade beteendet! Många människor sparar för lite pengar inför sin pensionering. Oförmågan till sparande sitter så djupt att erbjudanden att spara mer ofta förkastas. Men det går att utforma mer aptitliga sparerbjudanden. Med inspiration från Thaler har flera företag i USA erbjudit sina anställda att spara en stor del av sina kommande löneförhöjningar. De flesta nappade på erbjudandet och kunde därmed fyrdubbla sitt sparande på tre år. De var villiga att spara mer av framtida medel som ännu inte trillat in på kontot.

Med hjälp av dagens teknik kan du enkelt skapa en sådan situation – ett smart kontrakt med dig själv. På min internetbank kan jag till exempel ställa in hur många kronor som automatiskt ska flyttas från lönekontot till investeringssparkontot varje månad. Det går dessutom att ställa in tidpunkten när det automatiska sparandet ska börja. Jag har själv använt den möjligheten när jag ville öka mitt sparande, men tvekade att göra det just den månaden. Detta knep fungerar eftersom vi människor är tröga vanedjur som inte ändrar vårt beteende i första taget. När vi väl har kommit igång fortsätter vi att spara av bara farten.

Sparande kan också underlättas av så kallad mental bokföring. Vi sorterar gärna våra pengar i kategorier eller mentala konton, som "räkningar", "semester" och "pensionssparande". Därför känns det värre att spendera pengar från investeringssparkontot än från lönekontot. Man kan tycka att detta är irrationellt – det är dina pengar och du kan flytta omkring dem precis som du vill. Men i praktiken kan du utnyttja detta tänkande till din egen fördel. Du kan skydda dina sparpengar från ditt sämre jag genom att byta namn på kontot!

Det finns alltså hopp för dina nyårslöften. Spänn bågen lagom högt och förenkla igångsättandet. Så gott som alla kan börja promenera en bit om dagen eller spara en femtiolapp i månaden. När du väl är igång kan du öka insatserna med tiden. Och det behöver som sagt inte vara fel att komma igång först om en månad.

**Henrik Jordahl**