

A PÉNZÜGYI ÖNGONDOSKODÁS KIALAKULÁSA, FOGALMI RENDSZERE, TÁRSADALMI HATÁSAI ÉS PERSPEKTÍVÁI

Kovács Zoltán¹

ABSZTRAKT

A tanulmány célja a pénzügyi öngondoskodás elméleti kereteinek rendszerezése, egységes fogalmi definíciójának kialakítása, valamint gazdasági hatásainak és perspektíváinak feltárása. Ehhez szintetizáló módszertant alkalmaz, amely a teljes körű szakirodalmi feltárás helyett a témában meghatározó szerzők releváns publikációinak célzott feldolgozására és integrálására épül. A gondoskodás és az öngondoskodás történeti és fogalmi ívéből kiindulva vezeti le a pénzügyi öngondoskodás jelentéstartalmát, hangsúlyozva annak többdimenziós és adaptív jellegét. Eredményként olyan multikontextuális definíciót fogalmaz meg, amely a pénzügyi tudást, a viselkedési mintázatokat, a döntési kompetenciákat és az alkalmazkodóképességet egységes rendszerként értelmezi. A tanulmány a fő komponenseinek részletes ismertetésén túl megmutatja, hogy a pénzügyi öngondoskodás nem csupán egyéni stratégia, hanem rendszerszintű jelentőséggel is bíró fogalom, mivel befolyásolja a gazdasági stabilitást, a jóléti rendszerek fenntarthatóságát és a társadalmi egyenlőtlenségek alakulását. Emellett kiemeli a digitalizáció és a fintech innovációk kettős szerepét, amelyek egyszerre bővítik a pénzügyi szolgáltatásokhoz való hozzáférést, javítják a döntéstámogatást és növelik a pénzügyi inklúziót. Ezzel egy időben azonban új típusú kockázatokat is generálnak, amelyek kezelése kulcsfontosságú a jövőbeli alkalmazás szempontjából. A tanulmány megállapításai alapján a témában további kutatási irányokat mutat az edukáció, a viselkedési beavatkozások és a digitális technológiák integrált hatásainak vizsgálataihoz.

JEL-kódok: D14, E21, G51, G53

Kulcsszavak: pénzügyi öngondoskodás, pénzügyi ismeretek, pénzügyi tervezés, digitalizáció

¹ *Kovács Zoltán* doktorjelölt, Soproni Egyetem, Lámfalussy Sándor Közgazdaságtudományi Kar, Széchenyi István Gazdálkodás- és Szervezéstudományok Doktori Iskola. Email: kovacs.zoltan@phd.uni-sopron.hu.

1. BEVEZETÉS

A pénzügyi öngondoskodás fogalma az elmúlt években a gazdasági és társadalmi diskurzus egyik központi elemévé vált. Jelentősége növekedésének háttérében a jóléti állami rendszerek strukturális átalakulása, illetve a demográfiai és gazdasági környezet bizonytalanságainak növekedése áll. A klasszikus állami dominanciájú gondoskodási eszközök fokozatos visszahúzódása következtében az egyének és háztartások önálló pénzügyi döntései egyre meghatározóbb szerepet töltenek be saját hosszú távú biztonságuk és jólétük alakításában. Ennek következtében a tervezett pénzügyi öngondoskodás ma már nem csupán egy kiegészítő stratégia, hanem a pénzügyi stabilitás egyik alapfeltétele.

A fogalom használata a szakirodalomban és a szakpolitikai diskurzusban egyaránt jelentős heterogenitást mutat és gyakran eltérő tartalommal jelenik meg. Egyes megközelítései a megtakarításokra és befektetésekre helyezik a hangsúlyt, míg mások a pénzügyi tudatosságot vagy a kockázatkezelési képességet emelik ki vele kapcsolatban. Ez a széttöredezetttség indokolttá teszi egy olyan egységes értelmezési keret kialakítását, amely képes integrált módon megragadni a pénzügyi öngondoskodás lényegét, hogy alkalmassá tegye azt további vizsgálatokra.

A tanulmány célja ennek megfelelően kettős. Egyrészt kialakít egy olyan, többféle kutatási és gyakorlati célra egyaránt alkalmazható definíciót, amely a pénzügyi öngondoskodást operacionalizálható módon ragadja meg. Másrészt rendszerezi és egységes keretbe foglalja a pénzügyi öngondoskodáshoz kapcsolódó legfontosabb elméleti megközelítéseket és a hozzá kapcsolódó jellemző sajátosságokat. Központi kérdése, hogy miként határozható meg olyan integrált fogalomként, amely egyszerre magyarázza a pénzügyi tudást, a döntési kompetenciákat, a tényleges pénzügyi magatartást, a hosszú távú biztonságra irányuló cselekvést és a társadalmi rendszerszintű következményeket egy modern pénzügyi környezetben. Önálló hozzájárulása abban áll, hogy a pénzügyi öngondoskodást nem pusztán megtakarítási, nyugdíj-előtakarékossági vagy pénzügyi műveltségi kérdésként értelmezi, hanem komplex, többdimenziós kompetencia- és viselkedérendszerként. Ezt a megközelítést a gondoskodás és az öngondoskodás tágabb elméleti keretébe illeszti, és olyan fogalmi rendszert kínál, amely későbbi empirikus vizsgálatok, szakpolitikai elemzések és pénzügyi edukációs programok számára is alkalmazható lehet.

Az elemzés módszertana elsősorban szintetizáló jellegű. Nem egy komplex irodalmi áttekintés a célja, hanem a tématerület meghatározó kutatóinak eredményeire támaszkodva egy koherens értelmezési keret kialakítása. A szakirodalom kiválasztása célzott, fogalomépítő logika mentén történt. A feldolgozott források között egyrészt a gondoskodás és öngondoskodás alapvető filozófiai, társadalomtudományi megközelítései, másrészt a pénzügyi műveltség, pénzügyi magatartás,

pénzügyi reziliencia, háztartási pénzügyek és digitális pénzügyi szolgáltatások meghatározó nemzetközi kutatásai szerepelnek. A gondolatmenet az általánosabb elméletektől halad a pénzügyi öngondoskodás specifikus komponensei, majd annak társadalmi és technológiai összefüggései felé. Olyan fogalmi kapcsolatok azonosítására törekszik, amelyek alapján a pénzügyi öngondoskodás önálló, többdimenziós értelmezési keretben ragadható meg.

A tanulmány egy logikai ívet követ, a gondoskodás általános fogalmától halad az egyéni felelősségvállalásként értelmezett öngondoskodáson keresztül a pénzügyi öngondoskodás specifikus jelentéstartalmáig. Ez a logikai levezetés nem pusztán fogalmi tisztázást szolgál, hanem lehetővé teszi annak megértését is, hogy a pénzügyi öngondoskodás milyen funkciókat tölt be a modern gazdasági rendszerekben. Ezáltal összekapcsolja a társadalmi gondoskodás intézményi kereteit az egyéni pénzügyi döntéshozattal. Ez a megközelítés lehetővé teszi, hogy a pénzügyi öngondoskodást ne pusztán egy statikus pénzügyi tevékenységként kezeljük, hanem egy komplex, többdimenziós, dinamikus képességként.

A pénzügyi öngondoskodás nem redukálható kizárólag a racionális döntéshozatal szintjére. A viselkedési megközelítések rámutatnak arra, hogy az egyének pénzügyi döntéseit számos kognitív és érzelmi tényező befolyásolja, amelyek gyakran eltérítik az optimális döntési pályától. Ennek következtében elengedhetetlen a viselkedési korlátok figyelembevétele, valamint azoknak az intézményi és technológiai megoldásoknak az elemzése, amelyek képesek ezeket a torzításokat mérsékelni.

A tanulmány külön figyelmet fordít a pénzügyi öngondoskodás rendszerszintű hatásaira. Az egyéni pénzügyi döntések aggregált eredményei jelentős mértékben befolyásolják a gazdasági stabilitást, az állami ellátórendszerek fenntarthatóságát és a társadalmi egyenlőtlenségek alakulását. Ebből következően a pénzügyi öngondoskodás nem csupán egyéni stratégia, hanem olyan jelenség, amelynek megértése nélkülözhetetlen a gazdaságpolitikai és társadalompolitikai folyamatok elemzéséhez is. A digitalizáció és a pénzügyi technológiai innovációk további új dimenziót adnak a vizsgálatokhoz. Az automatizált pénzügyi szolgáltatások, a mesterséges intelligencia alkalmazása és az adatvezérelt megoldások jelentősen átalakítják a pénzügyi döntéshozatal környezetét. Ezek a fejlemények egyrészt elősegítik a pénzügyi szolgáltatásokhoz való hozzáférést és a döntéstámogatást, másrészt azonban új kockázatokat is generálnak, amelyek beépítése a fogalmi keretbe elengedhetetlen.

Összességében a tanulmány arra vállalkozik, hogy a pénzügyi öngondoskodást, mint komplex, dinamikus és multidiszciplináris jelenséget értelmezze, amely az egyéni döntéshozatal, az intézményi struktúrák és a technológiai fejlődés metszéspontjában helyezkedik el. Ezzel hozzájárulhat ahhoz, hogy a pénzügyi öngondoskodás ne csupán elméleti fogalomként, hanem a gyakorlatban is alkal-

mazható konstrukcióként jelenjen meg. A tanulmány önálló hozzáadott értéke egy olyan fogalmi keret kialakítása, amely a pénzügyi öngondoskodást nem elszigetelt pénzügyi döntések sorozataként, hanem a változó jövedelmi, egészségügyi, technológiai és intézményi kockázatokhoz igazodó döntési rendszerként értelmezi. A pénzügyi műveltség, a pénzügyi magatartás, a reziliencia, a viselkedési torzítások és a digitális pénzügyi eszközök szempontjait együttesen kezeli, ezáltal világosabb alapot ad azok későbbi méréséhez és gyakorlati fejlesztéséhez, amely empirikus vizsgálatok, szakpolitikai elemzések és pénzügyi edukációs programok számára is alkalmazható lehet.

2. GONDOSKODÁS

2.1. A gondoskodás történeti gyökerei

A gondoskodás fogalma és gyakorlata egyidős az emberiséggel. Szakemberek megállapításai szerint már 40-70 ezer éve a neandervölgyi közösségekben is létezhetett a sérült vagy legyengült egyéneknek nyújtott valamilyen szintű társas gondoskodás és támogatás. Ez fontos bizonyíték arra, hogy az emberi gondoskodás és együttműködés gyökerei mélyen visszanyúlnak az emberi evolúció történetébe, és már az ősember is képes volt tartós gondoskodási tevékenységre (Trinkaus–Zimmerman, 1982). Az emberi faj fejlődésében kulcsszerepet játszott az úgynevezett allomaternalis gondoskodás, vagyis az a jelenség, amikor nemcsak az anya, hanem a közösség más tagjai, rokonok és nem rokonok egyaránt, részt vesznek a gyermeknevelésben. Ez az együttműködés erősítette a közösségi kohéziót, növelte a túlélési esélyeket és kialakította az ember társas természetét. Az empátia és az együttműködés evolúciós gyökerei a gondoskodásra épülő kapcsolatokban kereshetők (Hrdy, 2009).

Az ókorban a gondoskodás intézményesült. Az önmagunkról való gondoskodás az etikai élet egyik alapelve lett, személyes, társadalmi és kulturális gyakorlat is egyben. Az önformálás módszerei azonban jelentősen különböztek Egyiptomban, a görög világban és a római korban. Egyiptomban elsősorban vallási és rituális jellegű gyakorlatként jelent meg. Az egyén feladata volt, hogy életét a fennálló rendhez igazítsa, és erkölcsi tisztaságát megőrizze. A gondoskodás ebben az összefüggésben inkább a vallási és társadalmi normák követését jelentette. A klasszikus görög filozófiában az önmagunkról való gondoskodás már tudatos filozófiai életgyakorlatként jelent meg és az etikai gondolkodás középpontjában állt. A szabad polgár életének alapvető feltétele volt, hogy erkölcsileg és intellektuálisan autonóm személlyé váljon. Rómában a hangsúly az erkölcsi fegyelmén és a társadalmi kötelességen volt. A gondoskodás gyakorlata életvezetési technikák

rendszerévé, komplex etikai technológiává vált, amely az egyén életének minden területét érintette. A cél az volt, hogy az ember belső szabadságot és önuralmat érjen el (Foucault, 1988).

A kereszténység megjelenése gondoskodási forradalmat jelentett. A korai keresztény gondolkodásban a szegények támogatása erkölcsi és vallási kötelességgé vált. Az egyház létrehozta az első szociális intézményeket, árvaházakat, szegénygondozási helyeket, a gondoskodás így erkölcsi parancsolatból strukturált társadalmi intézménnyé vált (Brown, 2002). A kereszténység nem utasította el az orvoslást, hanem integrálta azt a vallási gondolkodásába és hangsúlyozta a betegek és rászorulóknak gondozásának erkölcsi kötelességét. A jótékonyági gyakorlatok hozzájárultak az első kórházak kialakulásához és jelentős hatással voltak a nyugati orvoslás fejlődésére (Ferngren, 2009).

2.2. A gondoskodás a jóléti államok kialakulása után

A 19–20. században megerősödő modern jóléti államok Esping-Andersen (1990) klasszikus tipológiája szerint különböző módon viszonyulnak a gondoskodás, a társadalmi biztonság és az erőforrások elosztásának kérdéséhez. Három jóléti típus különböztethető meg, amelyek eltérő intézményi modellek szerint működnek. Leginkább abban különböznek, hogy milyen szerepet tulajdonítanak az államnak, a piacnak és a családnak a gondoskodási feladatok ellátásában.

A liberális jóléti modell (pl. Egyesült Államok, Kanada, Egyesült Királyság) alapja a piac elsődlegessége. Az állam minimális védőhálót nyújt, az egyének viselik a gondoskodás döntő részét. Jelentős a szerepe a magánbiztosításoknak és piaci szolgáltatóknak. Jellemzői az erősen célzott, rászorultsági alapon járó támogatások és a viszonylag szerény szociális juttatások. A konzervatív-korporatista modell (pl. Németország, Ausztria, Franciaország) védi a társadalmi státuszokat és a hagyományos családi struktúrákat, de kevésbé univerzális, mint a szociáldemokrata rendszer. Alapja az állam és a család közötti feladatmegosztás; az állam kiegészíti, de nem helyettesíti a családi gondoskodást. Jellemzően a juttatások szintje magas, de a jogosultság a foglalkoztatottságtól függ. A szociáldemokrata jóléti modell (pl. skandináv országok) kínálja a legtágabb ellátási struktúrát. A gondoskodás intézményes formában működik, teljes a társadalmi kockázatközösség, az állam kiegyenlíti a különbségeket. Jellemzői az univerzális, mindenki számára hozzáférhető ellátások és hangsúlyos a nemi egyenlőség és a nők munkavállalásának támogatása (Esping-Andersen, 1990).

2.3. A gondoskodásetika fejlődése

A gondoskodásetika a 20. század végére vált meghatározó kutatási témává. Szakértői szerint a gondoskodás az erkölcsi ítéletalkotás egyik alapvető dimenziója, amely a mások iránti felelősségre, az empátiára és a kapcsolatok fenntartására épül. Az etikai döntések nem csupán absztrakt morális elvek alkalmazásán alapulnak, hanem a konkrét emberi szükségletek felismerésén és a gondoskodási kötelezettségek mérlegelésén is (Gilligan, 1982). A gondoskodás olyan relációs erkölcsi gyakorlat, amely a gondoskodó személy és a gondoskodásban részvevő személy közötti kapcsolatban valósul meg. Lényege a másik szükségleteire való figyelmes reagálás és az a szándék, hogy a másik jólétét előmozdítsuk. A gondoskodás erkölcsi alapja az empátia, a figyelem és a kölcsönös kapcsolat (Noddings, 1984).

Szélesebb társadalmi és politikai értelemben a gondoskodás olyan társadalmi gyakorlat, amely az emberi élet fenntartásához és a közösségek működéséhez szükséges. A gondoskodás folyamata több egymást követő fázisra bontható: a szükségletek felismerésére, a felelősség vállalására, a gondoskodás végrehajtására és a gondoskodás fogadására. Ezekhez adódik hozzá a közösségi együttműködésen alapuló gondoskodás. A gondoskodási tevékenységek gyakran egyenlőtlenül oszlanak meg a társadalomban, és sokszor láthatatlan munkaként jelennek meg (Tronto, 1993, 2013). A gondoskodásetika alapvetően új perspektívát kínál a morális gondolkodás számára. Az emberi társadalmak működésének alapja az egymásra utaltság és a gondoskodási kapcsolatok rendszere, emiatt a gondoskodás a társadalmi intézmények és a politikai döntéshozatal értelmezésében is alapvető kategóriának tekinthető. A gondoskodás etikája nem csupán személyes kapcsolatban jelenik meg, hanem társadalmi és politikai jelentőséggel is bír (Held, 2006). A hagyományos igazságosságelméletek gyakran figyelmen kívül hagyják a függőség és a gondoskodás mindennapi realitását, emiatt a gondoskodás nem csupán magánügy, hanem alapvető társadalmi és politikai kérdés is. Ehhez olyan igazságos modellre van szükség, amely figyelembe veszi az emberek egymásra utaltságát és a gondoskodási munkák társadalmi jelentőségét (Kittay, 1999).

A gondoskodásetika fejlődése jól mutatja, hogy a morálfilozófia és a társadalomtudományok egyre nagyobb figyelmet fordítanak az emberi kapcsolatok, a felelősségvállalás és az egymásra utaltság kérdéseire. Amennyiben a gondoskodás fogalmát szeretnénk röviden összefoglalni, nincs könnyű dolgunk, talán a legjobban a következőképpen írható le: A gondoskodás olyan alapvető emberi tevékenység, amely magában foglalja mindazt, amit azért teszünk, hogy fenntartsuk, megőrizzük és helyreállítsuk világunkat annak érdekében, hogy abban a lehető legjobban élhessünk (Fisher–Tronto, 1990).

3. ÖNGONDOSKODÁS

3.1 Az öngondoskodás kialakulása és fogalomköre

A gondoskodás fogalma a modern társadalomtudományi szakirodalomban olyan alapvető emberi tevékenységként jelenik meg, amely az egyének és közösségek fennmaradásának és jólétének biztosítására irányul. Etikai perspektívája azonban új megvilágításba helyezi az egyéni felelősség és az önmagunkról való gondoskodás kérdését. Emiatt a gondoskodás már nem csupán interperszonális kapcsolatként értelmezhető, hanem olyan társadalmi gyakorlatként is, amely emberek és közösségek saját működésének alapjait képezi. A gondoskodásetika alapvető felismerései az egyéni életvezetési stratégiák vizsgálatában is relevánsak.

Az öngondoskodás fogalma az egyéni felelősségvállalás, az autonómia és az életviteli döntések összefüggésében hosszú történeti fejlődés eredményeként alakult ki a modern társadalmakban. A jóléti rendszerek kiterjedése a 20. század második felére újraértelmezte az állam és az egyén közötti felelősségi viszonyt. A jóléti állam intézményei, a nyugdíjrendszerek, az egészségbiztosítás vagy a szociális ellátások, jelentős mértékben átvállalták az egyéni kockázatok kezelésének feladatát. Ugyanakkor a 20. század végére egyre erősebbé vált az a felismerés, hogy a társadalmi kockázatok kezelésében az állami és az egyéni felelősség egyensúlya szükséges. A különböző jóléti modellek azonban eltérő mértékben támaszkodnak az állami ellátásokra, a piaci megoldásokra és az egyéni felelősségre (Esping-Andersen, 1990). Az állami intézmények fenntarthatóságával kapcsolatos kihívások, a demográfiai változások vagy a nyugdíjrendszerek finanszírozási problémái egyre inkább előtérbe helyezik az egyéni öngondoskodás szerepét. A globalizáció és a pénzügyi rendszerek átalakulása tovább erősítette az öngondoskodás jelentőségét. A várható élettartam növekedése és a munkaerőpiaci bizonytalanság fokozódása mind hozzájárultak ahhoz, hogy az egyéni felelősség szerepe felértékelődjön. A modern társadalmakban egyre inkább szükségessé válik az állami és az egyéni megtakarítási rendszerek kombinációja (Barr–Diamond, 2008). Ebben az összefüggésben az öngondoskodás a jövőbeli pénzügyi biztonság megteremtésének egyik alapvető eszközévé vált.

Az öngondoskodás fogalma azonban nem kizárólag gazdasági vagy pénzügyi dimenzióban értelmezhető. Az ápolástudományban kidolgozott öngondoskodás elmélet szerint az egyének képesek saját egészségük fenntartására irányuló tevékenységeket végezni. Az ápolási ellátás akkor válik szükségessé, amikor az egyén nem képes önállóan kielégíteni alapvető szükségleteit (Orem, 2001). Az öngondoskodás szorosan kapcsolódik az egyéni autonómia és a felelősség kérdéséhez is. A gondoskodás etikájának kutatói szerint az egyén saját jólétének fenntartása

és a másokról való gondoskodás egymással összefüggő folyamatok. Az erkölcsi döntések jelentős része a kapcsolatok fenntartásához és a felelősségvállaláshoz kapcsolódik (Gilligan, 1982). Az öngondoskodás az egyéni és társadalmi gondoskodási rendszerek fontos elemének is tekinthető.

A modern társadalomtudományi irodalomban az öngondoskodás fogalma gyakran kapcsolódik az egyéni kompetenciák és képességek fogalmához is. Sen (1999) képességelmélete szerint az egyének jóléte nem csupán az anyagi erőforrásoktól függ, hanem attól is, hogy milyen képességekkel rendelkeznek életük alakításához. Az öngondoskodás ebben az értelemben olyan képességként értelmezhető, amely lehetővé teszi az egyén számára, hogy saját erőforrásait tudatosan kezelje, és felkészüljön a jövőbeli kockázatokra.

A pénzügyi és gazdasági szakirodalomban az öngondoskodás főleg a pénzügyi viselkedés és a pénzügyi kompetenciák vizsgálatában jelenik meg. A pénzügyi műveltség és a pénzügyi képesség kutatásai rámutattak arra, hogy az egyének pénzügyi döntései jelentős hatással vannak hosszú távú pénzügyi stabilitásukra. A pénzügyi műveltség hiánya jelentős akadálya lehet a hatékony megtakarítási és befektetési döntéseknek (Kovács–Dunay, 2026; Lusardi–Mitchell, 2014). A pénzügyi képesség koncepciója, amely magában foglalja a pénzügyi tudás, a pénzügyi viselkedés és az intézményi hozzáférés együttesét, az öngondoskodás modern értelmezésének fontos eleme (Xiao–O’Neill, 2016).

Az öngondoskodás fogalma a modern társadalomtudományi kutatásokban többdimenziós, egyrészt mint egyéni életvezetési stratégia, másrészt mint társadalmi intézményekkel összefüggő felelősségi rendszer. Az öngondoskodás magában foglalja az egészség megőrzésére, a pszichológiai jólét fenntartására, a szociális kapcsolatok ápolására valamint a gazdasági és pénzügyi stabilitás biztosítására irányuló tevékenységeket.

3.2. Az öngondoskodás fogalma és szerepe

Az öngondoskodásnak nem létezik egy egzakt, mindenki által elismert, pontos definíciója. Mindenkinek van elképzelése a fogalom jelentéséről, de ez egyénenként más és más, nagyban függ a személyes családi, egészségi, szociális és mentális állapottól, valamint aktuális életkörülményektől, anyagi helyzetétől, kortól, és egyéb pillanatnyi érzelmektől. Az öngondoskodás az a képesség és gyakorlat, amellyel az egyén tudatosan gondoskodik saját fizikai, mentális, érzelmi és anyagi jólétéről. A WHO (2022) megfogalmazása szerint az öngondoskodás azon egyéni képességek és gyakorlatok összessége, amelyek révén az emberek képesek saját egészségüket és jólétüket fenntartani, megelőzni a betegségeket, kezelni a stresszt és alkalmazkodni az élet változásaihoz.

A modern öngondoskodás lényege, hogy az egyén felismeri a kockázatokat, erőforrásokat rendel hozzájuk, stratégiát épít kezelésükre és fenntartja a megalkotott rendszert. Az öngondoskodás nem egy plusz feladat, hanem egy életmód, egy hosszú távú beruházás, az identitás egyik alapeleme. Az a folyamat, amelyben az egyén felelősséget vállal saját jelenéért és jövőjéért, aktívan alakítja élettörténetét, amelyben saját életét folyamatos önreflexiók segítségével stratégiaileg tervezi. Ez a folyamat a modern önmenedzsment és egészségpszichológia egyik alapja, és összhangban áll azzal a szemlélettel, hogy az ember nem csupán a társadalmi és gazdasági környezet passzív elszenvedője, hanem aktív alakítója is (Giddens, 1991). Ma az egyéneknek a korábbinál sokkal nagyobb és tudatosabb szerepet kell vállalniuk saját jólétük fenntartásában (Fraser, 2016). A tudatos öngondoskodást három globális folyamat kényszeríti ki. Egyrészt a demográfiai változások. Az előregedő társadalmakban csökken a munkaképes korúak aránya és ez a folyamat veszélyezteti a nyugdíjrendszerek fenntarthatóságát. Hatására egyre nagyobb hangsúlyt kapnak az előtakarékoskodási formátumok. Másrészt a jóléti állapotok szűkülő kapacitása. A költségvetési terhek növekedése miatt a jóléti rendszerek fenntarthatósága romlik, a szociális hálók gyengülnek, az államok egyre több feladatot ruháznak át az egyénekre, így növelve azok pénzügyi terheit. Harmadrészt a gazdasági bizonytalanság. A jövedelmek ingadozása, a munkaerőpiaci kockázatok és a globális válságok hatásai mind növelik a pénzügyi felelősség egyéni súlyát. Ezek hatásainak kezelésére eszköz a tudatos öngondoskodás.

3.3. Az öngondoskodás fő dimenziói

A különböző tudományterületek, az egészségtudomány, a pszichológia, a szociológia és a közgazdaságtan eltérő szempontokból vizsgálják az öngondoskodást, ami a fogalom többdimenziós értelmezéséhez vezet. A különböző megközelítések miatt fontos az öngondoskodás multidimenzionális jellegének hangsúlyozása, mivel az egyéni jólét és stabilitás fenntartása több egymással összefüggő területen valósul meg párhuzamosan. Az öngondoskodás különböző aspektusai ezért nem értelmezhetők kizárólag egyetlen dimenzióban, mert azok egymást kiegészítő tényezők rendszerét alkotják.

A különböző tudományterületek szakirodalmának áttekintése alapján az öngondoskodás négy alapvető dimenziója különíthető el: fizikai, pszichológiai, szociális és gazdasági dimenzió. E dimenziók egymással összefüggő, de analitikailag elkülöníthető területeket jelentenek az egyéni életvezetésben. A fizikai dimenzió az egészség és az életfenntartás alapvető feltételeihez kapcsolódik, a pszichológiai dimenzió az érzelmi és mentális stabilitás fenntartását foglalja magában, a szociális dimenzió az egyén társadalmi kapcsolataira és közösségi beágyazottságára utal,

míg a gazdasági dimenzió az egyéni erőforrások kezelését és a jövőbeli biztonság megteremtését jelenti.

A dimenziók számának meghatározásakor fontos szempont az analitikai elkülöníthetőség és a fogalmi tisztaság. A négydimenziós modell megfelelő egyensúlyt teremt a fogalom komplexitásának bemutatása és az elemzés átláthatósága között. E modell lehetővé teszi az öngondoskodás különböző aspektusainak rendszerezett vizsgálatát, valamint alkalmas keretet biztosít az öngondoskodás egyes speciális formáinak elemzéséhez is.

3.3.1. Fizikai dimenzió

A fizikai dimenzió az öngondoskodás legkorábban kutatott és legszélesebb körben vizsgált területe. Az egészségtudományi kutatások az öngondoskodást elsősorban az egészség fenntartásához kapcsolódó tevékenységek rendszerének tekintik. Elméletük szerint az egyének aktív szerepet játszhatnak saját egészségük megőrzésében, például az egészséges életmód, a táplálkozás, a pihenés és a betegségek megelőzése révén (Orem, 2001). A közegészségügyi kutatások szintén hangsúlyozzák, hogy az egyéni egészségtudatosság jelentős hatással van a lakosság egészségi állapotára és az egészségügyi rendszerek fenntarthatóságára (WHO, 2009). A fizikai öngondoskodás tehát az egyén életének és egészségének fenntartására irányuló alapvető tevékenységek rendszerét jelenti.

3.3.2. Pszichológiai dimenzió

Az öngondoskodás pszichológiai dimenziója az egyén mentális és érzelmi jólétének fenntartására irányul. A modern társadalmakban az egyéni életvezetés egyre inkább tudatos önmenedzsmentet és önreflexiót igényel, az identitás reflexív projektként működik, amelyben az egyének folyamatosan értelmezik és alakítják saját életüket (Giddens, 1991). Az egyének nem passzív alanyai a társadalmi struktúráknak, hanem aktív szereplői saját identitásuk alakításának (Foucault, 1988). A pszichológiai öngondoskodás olyan tevékenységeket foglal magában, amelyek az érzelmi stabilitás, a mentális egészség és az önismeret fenntartását szolgálják.

3.3.3. Szociális dimenzió

Az öngondoskodás szociális dimenziója az egyén társadalmi kapcsolataival és közösségi beágyazottságával függ össze. Az emberek alapvetően egymásra utalt lények, ezért a jólét fenntartása nem kizárólag egyéni tevékenység. A gondoskodás-étika szerint az emberi kapcsolatok és a kölcsönös felelősség alapvető szerepet játszanak az erkölcsi és társadalmi életben (Gilligan, 1982; Held, 2006). A gondoskodás különösen fontos azokban a helyzetekben, amikor az emberek függősé-

gi viszonyokban élnek, például gyermekkorban vagy idős korban (Kittay, 1999). A szociális öngondoskodás ezért magában foglalja a társas kapcsolatok fenntartását, a közösségi támogatás igénybevételét és a társadalmi részvételt.

3.3.4. Gazdasági dimenzió

A modern társadalmakban az öngondoskodás egyik legfontosabb dimenziója a gazdasági biztonság megteremtése. A jóléti rendszerek átalakulása és a demográfiai változások következtében az egyéni felelősségnek egyre nagyobb a jelentősége a jövőbeli pénzügyi stabilitás biztosításában. Például a nyugdíjrendszerek általában több pillérre épülnek, amelyek kombinálják az állami ellátásokat, a foglalkoztatói rendszereket és az egyéni megtakarításokat, így az egyének egyre nagyobb felelősséget viselnek saját gazdasági és pénzügyi biztonságuk megteremtésében (Barr–Diamond, 2008). Az egyéni pénzügyi döntések jelentős hatással vannak a hosszú távú pénzügyi jólétre (Lusardi–Mitchell, 2014). A gazdasági öngondoskodás tehát az egyéni erőforrások kezelésére, a megtakarításra és a jövőbeli kockázatok kezelésére irányuló tevékenységeket foglalja magában.

Az öngondoskodás ma már multidimenzionális jelenségként értelmezhető, amely az egyéni életvezetés különböző területeit foglalja magában. A fizikai, pszichológiai, szociális és gazdasági dimenziók együttesen alkotják azt a komplex rendszert, amely lehetővé teszi az egyének számára saját jólétük és életminőségük fenntartását. A dimenziók különböző tudományterületek kutatásaihoz kapcsolódnak, egymást kiegészítik és együtt olyan integrált elméleti keretet alkotnak, amely alkalmas az öngondoskodás modern társadalmi jelentőségének vizsgálatára.

4. PÉNZÜGYI ÖNGONDOSKODÁS

4.1. A pénzügyi öngondoskodás fogalmi keretei

Az öngondoskodás dimenziói együttesen írják le azt a komplex életvezetési keretet, amelyen keresztül az egyének saját jólétük fenntartására törekszenek. A fizikai, pszichológiai és szociális dimenziók elsősorban a jelenbeli jólét fenntartásához járulnak hozzá, a gazdasági dimenzió azonban időben kiterjesztett, a jövőbeli hosszú távú stabilitás alapját is képezi. A jóléti rendszerek átalakulásával és a gazdasági bizonytalanság növekedésével párhuzamosan az egyének pénzügyi felelőssége egyre inkább felértékelődik. Ennek következtében ma már az öngondoskodás gazdasági dimenziója nem csupán egy elemként, hanem az egyéni életvezetés meghatározó tényezőjeként jelenik meg, ami közvetlen kapcsolatban áll

az egyén hosszú távú biztonságával, a jövőtervezési és a kockázatkezelési képességeivel.

A pénzügyi öngondoskodás a gazdasági öngondoskodás jövőspecifikus megnyilvánulásaként értelmezhető, amely az egyének pénzügyi erőforrásainak hosszútávon fenntartható, tudatos és tervezett kezelésére és ezzel a jövőbeli biztonságuk megalapozására irányul. Ebben az értelemben a pénzügyi döntések, a jövőbeli kockázatok kezelése vagy a megtakarítási stratégiák kialakítása mind a pénzügyi öngondoskodás speciális formáinak tekinthetők. A pénzügyi öngondoskodás azonban kapcsolatban áll az öngondoskodás többi dimenziójával is, emiatt nem szűkíthető le a szerepe kizárólag gazdasági kérdésekre, bár feladata kétségtelenül itt a legnagyobb (1. ábra).

1. ábra

A pénzügyi öngondoskodás kapcsolata a gondoskodás dimenzióival



Forrás: saját szerkesztés

A pénzügyi öngondoskodás a személyes pénzügyek kezelésének olyan tudatos formája, amely az öngondoskodás valamennyi dimenzióját érintve az egyén hosszú távú pénzügyi stabilitásának és jólétének biztosítására irányul. A kifejezésnek azonban a szakirodalomban nem található egységesen kanonizált alapterminusa, a fogalom a pénzügyi műveltség (financial literacy), a pénzügyi képesség (financial capability), a pénzügyi magatartás (financial behavior), a pénzügyi önhatékony-ság (financial self-efficacy), a pénzügyi önismeret (financial self-awareness) és a pénzügyi jólét (financial well-being) kutatási területeinek metszéspontjában helyezkedik el.

Tudásoldalát a pénzügyi műveltség irodalma ragadja meg. A pénzügyi tudás a humántőke egyik formája. Fejlesztése elengedhetetlen a jövőbeli pénzügyi stabilitás szempontjából (Kovács et al., 2021). A pénzügyi ismeretek hiánya gyengíti

a megtakarítási, hitelfelvételi és nyugdíjtervezési döntések minőségét (Lusardi–Mitchell, 2010), ez pedig jóléti veszteségekkel járhat mind egyéni, mind társadalmi szinten (Kovács–Sütő, 2020; Lusardi–Mitchell, 2023). A fejlettebb pénzügyi tudás nem csak a döntési stílust, hanem a tényleges pénzügyi eredményeket is befolyásolja, így hozzájárulhat a pénzügyi jólét növeléséhez (Chu et al., 2017). A pénzügyi ismeretterjesztésnek fontos szerepe van a pénzügyi reziliencia növelésében is (Katnic et al., 2024).

A pénzügyi képességszemlélet szerint nemcsak a tudás számít, hanem annak alkalmazási képessége is. A pénzügyi edukáció pozitív kapcsolatban áll a pénzügyi képességgel (Xiao–O’Neill, 2016), a pénzügyi képesség és a pénzügyi kompetencia pedig szignifikánsan összefügg a pénzügyi elégedettséggel (Xiao et al., 2014). A pénzügyi műveltség közvetlenül is pozitívan hat a pénzügyi jólétre, ugyanakkor a pénzügyileg képzettebb és tudatosabb személyek gyakran nagyobb pénzügyi aggodalmat éreznek. Ez részben azzal magyarázható, hogy jobban tisztában vannak a pénzügyi kockázatokkal és a jövőbeli bizonytalanságokkal (Xiao–Kim, 2022). A pénzügyi oktatás értéke nem kizárólag a tudásbővítésben rejlik, hanem abban is, hogy önbizalmat és cselekvési készséget fejleszt (Xiao–Porto, 2017). A pénzügyi viselkedés szerepét vizsgáló kutatások kimutatták, hogy a tudatos pénzügyi döntések, a megtakarítási szokások és a pénzügyi tervezés jelentősen hozzájárulnak az egyének pénzügyi biztonságához. Bai (2023) empirikus vizsgálata szerint a pénzügyi műveltség, a mentális költségvetés és az önkontroll együttesen jelentősen pozitív hatással vannak a pénzügyi jólétre.

A pszichológiai dimenziót az önhatékonyság és az önismeret kapcsolja be a pénzügyi öngondoskodás fogalmi keretébe. A pénzügyi műveltség pozitívan befolyásolja a pénzügyi önhatékonyságot, vagyis az egyén hitét abban, hogy képes jól kezelni pénzügyeit. A pénzügyi tudás azért javítja a jólétet, mert növeli a kompetenciaérzést és a cselekvési magabiztosságot. A pénzügyi képzésnek nemcsak ismereteket, hanem önbizalmat és alkalmazási készségeket is fejlesztenie kell (Lone–Bhat, 2024). A pénzügyi önismeret az egyének azon képessége, hogy felismerjék saját pénzügyi helyzetüket, viselkedési mintáikat, erősségeiket és gyengeségeiket a pénzügyek terén. Az önismeret hiánya gyakran túlzott kockázattaláláshoz vagy éppen indokolatlanul konzervatív döntésekhez vezet. A pénzügyi önismeret fejlesztése hozzájárul a tudatosabb és következetesebb pénzügyi magatartáshoz. A pénzügyi döntések nem pusztán racionális folyamatok, erősen befolyásolják az egyéni attitűdök és percepciók (Chowdhry–Dholakia, 2019).

A pénzügyi jólét a pénzügyi öngondoskodás egyik alapvető kiindulópontja. A pénzügyi jólét annak észlelése, hogy az egyén fenn tudja tartani jelenlegi és várhatóan kívánt életszínvonalát, valamint pénzügyi szabadságát (Brüggen et al., 2017). Általában azt a helyzetet jelenti, amikor az egyén képes fedezni aktuális pénzügyi kötelezettségeit, ellenálló a pénzügyi sokkokkal szemben, és biztonság-

ban érzi magát a jövőbeni pénzügyi kilátásait illetően. A pénzügyi jólét azonban nem pusztán objektív jövedelmi helyzet kérdése, hanem az egyén szubjektív percepciója, amely a jelenlegi és jövőbeni pénzügyi helyzetével kapcsolatos elégedettséget tükrözi (Netemeyer et al., 2018). A pénzügyi jólét egyszerre függ az egyéni döntésektől és a környezeti feltételektől (Brüggen et al., 2017).

4.2. A pénzügyi öngondoskodás fogalma

A pénzügyi öngondoskodás fogalma a gondoskodás és az öngondoskodás korábban tárgyalt szélesebb elméleti kereteiből vezethető le, egymásra épülésük jól követhető (2. ábra).

2. ábra

A gondoskodás, az öngondoskodás és a pénzügyi öngondoskodás egymásra épülése



Forrás: saját szerkesztés

A gondoskodás társadalmi és filozófiai elméletei rámutatnak az emberi jólét kapcsolati és társadalmi jellegére, míg az öngondoskodás fogalma a tervezett életvezetés és az egyéni felelőség jelentőségét hangsúlyozza. A pénzügyi öngondoskodás főleg az öngondoskodás gazdasági dimenziójának sajátos formája, azonban szoros kapcsolatban áll az öngondoskodás fizikai, pszichológiai és szociális dimenzióival is, így ezek integrált értelmezése teszi csak lehetővé a pénzügyi öngondoskodás fogalmának pontosabb meghatározását. A szakirodalom alapján a fogalom tudományos megközelítésben összefoglalva így írható le:

A pénzügyi öngondoskodás olyan komplex egyéni kompetencia- és viselkedérendszer, amely a pénzügyi műveltségre, a pénzügyi képességekre, a pénzügyi

önhatékonyságra és a tudatos pénzügyi magatartásra épül. Célja a jelen pénzügyi kötelezettségeinek a kezelése, a jövőbeli pénzügyi biztonság megteremtése, valamint a pénzügyi jólét fenntartása.

Tehát egy olyan komplex rendszer, amely magában foglalja a pénzügyi tervezést, a megtakarítást, a kockázatkezelést és a hosszú távú pénzügyi döntéshozatalt. A pénzügyi öngondoskodás nem pusztán tudás, hanem tényleges magatartásformák összessége, amelyek közvetlenül hozzájárulnak az egyén pénzügyi stabilitásához és jólétéhez (OECD/INFE, 2022). Az egyéni jólét egyben a háztartások stabilitásának és ezáltal a társadalmi stabilitásnak is egyik legfontosabb tényezője. A pénzügyi öngondoskodás olyan felelős magatartásként is értelmezhető, amely nemcsak az egyén saját jólétét, hanem közvetlen környezetének hosszú távú stabilitását is befolyásolja (Kittay, 1999). Ez a megközelítés lehetővé teszi, hogy a pénzügyi öngondoskodást ne csupán gazdasági vagy viselkedési jelenségként, hanem az egyéni felelősség és a társadalmi gondoskodás szélesebb keretrendszerében értelmezzük. Amennyiben ebben a kontextusban szeretnénk meghatározni a fogalmat, akkor azt mondhatjuk:

A pénzügyi öngondoskodás az egyén azon gyakorlati képessége, amely révén tudatos pénzügyi döntések sorozatával biztosítja saját maga és környezete jelenlegi és hosszú távú pénzügyi stabilitását és jólétét.

A pénzügyi öngondoskodás fogalma napjainkban egyre nagyobb figyelmet, szélesebb nyilvánosságot kap, ami szorosan összefügg a gazdasági környezet átalakulásával, a növekvő bizonytalansággal és az egyéni felelősség felértékelődésével. Bár a kifejezés egyre szélesebb körben elterjedt, a mögötte húzódó tartalom értelmezése korántsem egységes, különböző kontextusokban eltérő jelentéstartalommal jelenik meg, amelyek gyakran félreértésekhez, pontatlanságokhoz vagy leegyszerűsítő értelmezésekhez vezetnek. Ezek miatt indokoltá válik egy világos, közérthető, egyszerű, mégis tartalmilag megalapozott meghatározás megfogalmazása is, amely megragadja a lényegét, irányt mutat és elvezet a további tudatos gyakorlati értelmezéshez. A korábbi két meghatározás egyaránt megfelel az elvárásoknak, azonban a mindennapi életben szükséges egy rövidebb, frappánsabb megfogalmazása is, amely így hangozhat:

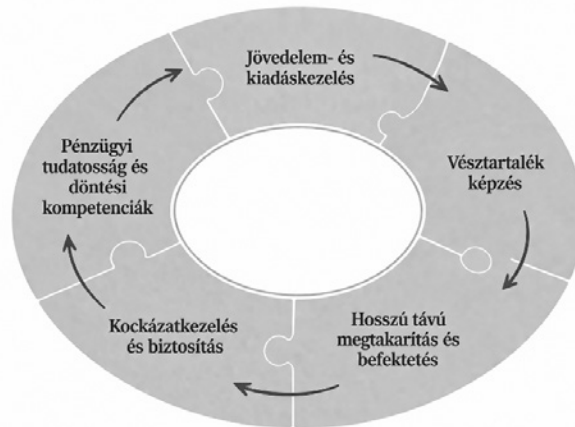
A pénzügyi öngondoskodás olyan cselekvésrendszer, amely a jelenlegi pénzügyi egyensúly és a jövőbeli pénzügyi biztonság fenntartását szolgálja.

4.3. A pénzügyi öngondoskodás komponensei

A pénzügyi öngondoskodás komplex, többdimenziós jelenség, amely az egyének pénzügyi döntéseinek, viselkedésének és kompetenciáinak integrált rendszerére épül. A szakirodalomban a fogalom többféle megközelítése ismert, azonban a legtöbb empirikus és elméleti kutatás egyetért abban, hogy a pénzügyi öngondoskodás olyan kulcsterületek mentén ragadható meg, amelyek az egyén pénzügyi stabilitását, alkalmazkodóképességét és hosszú távú jólétét biztosítják. A pénzügyi öngondoskodás komponensei egymással szoros kölcsönhatásban működnek, és együttesen járulnak hozzá az egyéni pénzügyi reziliencia kialakulásához. A szakirodalom alapján öt alapösszetevője különíthető el: jövedelem- és kiadáskezelés, vésztartalék képzése, hosszú távú megtakarítás és befektetés, kockázatkezelés és biztosítás, valamint pénzügyi tudatosság és döntési kompetenciák (3. ábra).

3. ábra

A pénzügyi öngondoskodás komponensei



Forrás: saját szerkesztés

4.3.1. Jövedelem- és kiadáskezelés

A pénzügyi öngondoskodás alapját a jövedelmek és kiadások tudatos kezelése képezi. Az egyén pénzügyi stabilitása nagymértékben függ attól, hogy képes-e bevételeit és kiadásait összehangolni, valamint kontroll alatt tartani. A háztartási pénzügyek kutatásai rámutatnak, hogy a költségvetés készítése és a pénzmozgások nyomon követése közvetlen kapcsolatban áll a pénzügyi jóléttel (Perry–Morris, 2005; Xiao et al., 2014). A nem megfelelő kiadáskezelés, a túlzott fogyasztás és a kontrollálatlan hitelfelvétel a pénzügyi sérülékenység legfontosabb forrásai közé tartoznak (Gathergood, 2012). Az egyének gyakran hajlamosak rövid távú

preferenciák mentén dönteni, ami a megtakarítások alacsony szintjéhez és a túlzott eladósodáshoz vezethet (Thaler–Benartzi, 2004). Ennek megfelelően a jövedelem- és kiadáskezelés nem csupán technikai, hanem viselkedépszichológiai kérdés is.

4.3.2. Vésztartalék képzés

A pénzügyi öngondoskodás egyik központi eleme a likvid pénzügyi tartalékok kialakítása. A vésztartalék célja, hogy az egyének képesek legyenek kezelni a váratlan pénzügyi sokkokat, például jövedelemkiesést, egészségügyi kiadásokat vagy egyéb krízishelyzeteket. A pénzügyi reziliencia kutatásai szerint azok az egyének, akik rendelkeznek megfelelő tartalékokkal, lényegesen kevésbé sérülékenyek gazdasági sokkok esetén. A vésztartalék hiánya növeli a pénzügyi sérülékenységet, a krízishelyzetekkel szembeni kiszolgáltatottságot és a stresszt (Babiarz–Robb, 2014). A pénzügyi sokkokra való felkészülésben különösen fontos szerepe van a prevenciónak, ami nem kizárólag az egyéneken múlik, hanem jelentős szerepet játszanak benne a társadalmi és intézményi környezet adottságai is (Salignac et al., 2019). A vésztartalék képzése emiatt a pénzügyi öngondoskodás egyik legfontosabb preventív eszköze, amely közvetlenül hozzájárul az egyéni pénzügyi stabilitás fenntartásához.

4.3.3. Hosszú távú megtakarítás és befektetés

A pénzügyi öngondoskodás hosszú távú dimenzióját a megtakarítási és befektetési döntések jelentik. A vagyonfelhalmozás és a jövőbeli pénzügyi biztonság megteremtése alapvetően az időhorizont figyelembevételén, a kockázatkezelésen és a portfólió diverzifikációján alapul. A modern portfólióelmélet klasszikus eredményei szerint egy hosszú távon diverzifikált portfólióval a befektetők alacsonyabb kockázat mellett magasabb várható hozamot érhetnek el (Markowitz, 1952). A hosszú távú pénzügyi tervezés különösen fontos a nyugdíjcélú megtakarítások esetében, mivel a demográfiai változások és a nyugdíjrendszerek fenntarthatósági kihívásai miatt egyre nagyobb szerep hárul az egyéni megtakarításokra (Bencsik–Pataki, 2024). Az egyének azonban gyakran nem hoznak optimális, hosszú távú pénzügyi döntéseket. Ennek egyik fő oka a halogatás, a jelenorientáltság és az önkontroll hiánya, amelyek akadályozzák a rendszeres megtakarítást (Benartzi–Thaler, 2013). A korán megkezdett rendszeres megtakarítás jelentős hatással van a későbbi pénzügyi jólétre, a hosszú távú pénzügyi öngondoskodás ezért az egyéni életpálya egyik meghatározó eleme.

4.3.4. Kockázatkezelés és biztosítás

A pénzügyi öngondoskodás sarkalatos eleme a kockázatok tudatos kezelése, amelynek központi eszköze a biztosítás. A biztosítási megoldások lehetővé teszik, hogy az egyének a súlyos pénzügyi következményekkel járó események kockázatait intézményes szereplőkre ruházzák át, ezáltal csökkentve saját pénzügyi sérülékenységüket. A kockázatkezelés magában foglalja a pénzügyi kockázatok felismerését, értékelését és tudatos mérlegelését is. A megfelelően kialakított kockázatkezelési eszközök hozzájárulnak a háztartások pénzügyi stabilitásához és mérséklik a váratlan pénzügyi sokkok hosszú távú negatív hatásait (Cole et al., 2013). Az egyének azonban gyakran alábecsülik a kockázatokat, mert torzítva érzékelik a különösen ritka, de súlyos események bekövetkezési valószínűségét, ami alulbiztosítottsághoz vezethet (Kunreuther–Pauly, 2007). A kockázateszlelés, a pénzügyi tudás és a viselkedési torzítások együttesen határozzák meg a biztosítási döntéseket és a pénzügyi védettség szintjét. A hatékony kockázatkezelés nemcsak a veszteségek mérséklését szolgálja, hanem hozzájárul az egyéni pénzügyi stabilitás és a hosszú távú jólét fenntartásához is. A pénzügyi öngondoskodás szempontjából ezért kulcsfontosságú a kockázatok tudatos kezelése és a megfelelő védelmi eszközök alkalmazása.

4.3.5. Pénzügyi tudatosság és döntési kompetenciák

A pénzügyi öngondoskodás valamennyi komponensének alapját a pénzügyi tudatosság és a döntési kompetenciák jelentik. A pénzügyi tudás, a készségek és az attitűdök együttesen határozzák meg, hogy az egyének mennyire képesek hatékony pénzügyi döntéseket hozni (Atkinson–Messy, 2012). Az alacsony pénzügyi tudás összefügg a kedvezőtlen pénzügyi viselkedéssel, például a túlzott eladósodással vagy a megtakarítások hiányával. A pénzügyi tudás azonban csak akkor vezet jobb pénzügyi eredményekhez, ha az tényleges viselkedésbeli változásokkal, például tudatos megtakarítással vagy pénzügyi tervezéssel párosul (Fernandes et al., 2014). A pénzügyi műveltség önmagában nem elegendő, a megfelelő pénzügyi döntésekhez szükség van a gyakorlati alkalmazás képességére is, amelynek fejlesztése integrált megközelítést igényel (Sherraden, 2013). A pénzügyi döntéshozatal nem racionális folyamat, erősen befolyásolják pszichológiai tényezők, például az önkontroll, az időpreferencia és a kockázateszlelés. Az önkontroll alapvető tényező a hosszú távú pénzügyi stabilitás és jólét szempontjából (Strömbäck et al., 2017). A pénzügyi tudatosság fejlesztése kulcsszerepet játszik a pénzügyi öngondoskodás erősítésében, mivel lehetővé teszi az egyének számára, hogy tudatos, megalapozott és hosszútávon fenntartható pénzügyi döntéseket hozzanak.

A pénzügyi öngondoskodás öt komponense egymást kiegészítve alkotja azt a rendszert, amely az egyének pénzügyi stabilitását és hosszú távú jólétét biztosítja.

A jövedelem- és kiadáskezelés a mindennapi pénzügyi egyensúlyt teremti meg, a vérsztartalék a rövid távú kockázatok kivédését szolgálja, a hosszú távú megtakarítás a jövőbeli biztonság alapja, a kockázatkezelés a pénzügyi sokkok hatásait mérsékeli, míg a pénzügyi tudatosság mindezek működésének feltételét jelenti. E komponensek együttes megléte és megfelelő működtetése teremti meg a pénzügyi öngondoskodás gyakorlati megvalósulásának feltételeit és járul hozzá az egyéni és társadalmi szintű pénzügyi stabilitás erősítéséhez.

4.4. A pénzügyi öngondoskodás társadalmi szerepe

A pénzügyi öngondoskodás mára a háztartási pénzügyek, a gondoskodáspolitikai és a pénzügyi piacok egyik központi fogalmává vált. Ennek oka, hogy a nyugdíj-, egészségügyi és szociális rendszerek hosszú távú fenntarthatósága egyre inkább megköveteli az egyéni pénzügyi felelősségvállalást, miközben a munkaerőpiac bizonytalanabbá, a pénzügyi termékek pedig összetettebbé váltak. A pénzügyi öngondoskodás ezért ma már komplex képesség- és készségrendszerként jelent, amelynek sikerességét egyszerre befolyásolják pénzügyi ismeretek, viselkedési tényezők, intézményi ösztönzők és technológiai feltételek.

4.4.1. A viselkedési közgazdaságtan szerepe a pénzügyi öngondoskodásban

A pénzügyi öngondoskodás egyik legfontosabb specialitása, hogy olyan döntések sorozatára épül, amelyeknél a rövid távú kényelmi szempontok rendszeresen ütköznek a hosszú távú biztonság céljaival. A viselkedési közgazdaságtan megmutatja, hogy az egyének pénzügyi döntései nem írhatók le teljesen a klasszikus közgazdaságtan racionalitási modelljeivel. A hagyományos „econs” típusú, teljesen racionális szereplők helyett a valóságban „humans” szereplők, vagyis valódi emberek döntenek, akiknek a döntéshozatalában szisztematikusan jelen vannak a heurisztikák, az irracionálizmus, az önkontroll problémák, a veszteségkerülési szándék és a status quo-hatás, amelyek erősen torzítják a megtakarítási és befektetési döntéseket (Thaler, 2016). Az öngondoskodás szempontjából ennek legkárosabb következménye a halogatás. Az egyén gyakran pontosan tudja, hogy szüksége lenne vérsztartalékra, nyugdíjcélú megtakarításra vagy biztosítási védelemre, mégis elodázza a döntést, mert a jelenbeli fogyasztása kézzelfoghatóbbnak tűnik számára, mint a jövőbeni biztonsága. Ez a halogatás azonban a döntési környezet megfelelő kialakításával és különböző intézményi ösztönzőkkel jelentősen javítható (Thaler–Benartzi, 2004). A finom viselkedésösztönző eszközök képesek javítani a megtakarítási, részvételi döntéseket, különösen akkor, ha az intézményi környezet a kívánatos viselkedést teszi alapértelmezetté. Például automatikus megtakarítási programokkal, rendszeres átutalási beállításokkal vagy célirányos

emlékeztetőkkel terelik a viselkedést anélkül, hogy korlátoznák a választási szabadságot (Benartzi et al., 2017). A fő tanulság az, hogy a jó pénzügyi döntés gyakran nem attól lesz valóság, hogy az egyén jobban tudja, hanem attól, hogy a döntési környezet csökkenti a halogatás és az önkontroll hiány lehetőségeit. A pénzügyi edukáció ugyanakkor továbbra is nélkülözhetetlen. A pénzügyi oktatás nemcsak a tudást javítja, hanem a tudás hatására kialakuló pénzügyi viselkedéseket is kedvező irányba mozdítja el (Kaiser et al., 2022). A mai szakirodalmi konszenzus az integrált modell felé mutat, a pénzügyi öngondoskodás akkor fejleszthető eredményesen, ha a tudásátadás, a viselkedési ösztönzés és az intézményi támogatás együtt jelenik meg.

4.4.2. A pénzügyi sérülékenység és a reziliencia szerepe a pénzügyi öngondoskodásban

A pénzügyi öngondoskodás jelentősége valójában a pénzügyi sérülékenység felől érthető meg igazán. A sérülékenység azt jelenti, hogy az egyén vagy háztartás csak korlátozottan képes kivédeni vagy elviselni a pénzügyi sokkokat, például a jövedelemkiesést, egy váratlan egészségügyi kiadást vagy a megélhetési költségek emelkedését. A pénzügyi sérülékenység a háztartások sebezhetőségének egyik legfontosabb mutatója (World Bank, 2015). A pénzügyi reziliencia az egyének vagy háztartások azon képessége, hogy ellenállnak a pénzügyi sokkoknak, alkalmazkodnak a változó gazdasági körülményekhez, és helyreállítják pénzügyi egyensúlyukat, miközben képesek fenntartani alapvető életkörülményeiket és elkerülni a tartós pénzügyi instabilitást. A pénzügyi reziliencia nem azonos a pusztán jövedelemmel, ide tartoznak a pénzügyi tartalékok, a tervezési képesség és a kockázatok előzetes kezelése is (Lusardi et al., 2021). A pénzügyi öngondoskodás preventív funkcióját mutatja, hogy válsághelyzetben különösen felértékelődik a likvid vésztartalék és az alkalmazkodóképesség szerepe. Aki rendelkezik gyorsan mozgósítható pénzforrásokkal, megfelelő biztosítással és képes a tudatos költségkezelésre, kisebb eséllyel sodródik adósságspirálba egy hirtelen fellépő krízis esetén. A tudatos pénzügyi felkészülés kulcsfontosságú a jövőbeli válságok hatásainak mérséklésében (Clark–Mitchell, 2022). A magasabb pénzügyi tudással rendelkező háztartások jelentősen ellenállóbbak a pénzügyi sokkokkal szemben, mivel nagyobb valószínűséggel rendelkeznek megtakarításokkal, diverzifikáltabb pénzügyi eszközökkel és tudatosabb pénzügyi stratégiákkal. A pénzügyi műveltség tehát hatással van a rezilienciára, növeli a háztartások alkalmazkodóképességét. A pénzügyi tudás különösen fontos szerepet játszik bizonytalan gazdasági környezetben, ahol a háztartásoknak gyorsan kell alkalmazkodniuk a változásokhoz. A pénzügyi edukáció tehát csökkentheti a háztartások sérülékenységét és javíthatja pénzügyi jólétüket (Liu et al., 2024). A pénzügyi reziliencia azonban

többdimenziós jelenség, amelyben a tudás mellett a viselkedés és az erőforrások is meghatározó szerepet játszanak.

4.4.3. A pénzügyi öngondoskodás rendszerszintű hatásai

A pénzügyi öngondoskodás nem csupán egyéni döntések összessége, jelentős makrogazdasági és társadalmi következményei is vannak. A háztartások pénzügyi viselkedése aggregáltan befolyásolja a pénzügyi rendszerek működését, a gazdaság stabilitását és a társadalmi egyenlőtlenségek alakulását (Lusardi et al., 2021). A pénzügyi öngondoskodás csökkenti az állami újraelosztási rendszerek terhelését, mérsékli a fiskális kitettséget és növeli a jóléti rendszerek stabilitását. Az előregedő társadalmakban az egészségügyi- és nyugdíjrendszerek fenntarthatóságának egyre nagyobb kihívásait az egyéni megtakarítások és biztosítási megoldások részben képesek ellensúlyozni. Az öngondoskodás éppen ezek miatt nem csak magánügy, hanem a pénzügyi stabilitás egyik mikroszintű alapja. Társadalmi hatásai azonban nem kedvezőek automatikusan, ha az ismeretekhez, szolgáltatásokhoz vagy befektetésekhez való hozzáférés egyenlőtlen, az öngondoskodási döntések hatásai is egyenlőtlenül oszlanak meg.

A pénzügyi öngondoskodás növeli a makrogazdasági stabilitást. A háztartási megtakarítások és befektetések összességében hozzájárulnak a tőkefelhalmozáshoz és a gazdasági ciklusok kiegyenlítéséhez, így hosszú távon csökkentik a gazdasági kilengéseket. A háztartások hibás szubjektív döntései, például a túlzott eladósodás vagy a megtakarítások hiánya azonban rendszerszintű kockázatokat is generálhatnak (Thaler, 2016). A pénzügyi edukáció eredményességének így makroszinten is különösen nagy a jelentősége, mert mérhetően javíthatja a megtakarítási és hitelkezelési viselkedést, ez pedig társadalmi szinten stabilabb pénzügyi rendszert eredményezhet a túlzott kockázattól fakadó instabilitás csökkenésével (Kaiser et al., 2022).

A pénzügyi öngondoskodás és a társadalmi egyenlőtlenségek kapcsolata kettős természetű. Egyrészt a pénzügyi tudatosság és az öngondoskodási képesség javítása hozzájárul a háztartások pénzügyi helyzetének a stabilizálásához és egyben a sérülékenység csökkentéséhez. Ez növeli a háztartások pénzügyi rezilienciáját, ami hosszabb távon mérsékelheti a társadalmi egyenlőtlenségeket (Liu et al., 2024). Másrészt azonban fennáll annak a veszélye, hogy ha a pénzügyi ismeretekhez és erőforrásokhoz való hozzáférés egyenlőtlen, ez felerősítheti a társadalmi egyenlőtlenségeket. A pénzügyi műveltség szintje jelentős különbségeket mutat társadalmi csoportok között, ami eltérő öngondoskodási képességekhez vezet (Lusardi et al., 2021). A pénzügyi öngondoskodás hatása a társadalmi egyenlőtlenségek felszámolására csak akkor válik egyértelműen pozitívvá, ha azt inkluzív pénzügyi edukáció és megfelelő intézményi háttér támogatja. A pénz-

ügyi inklúzió olyan intézményi és piaci mechanizmusokat jelöl, amelyek célja a különbségek mérséklése, és hogy a háztartások képesek legyenek részt venni a pénzügyi rendszerben, megtakarításokat képezni és kezelni a kockázatokat, mert mindenki számára biztosított a hozzáférés ezekhez.

A pénzügyi öngondoskodás rendszerszintű hatásai több dimenzióban érvényesülnek. Egyrészt csökkentik az állami rendszerek terhelését és hozzájárulnak a fiskális fenntarthatósághoz. Másrészt stabilizálják a gazdaságot a megtakarítások és a tudatos pénzügyi viselkedés révén. Harmadrészt hatással vannak a társadalmi egyenlőtlenségekre, amelyek mérséklése csak megfelelő intézményi támogatás mellett valósulhat meg.

4.5. A pénzügyi öngondoskodás gyakorlati jelentősége napjainkban

A pénzügyi öngondoskodás mára nem kizárólag elméleti vagy fogalmi kérdés, hanem gyakorlati társadalmi és gazdasági szükségszerűség. Az egyének és háztartások egyre nagyobb felelősséget viselnek saját pénzügyi biztonságuk megteremtéséért, miközben a jövőbeli kockázatok összetettebbé és nehezebben előrejelezhetővé váltak. A munkaerőpiaci bizonytalanság, az inflációs környezet változékonysága, a hitelpiacok kockázatai, a váratlan egészségügyi vagy családi kiadások mind azt erősítik, hogy az egyéni pénzügyi felkészültség a mindennapi életvezetés egyik alapvető feltételévé vált. A jóléti államok korábbi gondoskodási modelljei a társadalmi kockázatok jelentős részét sokáig intézményi keretek között kezelték, ez mérsékelte az egyéni életpályák pénzügyi kockázatait. A demográfiai változások, a munkaképes korú népesség arányának csökkenése és a költségvetési terhek növekedése azonban fokozatosan szétfeszítették ezeket a rendszereket.

Az időskori eltartottsági ráta, vagyis a 65 éves és idősebb népesség aránya a 20-64 éves népességhez képest, az OECD-országok átlagában 2024-ben 32,6 volt. Ez 2054-re 55,2-re, 2084-re pedig 67,7-re emelkedhet, ami azt jelenti, hogy míg 2024-ben 100 munkaképes korú személyre átlagosan 32,6 időskorú jutott, addig 2084-re ez az érték 67,7 főre nőhet (OECD, 2025c). A csökkenő állami gondoskodás mellett egyre nagyobb szerepet kapnak az egyéni megtakarítások, a biztosítási megoldások és a tudatos háztartási pénzügyi tervezés. A nyugdíjcélú eszközök értéke az elmúlt két évtizedben több mint megháromszorozódott az OECD-tagországokban, a nyugdíjcéllra elkülönített eszközök értéke 2024 végén rekordmagas szintre, 69,8 billió USD-re emelkedett. Ebből 63,1 billió USD-t nyugdíjszolgáltatók kezeltek, 6,7 billió USD pedig állami nyugdíjtartalék alapokban volt (OECD, 2025b). A nyugdíjcélú pénzügyi öngondoskodás a fejlett gazdaságokban egyre fontosabb kiegészítője az állami nyugdíjrendszereknek.

A háztartások saját zsebből fizetett magánegészségügyi kiadásai 2023-ban a háztartási fogyasztás átlagosan 3,2%-át tették ki (OECD, 2025a). A frissebb trendadatok szerint a háztartások közvetlen egészségügyi kiadásai 2022-ben és 2023-ban reálértéken csak mérsékelten, évente körülbelül 1%-kal nőttek, míg 2024-re az OECD már gyorsabb, mintegy 4%-os növekedést várt. Ez arra utal, hogy a közvetlen egészségügyi kiadások erőteljesebben növekedhetnek, ami a háztartások pénzügyi tervezése és tartalékképzése szempontjából is releváns kockázati tényező (Morgan–Mueller, 2026).

A pénzügyi öngondoskodás egyik legfontosabb gyakorlati funkciója a pénzügyi sérülékenység csökkentése. Azok a háztartások, amelyek nem rendelkeznek likvid tartalékokkal, biztosítási védelemmel vagy hosszabb távú megtakarítási stratégiával, sokkal kiszolgáltatottabbak a váratlan pénzügyi sokkokkal szemben. Az OECD-országokban a háztartások nettó vagyona 2009 és 2021 között az éves rendelkezésre álló háztartási jövedelem 175%-áról mintegy 300%-ára emelkedett, vagyis 2021-re átlagosan hároméves jövedelemnek megfelelő vagyont halmoztak fel a háztartások (Balestra et al., 2025). A 2022-2023-as inflációs környezet azonban csökkentette ennek a vagyonnak az értékét, ami jelzi, hogy a háztartások pénzügyi stabilitása kedvező vagyonfelhalmozási trendek mellett is sérülékeny maradhat. Az OECD-országokban a háztartási adósság átlagos szintje jelentős eltéréseket mutatott, 2025-ben egyes országokban a rendelkezésre álló éves jövedelem 50% alatt maradt, míg máshol meghaladta a rendelkezésre álló jövedelem 200%-át. Bár a korábbi szinthez képest több országban mérséklődött az adósság-jövedelem arány, a magas hitelállomány továbbra is pénzügyi sérülékenységi tényező, különösen akkor, ha a háztartások fogyasztási célokra vagy mindennapi kiadásaik fedezésére vesznek fel hitelt (OECD, 2026). Ezért a pénzügyi öngondoskodás nemcsak megtakarítási és befektetési döntéseket jelent, hanem a felelős hitelfelvételt és az adósságterhek tudatos kezelését is.

A háztartások pénzügyi stabilitása aggregált szinten a gazdaság egészének működésére is hatással van. Emiatt a pénzügyi öngondoskodás nem pusztán egyéni pénzügyi döntések összessége, hanem a modern gazdaságok egyik általános alkalmazkodási mechanizmusa is. A demográfiai öregedés, a nyugdíjcélú megtakarítások növekvő jelentősége és a háztartási vagyon sérülékenysége egyaránt azt jelzi, hogy az egyéneknek és háztartásoknak hosszabb időtávon, tudatosabban és rugalmasabban kell kezelniük pénzügyi erőforrásaikat.

4.6. A pénzügyi öngondoskodás és a digitalizáció

A pénzügyi öngondoskodás lehetőségei a digitalizáció megjelenésével új dimenzióval bővültek. A pénzügyi technológia (fintech) és a mesterséges intelligencia (AI) alapú megoldások jelentősen növelik a pénzügyi szolgáltatásokhoz való hozzáférést és a döntéstámogatás hatékonyságát. Az AI és a gépi tanulás a pénzügyekben már nem csak periférikus szereplő, hanem a kockázatkezelés, ügyfélkiszolgálás, elemzés és döntéstámogatás alapvető technológiai eszköze.

A háztartási pénzügyek szintjén mára a költségfigyelés, pénzügyi kategorizálás, cash-flow előrejelzés, megtakarítási automatizmusok és befektetési ajánlások egyre inkább algoritmikus támogatással történnek (Goodell et al., 2021). A robo-advisor rendszerek, vagyis az automatizált, algoritmusokon alapuló befektetési tanácsadó szolgáltatások a pénzügyi öngondoskodás demokratizálásának egyik legfontosabb eszközei. Ezek a digitális befektetési szolgáltatások egyre fontosabb szerepet játszanak a pénzügyi szektorban, különösen az alacsony költségű és széles körben elérhető befektetési megoldások terén (Cardillo–Chiappini, 2024). A digitális platformok jelentősen csökkentik a belépési korlátokat, különösen a kisebb megtakarítással rendelkező befektetők számára. Alacsonyabb költségeik és automatizált működésük révén szélesebb társadalmi rétegek számára teszik elérhetővé a professzionális portfóliókezelést. Ez az öngondoskodás szempontjából meghatározó, mivel kisösszegű, rendszeres befektetés korábban nem volt elérhető professzionális támogatással. A robo-advisorok hozzájárulnak a pénzügyi inklúzió erősödéséhez és fontos szerepet játszanak a vagyonekezelési piac demokratizálásában, ugyanakkor kiegészítő jelleggel működnek a hagyományos szolgáltatások mellett (Reher–Sokolinski, 2024). Az automatizált tanácsadó szolgáltatások használata javíthatja a portfóliók diverzifikációját és a befektetési fegyelmet. A felhasználók döntéseit azonban továbbra is befolyásolják viselkedési torzítások, így az automatizáció nem szünteti meg teljesen a hibás döntések lehetőségét. A digitális tanácsadás nem helyettesítheti teljesen a személyes pénzügyi tanácsadást, különösen összetettebb pénzügyi helyzetekben (Reher–Sokolinski, 2024). A robo-advisorok bizonyos társas tervezési elemek, mint például más befektetők viselkedésének megjelenítése vagy közösségi összehasonlítások révén jobb befektetői döntéseket is elősegíthetnek, ezek a társas elemek képesek csökkenteni a viselkedési torzításokat és fegyelmezettebb befektetési magatartást eredményeznek (Back et al., 2023). A digitális vagyonekezelés akkor működik eredményesebben, ha pénzügyi edukációval párosul, vagyis a technológia önmagában nem helyettesíti a pénzügyi tudást, hanem annak hatását erősítheti fel (Litterscheidt–Streich, 2020).

A jelen digitális fejlesztései közül a pénzügyi öngondoskodás szempontjából különösen érdekes a nyílt bankolás (open banking). Ez lehetővé teszi, hogy a fogyasztó-

tók banki adataikat harmadik fél szolgáltatókkal is megosszák. Hatása növeli az innovációt és a versenyt, bővül a pénzügyi szolgáltatások kínálata és javul a szolgáltatások minősége. Az open banking különösen a kisebb és új szereplők számára teremt kedvezőbb piaci belépési feltételeket. A pénzügyi öngondoskodásban ez összevont számlanézeteket, pontosabb költsélemzést, személyre szabott költségvetési javaslatokat, megtakarítási automatizmust és célzott termékajánlásokat jelenthet. A legfontosabb újdonsága, hogy a felhasználó több pénzügyi intézmény adatait egyetlen digitális ökoszisztémában tudja értelmezni és felhasználni saját pénzügyi döntéseihez. Ugyanakkor nagyobb figyelmet kell fordítani az adatvédelemre és a biztonsági kockázatokra is. Egy egységes szabályozási rendszer kulcs szerepet játszik abban, hogy az open banking előnyei érvényesüljenek, és a kockázatok is kezelhetők maradjanak (Babina et al., 2025). Ez a szabályozási rendszer napjainkban még nem teljes.

A mesterséges intelligencia ennél is tovább megy és egyre fontosabb szerepet játszik a pénzügyi tanácsadásban, különösen az adatfeldolgozás, a személyre szabott ajánlások és az automatizált döntéstámogatás területén. Az AI alapú pénzügyi tanácsadás fejlődése gyors, de elméleti és gyakorlati kérdései még erősen nyitottak, az algoritmikus döntések gyakran fekete dobozként működnek, ami nehezíti azok megértését és ellenőrzését (Zhu et al., 2024). Az AI-támogatott tanácsadás szélesebb hozzáférést, alacsonyabb költségeket és személyre szabottabb szolgáltatásokat biztosít, ugyanakkor súlyos problémákat is felvet az átláthatóság hiánya, az algoritmikus torzítás, valamint a döntésekért viselt felelősség területein. Kiemelten fontos az autonómia, vagyis az, hogy a felhasználók megőrizzék döntési szabadságukat az automatizált rendszerek mellett is. Az AI jelentős potenciállal bír a pénzügyi tanácsadásban, de alkalmazása csak megfelelő etikai és szabályozási keretek között lehet fenntartható (Brüggen et al., 2025).

A digitális korszakban a pénzügyi öngondoskodás egyre inkább technológiai közvetítéssel valósul meg. Azok a háztartások, amelyek képesek alacsony költségű digitális eszközöket, automatizált megtakarítási szolgáltatásokat vagy adatvezérelt döntéstámogatást használni, előnybe kerülhetnek azokkal szemben, akik e technológiákhoz nem férnek hozzá vagy nem bíznak bennük. A pénzügyi öngondoskodás ezért ma már részben digitális kompetencia kérdése is. A digitalizáció ugyanakkor kettős természetű. Egyfelől csökkenti a belépési korlátokat, személyre szabottabbá teszi az öngondoskodást, és valós idejű visszajelzést ad a pénzügyi viselkedésről. Másfelől új kockázatokat is létrehoz, adatvédelmi problémákat, algoritmikus torzításokat, átláthatatlanságot és digitális kirekesztést. A pénzügyi öngondoskodás közeljövője ezért nagy valószínűséggel nem a teljes automatizálás, hanem az emberi döntés és az intelligens digitális támogatás kombinációja lesz (Brüggen et al., 2025; Zhu et al., 2024). A távoli jövő lehetőségeiről ma még

nehéz nyilatkozni, a digitalizáció fejlődési ütemét ismerve lehetséges, hogy ma még nem ismert megoldások és módszerek fogják azt meghatározni.

5. ÖSSZEGZÉS

A pénzügyi öngondoskodás a jóléti rendszerek átalakulásával párhuzamosan egyre inkább az egyéni pénzügyi biztonság alapvető eszközévé vált. A fogalom történeti íve jól kirajzolható. A gondoskodás eredetileg kollektív intézményi keretek között jelent meg, amelyet a jóléti államok kiépülése formalizált. Ezt követően az öngondoskodás, mint egyéni felelősségvállalás fokozatosan előtérbe került, majd a pénzügyi piacok fejlődésével és komplexitásának növekedésével kialakult annak specifikus formája, a pénzügyi öngondoskodás. Ez a folyamat egyben az állami és egyéni szerepek újrasúlyozását is jelentette. A korábban domináns állami jóléti újraelosztó rendszerek kiegészítő elemeként megjelenő öngondoskodás mára a pénzügyi stabilitás elsődleges pillérévé lépett elő, amelyben az egyéni döntéshozatal szerepe meghatározóvá vált. E folyamatot a pénzügyi piacok komplexitásának növekedése és a gazdasági bizonytalanság erősödése tovább gyorsította, ami egyben felértékelte a pénzügyi műveltség és az adaptív döntéshozatali képességek szerepét (Lusardi et al., 2021).

A pénzügyi öngondoskodás nem izolált pénzügyi tevékenység, hanem többdimenziós, dinamikus konstrukció, amely a pénzügyi tudás, a viselkedési mintázatok és az alkalmazkodóképesség metszéspontjában helyezkedik el, és szoros kapcsolatban áll a pénzügyi reziliencia fogalmával. Ennek megfelelően a fogalom operacionalizálása több szinten történt meg, egyrészt elméleti, másrészt a gyakorlatban is alkalmazható formában, amely különböző kutatási és szakpolitikai célokra egyaránt felhasználható.

A klasszikus racionalitási modellek korlátai különösen élesen figyelhetők meg a pénzügyi öngondoskodás területén. A viselkedési közgazdaságtan eredményei szerint a döntéshozatalt szisztematikus torzítások, például halogatás, túlzott optimizmus vagy veszteségkerülés alakítják, amelyek tartósan alacsonyabb megtakarítási szintekhez és nem optimális kockázatkezeléshez vezethetnek (Thaler, 2016). Ebből következően az öngondoskodás nem pusztán információs problémaként értelmezhető, hanem olyan viselkedési kihívásként, amely intézményi beavatkozást is indokol. A döntési környezet tudatos kialakítására épülő megoldások ebben az összefüggésben különösen hatékonyak tekinthetők, mivel a választási helyzetek strukturálásán keresztül képesek az egyének pénzügyi magatartását kedvező irányba befolyásolni (Benartzi et al., 2017).

A pénzügyi öngondoskodás jelentősége rendszerszinten is megmutatkozik. A háztartások pénzügyi felkészültsége összességében befolyásolja a gazdaság

sokkellenálló képességét és az állami ellátórendszerek terhelését. Válsághelyzetekben különösen jól megfigyelhető, hogy a megfelelő likvid tartalékokkal rendelkező háztartások kisebb mértékben szorulnak külső támogatásra, ami közvetetten hozzájárul a makrogazdasági stabilitáshoz (Clark–Mitchell, 2022). Ezzel párhuzamosan a pénzügyi edukáció hatásai sem kizárólag egyéni szinten érvényesülnek, hanem aggregált viselkedési mintázatokon keresztül a pénzügyi rendszer stabilitását is erősíthetik (Kaiser et al., 2022).

A társadalmi dimenziók vizsgálata rámutat arra, hogy a pénzügyi öngondoskodás kettős hatást gyakorol az egyenlőtlenségekre. Egyrészt képes növelni a háztartások pénzügyi stabilitását és ellenálló képességét, másrészt azonban, megfelelő intézményi háttér hiányában, hozzájárulhat a különbségek növekedéséhez. A pénzügyi inklúzió ezért kulcsfontosságú feltétele annak, hogy az öngondoskodás rendszerszintű előnyei széles körben érvényesüljenek (Lusardi et al., 2021).

A digitalizáció és a fintech innovációk alapvetően újradefiniálják a pénzügyi öngondoskodás eszköztárát. Az adatvezérelt szolgáltatások, a robo-advisor rendszerek és az open banking infrastruktúrák jelentősen csökkentik az információk aszimmetriákat és a belépési korlátokat, ezáltal szélesebb körben teszik elérhetővé a pénzügyi szolgáltatásokat (Babina et al., 2025). Ugyanakkor az automatizált döntéshozatal térnyerése új típusú kockázatokat is generál, különösen az átláthatóság és az elszámoltathatóság területén. Az algoritmikus rendszerek fekete doboz jellege, a torzítások, az etikai kérdések vagy az adatkezelési problémák a pénzügyi öngondoskodás jövőjének meghatározó dilemmáivá válhatnak (Brüggen et al., 2025; Zhu et al., 2024).

A jövőbeni kutatások az eredmények alapján több irányba is folytathatók. Kiemelt jelentőségű lehet a pénzügyi edukáció, a viselkedési beavatkozások és a digitális technológiák integrált vizsgálata, különös tekintettel azok kölcsönhatásaira. Emellett szükséges az AI alapú pénzügyi döntési rendszerek megmagyarázhatóságának és etikai kérdéseinek mélyebb feltárása, valamint annak empirikus vizsgálata, hogy a fintech innovációk milyen feltételek mellett járulnak hozzá a pénzügyi inklúzió és a társadalmi egyenlőség erősödéséhez.

Összességében megállapítható, hogy a pénzügyi öngondoskodás olyan komplex, adaptív képességként értelmezhető, amely az egyéni döntéshozatal, az intézményi környezet és a technológiai fejlődés dinamikus kölcsönhatásában mozog. Jelentősége túlmutat az egyéni pénzügyi stratégiák szintjén, a pénzügyi öngondoskodás a gazdasági stabilitás és a társadalmi ellenálló képesség egyik alapvető meghatározójává vált.

HIVATKOZÁSOK

- Atkinson, A. – Messy, F.A. (2012): Measuring Financial Literacy: Results of the OECD / International Network on Financial Education (INFE) Pilot Study. *OECD Working Papers on Finance, Insurance and Private Pensions*, No. 15. <https://doi.org/10.1787/5k9cfsf9ofr4-en>.
- Babiarz, P. – Robb, C. A. (2014): Financial Literacy and Emergency Saving. *Journal of Family and Economic Issues*, 35(1), 40–50. <https://doi.org/10.1007/s10834-013-9369-9>.
- Babina, T. – Bahaj, S. – Buchak, G. – De Marco, F. – Foulis, A. – Gornall, W. – Mazzola, F. – Yu, T. (2025): Customer data access and fintech entry: Early evidence from open banking. *Journal of Financial Economics*, 169, 103950. <https://doi.org/10.1016/j.jfineco.2024.103950>.
- Back, C. – Morana, S. – Spann, M. (2023): When do robo-advisors make us better investors? The impact of social design elements on investor behavior. *Journal of Behavioral and Experimental Economics*, 103, 101984. <https://doi.org/10.1016/j.socec.2023.101984>.
- Bai, R. (2023): Impact of financial literacy, mental budgeting and self control on financial wellbeing: Mediating impact of investment decision making. *PLOS ONE*, 18(11), e0294466. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0294466>.
- Balestra, C. – Caisl, J. – Hermida, L. (2025): *Mapping trends and gaps in household wealth across OECD countries* (37. ed), OECD Papers on Well-being and Inequalities. <https://doi.org/10.1787/4bb6ec53-en>.
- Barr, N. – Diamond, P. (2008): *Reforming Pensions: Principles and Policy Choices* (1. ed.), Oxford University Press, New York. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195311303.001.0001>.
- Benartzi, S. – Beshears, J. – Milkman, K. L. – Sunstein, C. R. – Thaler, R. H. – Shankar, M. – Tucker-Ray, W. – Congdon, W. J. – Galing, S. (2017): Should Governments Invest More in Nudging? *Psychological Science*, 28(8), 1041–1055. <https://doi.org/10.1177/0956797617702501>.
- Benartzi, S. – Thaler, R. H. (2013): Behavioral Economics and the Retirement Savings Crisis. *Science*, 339(6124), 1152–1153. <https://doi.org/10.1126/science.1231320>.
- Bencsik, G. – Pataki, L. (2024): Az öngondoskodás szerepe a hazai nyugdíjrendszer fenntarthatóságában. *Gazdaság és Társadalom*, 17(1), 69–96. <https://doi.org/10.21637/GT.2024.1.04>.
- Brown, P. (2002). *Poverty and leadership in the later Roman Empire*. University Press of New England, Hanover.
- Brüggen, E. C. – Hogleve, J. – Holmlund, M. – Kabadayi, S. – Löfgren, M. (2017): Financial well-being: A conceptualization and research agenda. *Journal of Business Research*, 79, 228–237. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2017.03.013>.
- Brüggen, L. – Gianni, R. – De Haan, F. – Hogleve, J. – Meacham, D. – Post, T. – Van Der Werf, M. (2025): AI-Based Financial Advice: An Ethical Discourse on AI-Based Financial Advice and Ethical Reflection Framework. *Journal of Public Policy & Marketing*, 44(3), 436–456. <https://doi.org/10.1177/07439156241302279>.
- Cardillo, G. – Chiappini, H. (2024): Robo-advisors: A systematic literature review. *Finance Research Letters*, 62, 105119. <https://doi.org/10.1016/j.frl.2024.105119>.
- Chowdhry, N. – Dholakia, U. M. (2019): Know thyself financially: How financial self-awareness can benefit consumers and financial advisors. *FINANCIAL PLANNING REVIEW*, 3(1), e1069. <https://doi.org/10.1002/cfp2.1069>.
- Chu, Z. – Wang, Z. – Xiao, J. J. – Zhang, W. (2017): Financial Literacy, Portfolio Choice and Financial Well-Being. *Social Indicators Research*, 132(2), 799–820. <https://doi.org/10.1007/s11205-016-1309-2>.
- Clark, R. L. – Mitchell, O. S. (2022): Americans' financial resilience during the pandemic. *FINANCIAL PLANNING REVIEW*, 5(2–3), e1140. <https://doi.org/10.1002/cfp2.1140>.

- Cole, S. – Giné, X. – Tobacman, J. – Topalova, P. – Townsend, R. – Vickery, J. (2013): Barriers to Household Risk Management: Evidence from India. *American Economic Journal: Applied Economics*, 5(1), 104–135. <https://doi.org/10.1257/app.5.1.104>.
- Esping-Andersen, G. (1990): The three worlds of welfare capitalism. *Princeton University Press*, Princeton.
- Fernandes, D. – Lynch, J. G. – Netemeyer, R. G. (2014): Financial Literacy, Financial Education, and Downstream Financial Behaviors. *Management Science*, 60(8), 1861–1883. <https://doi.org/10.1287/mnsc.2013.1849>.
- Ferngren, G. (2009): Medicine and Health Care in Early Christianity. *Johns Hopkins University Press*, Baltimore. <https://doi.org/10.1353/book.3348>
- Fisher, B. – Tronto, J. (1990): Toward a Feminist Theory of Caring. In Abel, E. K. – Nelson, M. K. (eds.), *Circles of care: Work and identity in women's lives* (35–62). *State University of New York Press*, New York.
- Foucault, M. (1988): Technologies of the self: A seminar with Michel Foucault. *University of Massachusetts Press*, Amherst.
- Fraser, N. (2016): Contradictions of Capital and Care. *New Left Review*, 99–117. <https://doi.org/10.64590/nt2>.
- Gathergood, J. (2012): Self-control, financial literacy and consumer over-indebtedness. *Journal of Economic Psychology*, 33(3), 590–602. <https://doi.org/10.1016/j.joep.2011.11.006>.
- Giddens, A. (1991): Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age. *Stanford University Press*, Stanford.
- Gilligan, C. (1982): In a different voice: Psychological theory and women's development. *Harvard University Press*, Cambridge.
- Goodell, J. W. – Kumar, S. – Lim, W. M. – Pattnaik, D. (2021): Artificial intelligence and machine learning in finance: Identifying foundations, themes, and research clusters from bibliometric analysis. *Journal of Behavioral and Experimental Finance*, 32, 100577. <https://doi.org/10.1016/j.jbef.2021.100577>.
- Held, V. (2006): The ethics of care: Personal, political, and global. *Oxford University Press*, Oxford.
- Hrdy, S. B. (2009): Mothers and others: The evolutionary origins of mutual understanding. *Harvard University Press*, Cambridge.
- Kaiser, T. – Lusardi, A. – Menkhoff, L. – Urban, C. (2022): Financial education affects financial knowledge and downstream behaviors. *Journal of Financial Economics*, 145(2), 255–272. <https://doi.org/10.1016/j.jfineco.2021.09.022>.
- Katnic, I. – Katnic, M. – Orlandic, M. – Radunovic, M. – Mugosa, I. (2024): Understanding the Role of Financial Literacy in Enhancing Economic Stability and Resilience in Montenegro: A Data-Driven Approach. *Sustainability*, 16(24), 11065. <https://doi.org/10.3390/su162411065>.
- Kittay, E. F. (1999): Love's labor: Essays on women, equality, and dependency. *Routledge*, New York.
- Kovács, L. – Sütő, Á. (2020): Megjegyzések a pénzügyi kultúra fejlesztéséről. *Gazdaság és Pénzügy*, 7(1), 137–146. <https://doi.org/10.33926/GP.2020.1.6>.
- Kovács, Z. – Dunay, A. (2026): Magyarország keleti és nyugati nagyrégióiban élő fiatalok pénzforgásainak és pénzkezelési szokásainak összehasonlító elemzése. *Észak-magyarországi Stratégiai Füzetek*, 23(1), 97–110. <https://doi.org/10.32976/stratfuz.2026.8>.
- Kovács, Z. – Dunay, A. – Vinogradov, S. – Nagy, K. – Illés, B. C. (2021): Végzős középiskolások pénzügyi kultúrával és öngondoskodással kapcsolatos ismeretei Magyarországon. *Gazdaság és Társadalom*, 14(3–4), 123–150. <https://doi.org/10.21637/GT.2021.3-4.07>.
- Kunreuther, H. – Pauly, M. (2007): Insurance Decision-Making and Market Behavior. *Foundations and Trends® in Microeconomics*, 3(1-2), 63–127. <https://doi.org/10.1561/0700000002>.

- Litterscheidt, R. – Streich, D. J. (2020): Financial education and digital asset management: What's in the black box? *Journal of Behavioral and Experimental Economics*, 87, 101573. <https://doi.org/10.1016/j.socec.2020.101573>.
- Liu, T. – Fan, M. – Li, Y. – Yue, P. (2024): Financial literacy and household financial resilience. *Finance Research Letters*, 63, 105378. <https://doi.org/10.1016/j.frl.2024.105378>.
- Lone, U. M. – Bhat, S. A. (2024): Impact of financial literacy on financial well-being: A mediational role of financial self-efficacy. *Journal of Financial Services Marketing*, 29(1), 122–137. <https://doi.org/10.1057/s41264-022-00183-8>.
- Lusardi, A. – Hasler, A. – Yakoboski, P. J. (2021): Building up financial literacy and financial resilience. *Mind & Society*, 20(2), 181–187. <https://doi.org/10.1007/s11299-020-00246-0>.
- Lusardi, A. – Mitchell, O. S. (2010): Implications for Retirement Wellbeing of Financial Literacy and Planning. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.1695146>.
- Lusardi, A. – Mitchell, O. S. (2014): The Economic Importance of Financial Literacy: Theory and Evidence. *Journal of Economic Literature*, 52(1), 5–44. <https://doi.org/10.1257/jel.52.1.5>.
- Lusardi, A. – Mitchell, O. S. (2023): The Importance of Financial Literacy: Opening a New Field. *Journal of Economic Perspectives*, 37(4), 137–154. <https://doi.org/10.1257/jep.37.4.137>.
- Markowitz, H. (1952): PORTFOLIO SELECTION*. *The Journal of Finance*, 7(1), 77–91. <https://doi.org/10.1111/j.1540-6261.1952.tb01525.x>.
- Morgan, D. – Mueller, M. (2026): Latest health spending trends and outlook: Balancing resilience and sustainability in challenging times (193. ed), *OECD Health Working Papers*. <https://doi.org/10.1787/9fc8d4b1-en>.
- Netemeyer, R. G. – Warmath, D. – Fernandes, D. – Lynch, J. G. (2018): How Am I Doing? Perceived Financial Well-Being, Its Potential Antecedents, and Its Relation to Overall Well-Being. *Journal of Consumer Research*, 45(1), 68–89. <https://doi.org/10.1093/jcr/ucx109>.
- Noddings, N. (1984): *Caring: A feminine approach to ethics and moral education*. University of California Press, Berkeley.
- OECD (2025a): Health at a Glance 2025, OECD Indicators. *OECD Publishing*. <https://doi.org/10.1787/8f9e3f98-en>.
- OECD (2025b): Pension Markets in Focus 2025. *OECD Publishing*. <https://doi.org/10.1787/b095doao-en>.
- OECD (2025c): Pensions at a Glance 2025 OECD and G20 Indicators. *OECD Publishing*. <https://doi.org/10.1787/e40274c1-en>.
- OECD (2026): Consumer Finance Risk Monitor 2026. *OECD Publishing*. <https://doi.org/10.1787/61f7dbe0-en>.
- OECD/INFE (2022): OECD/INFE Toolkit for Measuring Financial Literacy and Financial Inclusion 2022. https://www.oecd.org/en/publications/oecd-infe-toolkit-for-measuring-financial-literacy-and-financial-inclusion-2022_cbc4114f-en.html.
- Orem, D. E. (2001): *Nursing: Concepts of practice* (6th edition). Mosby, St. Louis.
- Perry, V. G. – Morris, M. D. (2005): Who Is in Control? The Role of Self-Perception, Knowledge, and Income in Explaining Consumer Financial Behavior. *Journal of Consumer Affairs*, 39(2), 299–313. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6606.2005.00016.x>.
- Reher, M. – Sokolinski, S. (2024): Robo advisors and access to wealth management. *Journal of Financial Economics*, 155, 103829. <https://doi.org/10.1016/j.jfineco.2024.103829>.
- Salignac, F. – Marjolin, A. – Reeve, R. – Muir, K. (2019): Conceptualizing and Measuring Financial Resilience: A Multidimensional Framework. *Social Indicators Research*, 145(1), 17–38. <https://doi.org/10.1007/s11205-019-02100-4>.
- Sen, A. (1999). *Development As Freedom*. Oxford University Press, New York.

- Sherraden, M. (2013): Building Blocks of Financial Capability. In Birkenmaier, J. – Curley, J. – Sherraden, M. (Eds.), *Financial Capability and Asset Development* (p3–43). *Oxford University Press*. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199755950.003.0012>.
- Strömbäck, C. – Lind, T. – Skagerlund, K. – Västfjäll, D. – Tinghög, G. (2017): Does self-control predict financial behavior and financial well-being? *Journal of Behavioral and Experimental Finance*, 14, 30–38. <https://doi.org/10.1016/j.jbef.2017.04.002..>
- Thaler, R. H. (2016): Behavioral Economics: Past, Present, and Future. *American Economic Review*, 106(7), 1577–1600. <https://doi.org/10.1257/aer.106.7.1577>.
- Thaler, R. H. – Benartzi, S. (2004): Save More Tomorrow™: Using Behavioral Economics to Increase Employee Saving. *Journal of Political Economy*, 112(S1), S164–S187. <https://doi.org/10.1086/380085>.
- Trinkaus, E. – Zimmerman, M. R. (1982): Trauma among the Shanidar Neandertals. *American Journal of Physical Anthropology*, 57(1), 61–76. <https://doi.org/10.1002/ajpa.1330570108>.
- Tronto, J. C. (1993): *Moral Boundaries: A Political Argument for an Ethic of Care* (1st edition). *Routledge*, New York. <https://doi.org/10.4324/9781003070672>.
- Tronto, J. C. (2013): *Caring Democracy: Markets, Equality, and Justice*. *New York University Press*, New York.
- WHO (2009): Self-care in the Context of Primary Health Care. *World Health Organization*, Bangkok. <https://iris.who.int/handle/10665/206352>.
- WHO (2022): WHO guideline on self-care interventions for health and well-being 2022 revision. *World Health Organization*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240052192>.
- World Bank (2015): *Global Financial Development Report 2014: Financial Inclusion*. *World Bank Group*, Washington DC. <https://doi.org/10.1596/978-0-8213-9985-9>.
- Xiao, J. J. – Chen, C. – Chen, F. (2014): Consumer Financial Capability and Financial Satisfaction. *Social Indicators Research*, 118(1), 415–432. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0414-8>.
- Xiao, J. J. – Kim, K. T. (2022): The Able Worry More? Debt Delinquency, Financial Capability, and Financial Stress. *Journal of Family and Economic Issues*, 43(1), 138–152. <https://doi.org/10.1007/s10834-021-09767-3>.
- Xiao, J. J. – O'Neill, B. (2016): Consumer financial education and financial capability. *International Journal of Consumer Studies*, 40(6), 712–721. <https://doi.org/10.1111/ijcs.12285>.
- Xiao, J. J. – Porto, N. (2017): Financial education and financial satisfaction: Financial literacy, behavior, and capability as mediators. *International Journal of Bank Marketing*, 35(5), 805–817. <https://doi.org/10.1108/IJBM-01-2016-0009>.
- Zhu, H. – Vigren, O. – Söderberg, I. L. (2024): Implementing artificial intelligence empowered financial advisory services: A literature review and critical research agenda. *Journal of Business Research*, 174, 114494. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2023.114494>.

