

SAVE YOUR MONEY

Crea un sistema di tracciamento efficace delle spese che ti aiuta a spendere meno e risparmiare di più



Save Your Money

2023 © Luigi Nigro - Tutti i diritti riservati

Questo Ebook PDF è un prodotto editoriale che fa parte del progetto Disciplina Finanziaria. Tutto il materiale contenuto al suo interno è di proprietà intellettuale dell'autore, pertanto ne è vietata la riproduzione e la commercializzazione.

Per reclami scrivere a **info@luiginigro.com**
Italia, Gennaio 2023.

Indice

- 4** Chi sono
 - 5** Introduzione: la finanza personale non è solo per i ricchi.
 - 6** Che senso ha tracciare le proprie spese?
 - 7** La chiave: come creare un'abitudine?
 - 8** Che cos'è un trigger e come sfruttarlo?
 - 11** Tracciare le proprie spese per misurare il proprio stile di vita
 - 12** Il Framework della Finanza Personale per capire come gestire i propri soldi
 - 15** Perché spendiamo i nostri soldi?
 - 17** La regola 50/30/20 per categorizzare le proprie spese
 - 24** Budgeting vs. Tracking
 - 26** Setting up Spendee
 - 29** Come tracciare le spese su Spendee
 - 31** Come analizzare le spese
 - 35** Come prendere decisioni finanziarie intelligenti grazie al tracking delle spese
 - 36** FAQ
 - 38** Scopri Disciplina Finanziaria
 - 39** Contatti
-

Chi sono?

Luigi Nigro

Ex Stakanovista, Digital Freelance

www.luiginigro.com
info@luiginigro.com

Anni fa rientravo in quella che è la definizione di stakanovista: disposto a lavorare 15 ore al giorno, mettendo a rischio salute e relazioni in nome della carriera. Dopo alcune esperienze in multinazionale e startup ho scelto di smantellare la mia impalcatura mentale Fast per costruire una carriera in cui posso prendermi 180 giorni di ferie all'anno senza sensi di colpa.

Ho deciso di diffondere il mio messaggio sui social, dove ho raccolto una community di oltre 20.000 persone che come me, vogliono ridefinire il concetto di successo, abbandonando l'ossessione per la carriera a favore di una vita più autentica.

Il mio obiettivo è formare le nuove generazioni di professionisti del digitale, aiutandoli a sviluppare una carriera fondata sui principi della Slow Life.

Ad Aprile 2022 ho lanciato Disciplina Finanziaria, un progetto che ha l'obiettivo di aiutare le persone a gestire bene il proprio denaro per vivere una vita finanziariamente sicura.

Questo Ebook parla proprio di questo tema. Fanne buon uso.

Introduzione: la finanza personale non è solo per i ricchi.

La finanza personale è un argomento che riguarda tutti noi, indipendentemente dal nostro reddito o dalla nostra situazione finanziaria.

La finanza Personale è una disciplina che insegna a gestire il proprio denaro in modo da raggiungere i propri obiettivi finanziari e vivere una vita finanziariamente sicura.

Applicare la finanza personale quindi può aiutarti negli anni a raggiungere la condizione ambita di stabilità finanziaria.

Le persone vorrebbero dal denaro un'unica cosa: la capacità di smettere di preoccuparsi del denaro. Erroneamente si pensa che questa condizione possa essere raggiunta accumulando più denaro possibile. In realtà è non è così.

A prescindere da quanto guadagni o da quanti soldi tu possa avere in banca, imparare a gestire i tuoi soldi ti permette di far cessare le preoccupazioni che hai riguardo il denaro.

In questo ebook, esploreremo il primo passo, il fondamento numero uno della finanza personale, quello da cui tutto parte e che a tutto il resto dà forma: **il tracciamento delle proprie spese.**

I benefici del tracciamento delle proprie spese sono molteplici e si ottengono già dopo il primo mese di attività. Prima di scendere nel dettaglio però analizziamo a livello macro perché è importante il tracciamento delle spese per la propria finanza personale.

Che senso ha tracciare le proprie spese?

Il tracciamento delle spese consiste nel registrare e monitorare tutte le uscite di denaro, col fine di avere un rendiconto completo del flusso in uscita delle proprie finanze.

Ci sono diversi modi per tracciare le spese, tra cui l'utilizzo di fogli di calcolo, app per il tracciamento delle spese, e registratori di spese cartacei. Il tracciamento delle spese può aiutare a identificare le aree in cui si sta spendendo troppo denaro e quindi capire dove sia possibile tagliare per risparmiare.

Uno dei vantaggi del tracciamento delle spese è che permette di vedere chiaramente dove va il proprio denaro e di prendere decisioni informate su come gestire le proprie finanze.

Ad esempio, se si vede che si sta spendendo troppo in ristoranti, si può decidere di cucinare di più a casa per risparmiare denaro. Oppure se si vede che si sta spendendo troppo in abbonamenti mensili non utilizzati (Netflix, Spotify ecc.), si può decidere di cancellare questi abbonamenti.

Inoltre, il tracciamento delle spese può aiutare a creare un budget e a tenere traccia dei progressi verso i propri obiettivi finanziari.

Il tracciamento delle spese richiede un po' di impegno iniziale, ma una volta che si è stabilita l'abitudine, diventa semplice e automatico mantenere il controllo delle proprie finanze. Vediamo quindi adesso, prima di impostare il sistema di tracking, come instaurare l'abitudine di tenere traccia delle proprie spese.

La chiave: come creare un'abitudine?

Siccome spendiamo soldi ogni giorno, più volte al giorno (e sì, vanno tracciati anche i centesimi), il segreto per tracciare tutte le proprie spese è proprio costruire un'abitudine.

Il processo di costruzione delle abitudini è il modo in cui il cervello crea e mantiene nuove attività regolari. Si basa su tre fasi: la fase di inizio, la fase di consolidamento e la fase di automazione.

- 1) Fase di inizio: è la più difficile. È quella in cui il tuo cervello non vuole proprio saperne. In questa fase, si sceglie un'azione specifica da trasformare in un'abitudine (nel nostro caso il tracciamento delle spese) e si inizia a eseguirla con regolarità. È importante essere consapevoli e motivati per iniziare questa nuova abitudine.
- 2) Fase di consolidamento: durante questa fase, il tuo cervello si starà abituando al nuovo stimolo. Si continua a eseguire l'azione regolarmente e si comincia a incorporarla nella propria routine. A volte può essere difficile continuare a seguire la nuova abitudine, ma è importante persistere e non cedere alle scuse auto-sabotanti (es: "eh vabbè dai ho speso solo 0,50€, questa non la segno")
- 3) Fase di automazione: una volta che l'abitudine è diventata una parte normale della propria routine, il cervello la considera come un'azione automatica, cioè che non richiede più un'attenzione cosciente. A questo punto l'abitudine è diventata un automatismo.

Per costruire una nuova abitudine, è importante seguire questi passi:

- Scegliere un'azione specifica da trasformare in un'abitudine.
- Iniziare con piccoli passi.
- Essere costanti e fare l'azione regolarmente.
- Incorporare l'azione nella propria routine quotidiana (per facilitare questo passaggio introdurrò a breve il concetto potentissimo di **trigger**)
- Continuare a forzarsi nella ripetizione dell'azione fino a quando diventa automatica e il nostro cervello la ricerca senza alcun tipo di sforzo attivo (in genere ci vuole meno di un mese);
- Continuare a monitorare e a mantenere l'abitudine.

La costruzione di una nuova abitudine richiede tempo e pazienza. Ad ogni modo, dopo un po' di impegno iniziale, avrai a tua disposizione un sistema che ti porterà in modo automatico verso il tuo obiettivo: tracciare le tue spese e acquisire una nuova consapevolezza finanziaria. Una volta raggiunto questo obiettivo, limiterai al minimo le tue preoccupazioni riguardo il denaro.

Che cos'è un trigger e come sfruttarlo?

In ottica di creazione delle abitudini, un trigger è un evento o una situazione che fa scattare un'azione specifica. Un trigger può essere un segnale esterno, come l'orologio che suona per svegliarci al mattino, oppure un segnale interno, come la sensazione di fame che ci fa alzare dalla sedia del pc per farci avvicinare al frigorifero.

I trigger possono essere utilizzati per aiutare a costruire nuove abitudini sane (e individuati per interrompere abitudini poco sane), creando una associazione tra un evento esterno o interno e l'azione desiderata.

Ad esempio, si può decidere di fare esercizio fisico ogni volta che si sente una determinata canzone alla radio, oppure si può decidere di prendere un appunto ogni volta che si sente un'idea che si vuole ricordare.

Per costruire una nuova abitudine, è importante identificare un trigger e associarlo all'azione desiderata. Ciò può aiutare a creare una routine automatica e a rendere l'azione desiderata più facile da eseguire.

Come possiamo sfruttare quindi il concetto di trigger per creare l'abitudine del tracciamento delle spese?

Ecco il trigger che ho usato personalmente per costruire l'abitudine del tracciamento delle spese: il portafogli.

Esatto, ogni volta che prendevo il portafogli dalla tasca, sarei dovuto andare ad aprire l'applicazione con cui io traccio le mie spese (di cui ti parlerò tra poco) e inserire la spesa che avevo appena effettuato o stavo per fare.

Col tempo per me il concetto di trigger si è invertito ed è diventato utile per evitare gli acquisti di impulso: ogni volta che avevo intenzione di comprare qualcosa, automaticamente pensavo a come categorizzare quella spesa in Spendee ed è diventato facile rendermi conto quando stavo per fare un acquisto di impulso.

Tu puoi usare qualsiasi altro tipo di trigger, in base a quale per te è più comodo. Per esempio:

- un trigger può essere uno scontrino;
- un trigger può essere la cassa del super mercato
- un trigger può essere l'apertura di Apple Pay sul tuo telefono.

Insomma, si chiama finanza PERSONALE proprio perché è personale e differisce per ognuno. Individua un'azione che compi quasi ogni volta che spendi denaro e decidi che quell'azione deve diventare il trigger che ti ricorda di appuntare la spesa che stai facendo.

NB: è importante capire che **all'inizio soprattutto, non devi per forza tracciare ogni spesa**. Devi iniziare a piccoli passi. Quindi puoi decidere di tracciare solo le spese per i pasti fuori casa al ristorante o nei locali, oppure puoi decidere di tracciare solo le spese per le sigarette. Insomma, individua una categoria di spesa e inizia solo da quella. Poi, quando avrai consolidato quella piccola abitudine puoi individuare un'altra categoria di spesa e aggiungerla alla tua routine, poi un'altra e così via.

È importante che tu inizi a costruire questa abitudine a piccoli passi, perché passare dal tracciare zero spese a tracciare ogni centesimo può essere un salto troppo grande, e proprio per come funziona la scienza delle abitudini può darsi che tu riesca a reggere per qualche giorno, ma poi il castello crolla.

Inizia a piccoli passi, vedrai che sarà più semplice.

Bene, ora che abbiamo parlato di come costruire l'abitudine, passiamo al tracciamento delle spese vero e proprio.

Tracciare le proprie spese per misurare il proprio stile di vita

Nella macro sfera della finanza personale, il fine del tracciamento delle spese è quello di misurare il proprio stile di vita. Il tuo stile di vita corrisponde alla quantità di denaro di cui hai bisogno per vivere ogni mese secondo gli standard della tua vita quotidiana.

Lo stile di vita non ha nulla a che vedere con quanto guadagni. Puoi guadagnare 1500€ ma avere uno stile di vita da 1000€ (un'ottima gestione delle proprie finanze), oppure guadagnarne 1500 e avere uno stile di vita da 2000€ (probabilmente sei in debito, situazione molto pericolosa, che genera spesso disagi psicologici, com'è successo a me).

Il tracciamento delle spese ti aiuta a capire come spendi i tuoi soldi e quindi ti aiuta a capire il tuo stile di vita. Per tracciare le spese si possono usare fogli di carta (la vecchia maniera, ma troppo macchinosa), un foglio di calcolo (bello, ma troppo complesso) oppure un'applicazione sullo smartphone (la soluzione a mio avviso con meno frizioni e più sostenibile).

In questo Ebook parleremo dell'app che io stesso utilizzo da ormai 5 anni: Spendee. Clicca in basso e scaricala sul tuo smartphone.



Clicca qui e scarica Spendee dal tuo store di riferimento (è gratis)



Download on the
App Store



GET IT ON
Google Play

Il Framework della Finanza Personale per capire come gestire i propri soldi

Su Spendee traccio le mie spese dal 2018 e, per tutti i mesi degli anni trascorsi dall'Agosto 2018 a oggi, io so esattamente quanti soldi ho speso e per cosa li ho spesi.

Guarda lo screen a destra, è il mio Spendee con le mie spese personali. Aprendo la panoramica delle spese (che Spendee genera in automatico ogni mese) di Gennaio 2022 possiamo vedere che ho speso: 610€ in 3 transazioni per pagare l'affitto di casa; 235€ per pasti fuori casa; 124€ per fare la spesa; 123€ di mezzi di trasporto e 105€ in libri ecc..

Questa è una cosa fighissima poiché, alla fine di ogni mese, (ma soprattutto alla fine di ogni anno), posso studiare le mie abitudini di spesa guardando il tracking delle mie uscite per avere una quadro generale di come ho speso i miei soldi.



Quando si parla di tracciamento spese, nel **Framework della Finanza Personale** ci troviamo esattamente nello step tra il Guadagno e lo Stile di vita.

Il Framework della Finanza Personale è una teoria che ho elaborato per aiutare le persone a capire come comportarsi ogni giorno riguardo la propria finanza personale e che approfondisco nel mio video corso completo di Finanza Personale applicata: [Disciplina Finanziaria \(puoi dargli un'occhiata cliccando qui\)](#).



[Framework della Finanza Personale - Disciplina Finanziaria, Modulo 1](#)

Esistono un sacco di persone con la fissa del risparmio, che si lamentano perché non riescono a mettere soldi da parte e non riescono a risparmiare abbastanza.

Ma il motivo per cui non riescono a risparmiare abbastanza, è perché a monte non guadagnano abbastanza. Prima di pensare a risparmiare è necessario pensare a guadagnare abbastanza per coprire proprio stile di vita, perché il risparmio non è altro che lo scarto tra il nostro reddito ed il nostro stile di vita.

E proprio qui che il tracciamento delle spese ci aiuta a prendere consapevolezza di quello che sta succedendo.

Se abbiamo un reddito mensile di 1500 e il nostro stile di vita è 1000, il nostro risparmio sarà di 500. Ma se guadagniamo 1500 e per vivere abbiamo bisogno di tutti i 1500, il nostro risparmio a fine mese sarà necessariamente zero.

Quindi come si fa a risparmiare in una situazione in cui lo stile di vita coincide con il nostro reddito?

Si tracciano le spese, si comprende dove vanno a finire i soldi con dei dati alla mano, si individuano gli sprechi e si cerca di modificare le proprie abitudini di spesa per arrivare a fine mese con qualche euro residuo nel conto in banca.

Esempio: se guadagni 1500 e in un mese spendi 400€ di cene fuori, chiediti: "è essenziale che io spenda 400€ di cene fuori casa ogni mese? Non potrei dimezzare le occasioni sociali, cenare a casa e arrivare con 200€ in più alla fine del mese?"

Così la prossima volta che ti verrà voglia di andare a cena fuori casa sarai consapevole che quella è una delle abitudini (di cui il trigger può essere dettato da un motivo sociale) che non ti permette di risparmiare quanto vorresti.

Noti la logica dietro il tracciamento delle spese? Chi non traccia le proprie spese non prenderà mai consapevolezza di ciò.

Questo ragionamento ci riporta alla Curva di Appagamento, un'altra teoria spiegata nel Modulo 1 di Disciplina Finanziaria che ci aiuta a capire perché spendiamo i nostri soldi.

Perché spendiamo i nostri soldi?



Teoria della Curva di Appagamento - Disciplina Finanziaria, Modulo 1

In Disciplina Finanziaria ho parlato della Teoria della Curva di Appagamento (che non è mia, ma di Joe Dominguez & Viki Robin) e di come ci può aiutare a capire come tracciare in modo corretto le nostre spese.

Se non hai Disciplina Finanziaria puoi approfondire la Teoria leggendo [questo articolo](#).

In breve: la Curva di Appagamento spiega che una determinata spesa ha sempre un legame non-lineare con il grado di appagamento che ognuno di noi prova in relazione ad essa.

La curva è divisa in 4 aree che rispecchiano le 4 macro-tipologie di bisogni che noi tutti cerchiamo di soddisfare quando spendiamo soldi: bisogni di sopravvivenza, di comfort, di lusso e poi ci sono i clutter, ovvero quei "falsi-bisogni" le cui spese per soddisfarli ci causano frustrazione, invece che appagamento.

La teoria spiega che soldi spesi e livello di appagamento dato dal bisogno soddisfatto, non hanno una relazione lineare. La cosa interessante della teoria è che mostra come dopo una certa soglia di spesa, spendere altri soldi non è più gratificante, anzi, porta alla frustrazione (nella regione dei clutter).

Conoscere il macro-bisogno che stiamo cercando di soddisfare quando spendiamo soldi ci può aiutare a capire se una determinata spesa ha senso o meno e come va classificata nel nostro tracking delle spese (ci arriviamo a breve alla pratica).

Esempio: quando spendi soldi per mangiare, stai cercando senza dubbio di soddisfare un bisogno di sopravvivenza... ne sei davvero sicuro? Mangiare al ristorante soddisfa un tuo bisogno di sopravvivenza? Oppure un bisogno di Comfort (magari non hai voglia di cucinare)? Oppure un bisogno di lusso? Solo tu lo sai!

E qui ripeto ciò che ho detto all'inizio di questo Ebook: **non esiste una regola generale**. Nella tua finanza personale fai tu le regole.

Chiaramente, prendere in giro se stessi non ha senso. Posso barare e fa finta che mangiare al ristorante soddisfi il mio bisogno di sopravvivenza, ma se invece sto cercando di soddisfare un mio bisogno di lusso, alla fine chi ci rimette (soldi) sono solo io.

Conoscere la Teoria della Curva di Appagamento è fondamentale per comprendere se stessi, i propri bisogni e capire come classificare di conseguenza le proprie spese.

Quello che vediamo di seguito è proprio lo step numero 1 per costruire il proprio sistema di tracking di spese personalizzato: la macro-categorizzazione delle spese. Prendi carta e penna.

La regola 50/30/20 per categorizzare le proprie spese

Tutte le spese che effettuiamo in ogni giorno della nostra vita, secondo una delle teorie del Budgeting della finanza personale a cui ci appelliamo, possono essere divise in tre macro categorie:



I nomi delle macro-categorie sono gli stessi che uso io per classificare le macro categorie delle mie spese. Tu puoi usare i nomi che vuoi ma l'importante è la distinzione tra i 3 concetti "Bisogni", "Sfizi" e "Investimenti" che adesso approfondiamo.

I colori delle sfere non sono scelti a caso, sono gli stessi che assegneremo alle macro-categorie su Spendee e che ci aiuteranno a capire nella panoramica di spesa, a colpo d'occhio, dove sono andati a finire i nostri soldi durante quel periodo di riferimento.

Introduciamo ora la Regola del 50/30/20: la regola dice che, affinché possiamo definire buona la gestione delle nostre finanze personali, il bilanciamento delle nostre spese mensili dovrebbe essere così suddiviso:

- il 50% delle spese dovrebbe essere dedicato ai bisogni;
- il 30% delle nostre spese dovrebbe essere dedicato agli sfizi;
- il 20% delle nostre spese va invece dedicato agli investimenti.

Bene, in queste 3 macro-categorie sono contenute a loro volta, tutte le micro-categorie di spese che ognuno di noi effettua ogni giorno e che differiscono da persona a persona in base alle nostre abitudini di acquisto e al nostro stile di vita.

Le micro-categorie di spesa possono essere:

- fare la spesa al super mercato,
- comprare regali,
- andare a cena fuori,
- aperitivi con gli amici
- sigarette
- spesa per carburante
- assicurazione
- rata mensile dell'auto
- ecc...

Ora, non è ancora importante definire le proprie micro-categorie, ma è importante capire che ogni macro-categoria è un insieme formato da tante micro-categorie. Per farti intendere cosa intendere ecco dei diagrammi di Venn:



Macro categoria
dei Bisogni



Macro categoria
degli Sfizi



Macro categoria
degli Investimenti

Secondo la regola del 50/30/20, le macro-categorie di spesa (Bisogni, Sfizi e Investimenti) sono sempre 3, per tutti. Per me, per te, per tuo cugino e per tuo zio che abita in Canada.

Il numero di micro-categorie invece dipende dalle abitudini di acquisto e allo stile di vita di ognuno di noi.

Esercizio: prendi carta e penna e segna su un foglio di carta tutte le tue micro-categorie di spesa in base alle tue abitudini di acquisto. Per farlo passa in rassegna gli acquisti che hai fatto nell'ultima settimana (o meglio ancora nell'ultimo mese, se hai una buona memoria). Fai un elenco, non importa quanto lungo.

Per esempio, ecco alcune delle mie micro-categorie di spesa:

- Spesa al super mercato (sia articoli per la casa, che alimentari)
- Pasti fuori casa (tutto ciò che sostituisce i pasti a casa)
- Caffè e amari (include aperitivi, gelati e tutto ciò che non sostituisce un pasto)
- Carburante
- Shopping (tutte le spese che non siano per abbigliamento)
- Svago (tutte le spese per esperienze di divertimento)
- Regali
- Imprevisti
- Abbigliamento
- Affitto (che sia un bnb per una settimana o per un mese)
- Mezzi di trasporto (treni, autobus, aerei, monopattini, taxi...)
- Palestra (include iscrizione, mensilità e spese correlate)
- Parrucchiere
- Spese mediche (medicinali, visite mediche)
- Eddy (il mio cane <3)
- Libri
- Formazione (corsi, seminari, eventi, consulenze extra-lavoro)

Appena hai fatto torna qui. È importante micro-categorizzare in modo sensato (per te) le tue abitudini di acquisto, perché è proprio questa parte che ti permetterà di capire come spendi i tuoi soldi e in che modo puoi andare a "tagliare" le spese per risparmiare.

Ora, dovresti trovarti davanti ad un foglio di carta con la lista di tutte le tue micro-categorie di spese. Quello che faremo ora sarà andare ad assegnare ogni micro-categoria ad una macro-categoria, quindi capiremo ogni micro-categoria se è un Bisogno, uno Sfizio o un Investimento.

Per farlo torniamo alla Teoria della Curva di Appagamento, che ricordiamo essere divisa in 4 macro aree che rispecchiano i nostri bisogni:

- Bisogni di Sopravvivenza
- Bisogni di Comfort
- Bisogni di Lusso
- Clutter

Assegniamo tutte le micro-categorie di spesa che soddisfano i nostri bisogni di Sopravvivenza alla macro-categoria "Bisogni".

Poi prendiamo tutte le micro-categorie che soddisfano i Bisogni di Comfort, di Lusso e Clutter e assegniamole alla macro-categoria degli "Sfizi"

Per fare questo passaggio bisogna essere molto consapevoli e onesti con se stessi. Ricorda, sei tu a fare le regole.

Ma non preoccuparti di sbagliare, puoi sempre modificare domani, tra un anno, o quando ti renderai conto che una spesa che oggi soddisfa un Bisogno, tra un anno per te sarà uno Sfizio.

Per aiutarti a capire meglio ti faccio un esempio concreto. Ecco come io ho classificato le mie macro e micro categorie, in seguito le commento e ti spiego il criterio che ho usato per assegnarle.

Micro Categoria	Macro Categoria
Spesa al super mercato	Bisogni
Pasti fuori casa	Sfizi
Caffè e amari	Sfizi
Carburante	Sfizi
Shopping	Sfizi
Svago	Sfizi
Regali	Sfizi
Imprevisti	Sfizi
Abbigliamento	Sfizi
Affitto	Bisogni
Mezzi di trasporto	Bisogni

Micro Categoria	Macro Categoria
Palestra	Bisogni
Parrucchiere	Bisogni
Spese mediche	Bisogni
Eddy (il mio cane <3)	Bisogni
Libri	Investimenti
Servizi	Investimenti
Formazione	Investimenti
Interessi passivi	Sfizi

Ora nota che questa categorizzazione è personale. Per esempio, io ho categorizzato la spesa per i libri come investimento, perché so che ogni libro che compro mi darà indietro qualcosa in termini di utilità (emotiva o economica). Però per te può essere un bisogno, o magari uno sfizio. Applichiamo lo stesso discorso per tutte le altre.

Altro esempio: per me il carburante per l'auto è uno sfizio perché io ho uno stile di vita in cui ho deciso di non avere un'auto. Ogni volta che prendo in prestito l'auto di mio padre e metto il carburante per me sarà negli Sfizi, dato che soddisfa un bisogno di Comfort.

Però magari tu usi l'auto per andare a lavoro, quindi ne hai bisogno. Allora deciderai di assegnare la spesa del carburante ai Bisogni, e non avrai sbagliato. In quel caso puoi decidere di assegnare i mezzi di trasporto agli Sfizi, se lo riterrai necessario.

Altro esempio: per me il Parrucchiere è una spesa che va categorizzata come Bisogno, perché mi piace guardarmi allo specchio e vedermi con i capelli sistemati, mi fa stare bene.

Ancora: in questo periodo sto capendo se assegnare la spesa per i regali ai Bisogni (adesso è uno Sfizio), dato che fare regali alle persone che voglio bene fa piacere prima di tutto a me.

Poi ci sono le spese relative a Eddy che è il mio cane: ci tengo a Eddy, per me è come un figlio. Quindi ogni volta che vado dal veterinario oppure quando compro croccantini, giochini, pettorine, collari, guinzagli, per me è una spesa da categorizzare come Bisogno perché spendere soldi per i bisogni di Eddy mi appaga profondamente.

Noti come la classificazione delle spese sia una cosa personale, legata alla consapevolezza di sé e di come si spende il proprio denaro? Ora puoi fare lo stesso per le tue micro-categorie, applicando la stessa logica di ragionamento.

Il bello di questa operazione è che quello che oggi è uno sfizio, domani può diventare un investimento o viceversa. Tutto dipende da te e dalla tua consapevolezza. Sei tu che fai le regole.

Hai finito di assegnare tutte le micro-categorie alle rispettive macro-categorie? Bene, è il momento di aprire Spendee e iniziare a impostare il nostro sistema di tracking, ma prima...

Budgeting vs. Tracking

Prima di andare oltre devo fare un appunto che deriva dalla mia esperienza personale. Tante persone invece di fare Tracking, fanno Budgeting. È sostanzialmente la stessa cosa, solo che viene fatta in due momenti e modalità differenti. Cercherò di spiegarmi meglio, seguimi.

Il Budgeting è chiedersi: "quanti soldi devo/posso/voglio dedicare a questa categoria di spesa ogni mese?". Quindi, praticamente, vincolo una parte dei miei soldi e so che, nel momento in cui finirà quella somma vincolata, non potrò spendere altro denaro per quella categoria di spesa.

Il Tracking invece è misurare alla fine del mese quanto si è speso per una determinata categoria, e a seconda delle necessità, indirizzare il tiro per il mese successivo.

Personalmente non faccio Budgeting, ma sostengo che sia utilissimo per chi è all'inizio del proprio percorso di finanza personale, quando non si ha ancora la consapevolezza finanziaria tale da poter essere critici riguardo le proprie abitudini di spesa.

Preferisco il Tracking: quindi seguendo la regola del 50/30/20 misuro tutte le mie spese alla fine del mese senza vincolare alcuna somma all'inizio del mese.

Preferisco il Tracking anche perché il Budgeting, ad un certo punto, per me diventa frustrante: la percepisco come una sorta di privazione. Ma questo non vale per tutti. C'è anche chi si sente più in "controllo della situazione" facendo Budgeting. Ricorda: sei tu a fare le regole in questo gioco.

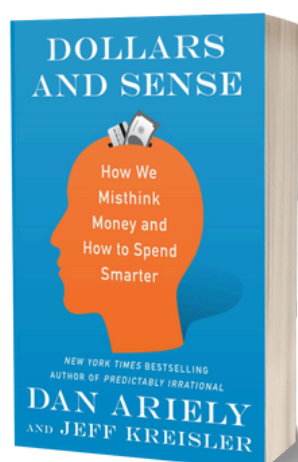
Inoltre, facendo Budgeting è molto più facile cadere nella trappola del Mental Accounting. Il mental accounting è un bias cognitivo. In cosa consiste?

Esempio: questo mese metto a Budget 200€ per i pasti fuori casa, ma arrivato al 30 del mese mi sono accorto che ne ho speso solo 150 (utopia, ma va bè).

"Che ci faccio con quei 50€ che avanzano dal Budget? Ma sai cosa, tanto li avrei comunque spesi. Visto che li ho risparmiati e sono stato bravo, adesso mi concedo un sfizio."

In sostanza è questa la trappola del Mental Accounting, e vi assicuro che è molto facile cadere in tentazione e trasformare così una buona gestione in una mediocre gestione del denaro.

Ti consiglio di partire con il Tracking. Ma se vuoi provare il Budgeting sei libero di farlo. Quando avrai acquisito l'abitudine di registrare le tue spese e avrai sviluppato la giusta dose di consapevolezza finanziaria, è meglio lasciare il Budgeting e passare al Tracking.



Per approfondire tutto il vasto discorso legato ai bias cognitivi su come gestiamo i nostri soldi, ti consiglio di leggere questo super libro di Dan Ariely, intitolato "Dollars and Sense", che mette in evidenza tutte le trappole cognitive in cui potremmo imbatterci quando ci rapportiamo con il denaro. Clicca e acquistalo su Amazon.

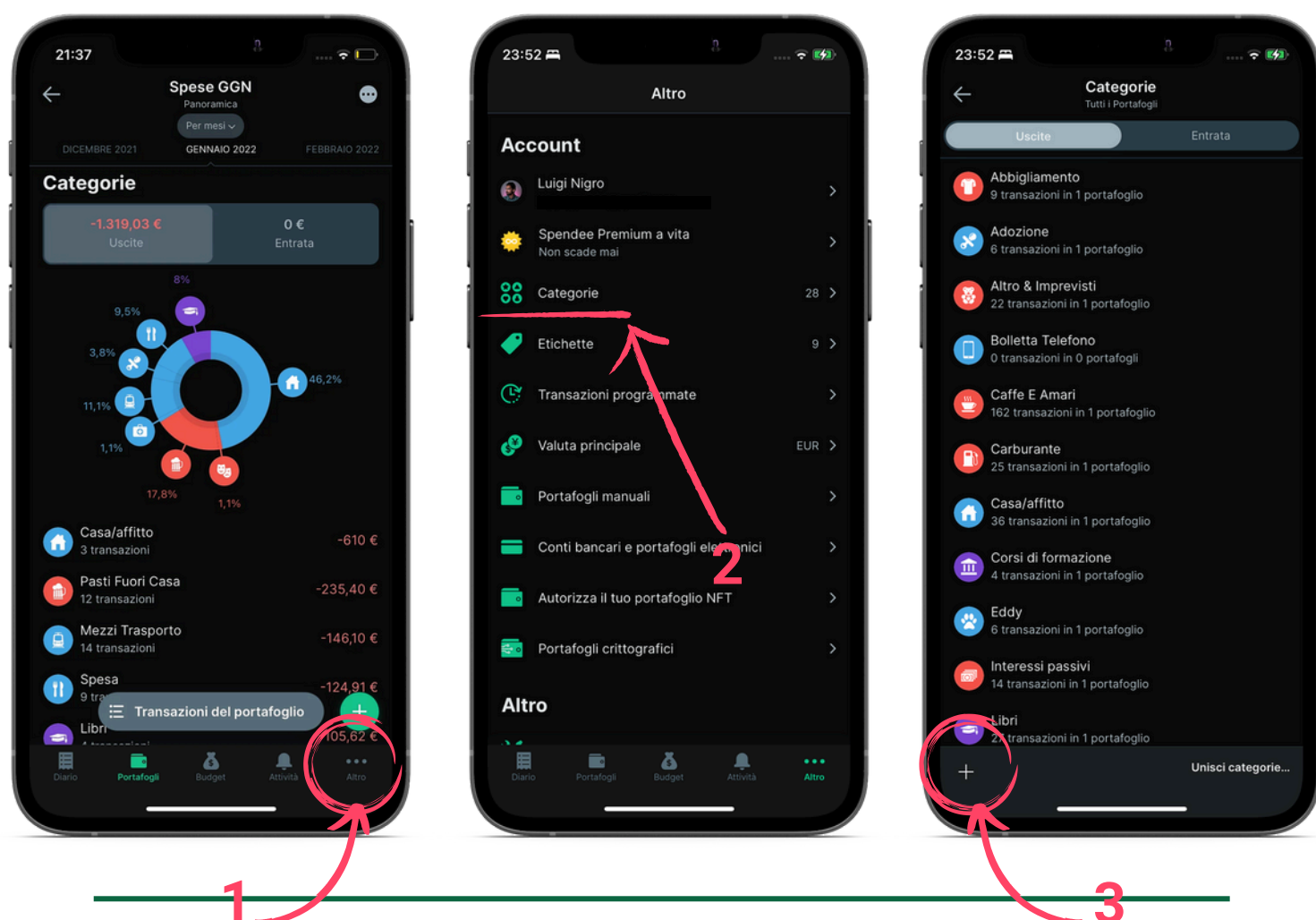
Setting up Spendee

Innanzitutto: per fare tutto quello di cui si parla in questo ebook **è sufficiente avere la versione Free di Spendee**.

Per impostare il tuo sistema di Tracking apri Spendee e inizia a creare le categorie di spesa seguendo questi passaggi:

- 1) clicca i tre puntini in basso a dx nella barra di navigazione
- 2) Clicca sulla voce "Categorie"
- 3) Clicca su "+" in basso a sx (nello screen di esempio vedi tutte le mie categorie)

Nb. nella schermata del terzo screen, in alto ci sono due schede "Uscite" e "Entrate". Resta nella scheda delle "Uscite".



Ora avrai davanti una schermata che ti permette di creare una categoria di spesa. Inizia a riportare su Spendee tutto quello hai fatto sul foglio di carta. Fai in questo modo:

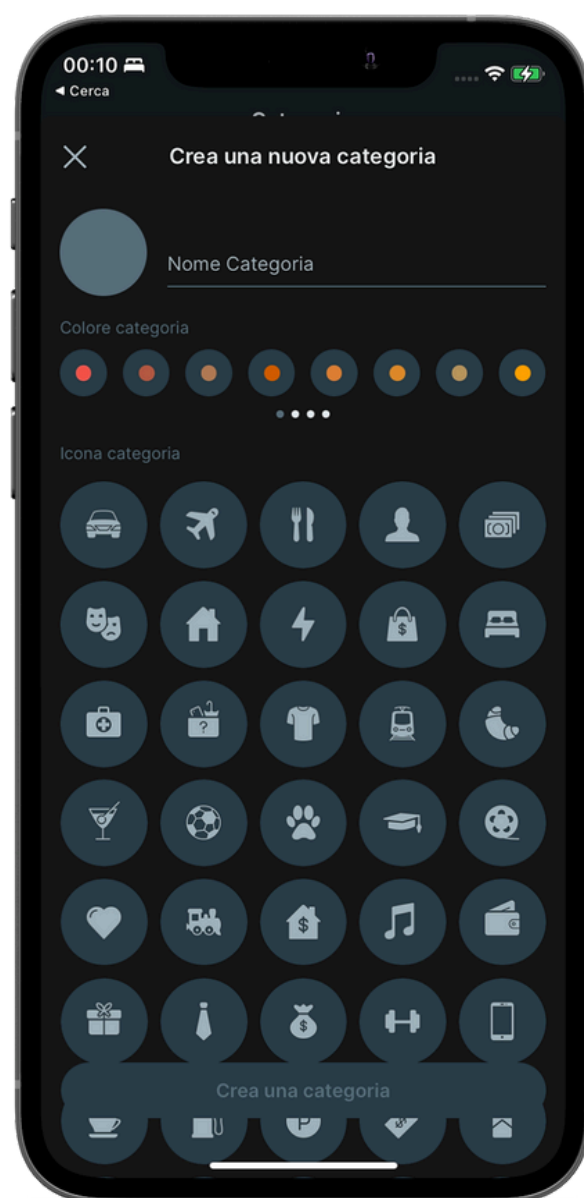
Nel campo "Nome Categoria" inserisci il nome della tua Micro-categoria (es. Spesa al supermercato).

Scegli il colore della Macro-categoria a cui appartiene, quindi azzurro se è Bisogno, rosso se è Sfizio e Viola se è investimento (oppure i colori che avrai scelto tu, ma che siano sempre coerenti).

Assegna l'icona che più è pertinente con quella categoria di spesa e infine clicca sul pulsante in basso "Crea una Categoria".

È importante che i colori siano sempre gli stessi 3. Fai attenzione a non usare sfumature di colore diverso (a meno che non sia voluto per differenziare ulteriormente le macro-categorie).

Questa divisione cromatica ti servirà per il "colpo d'occhio" nella sezione della Panoramica, che ti farà capire al volo se stai gestendo bene i tuoi soldi secondo la regola del 50/30/20.

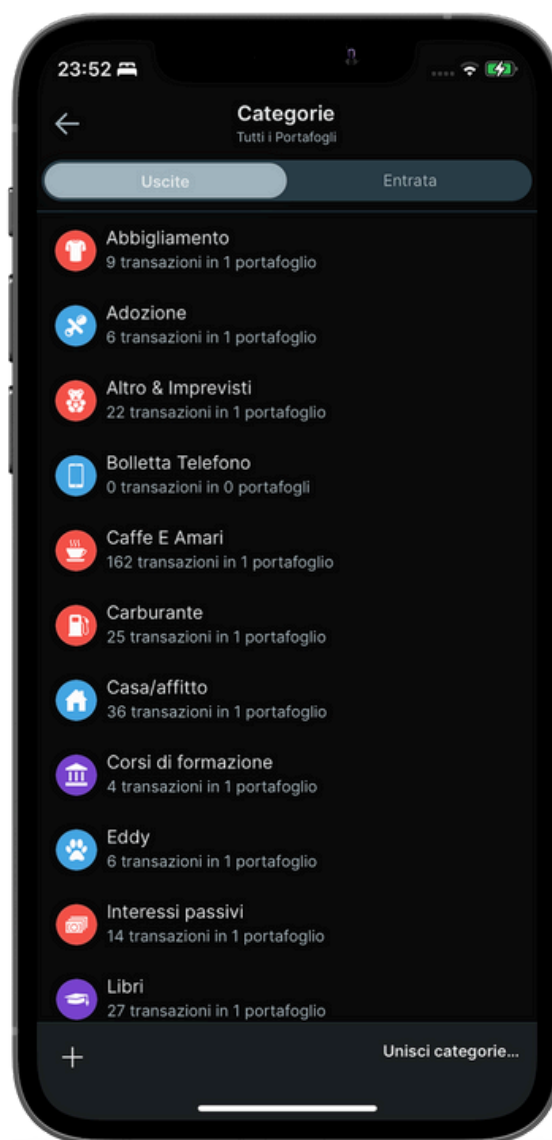


Una volta fatto tutto il lavoro ti troverai davanti ad una bella lista massiccia (o meno) di Categorie, suddivise per 3 colori principali, che rappresentano Bisogni, Sfizi e Investimenti.

Il tuo sistema di Tracking è impostato e pronto per essere messo in moto.

Man mano che traccierai le spese, queste categorie conterranno ogni transizioni che hai assegnato loro.

Quindi in futuro se vuoi controllare tutte le transizioni per una categoria, è in questa schermata che dovrai andare.



A questo punto non dovrai far altro che creare l'abitudine di segnare le tue spese nelle modalità descritte all'inizio di questo Ebook.

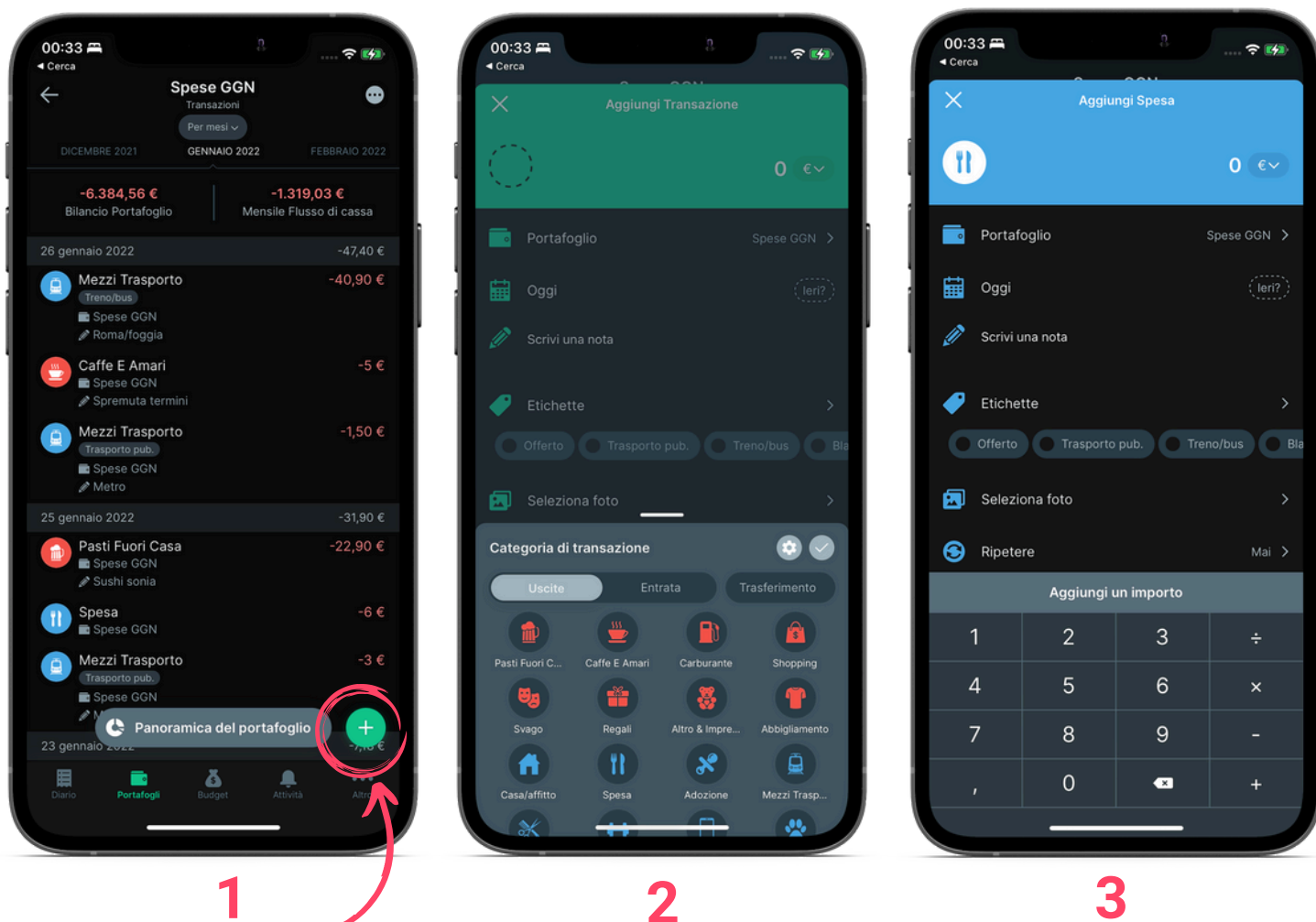
Vediamo nel prossimo capitolo cosa devi fare per tracciare quella spesa su Spendee nel momento in cui compi proprio il gesto fisico di tirare fuori i soldi (che siano contanti, o pagamento digitale).

Come tracciare le spese su Spendee

POV: stasera hai degli amici a cena e devi cucinare. Scendi al supermercato sotto casa a fare la spesa.

Hai speso 20€ tondi tondi. Metti mano al portafoglio e ti si attiva il trigger, così pensi "devo aprire Spendee e segnare questa spesa".

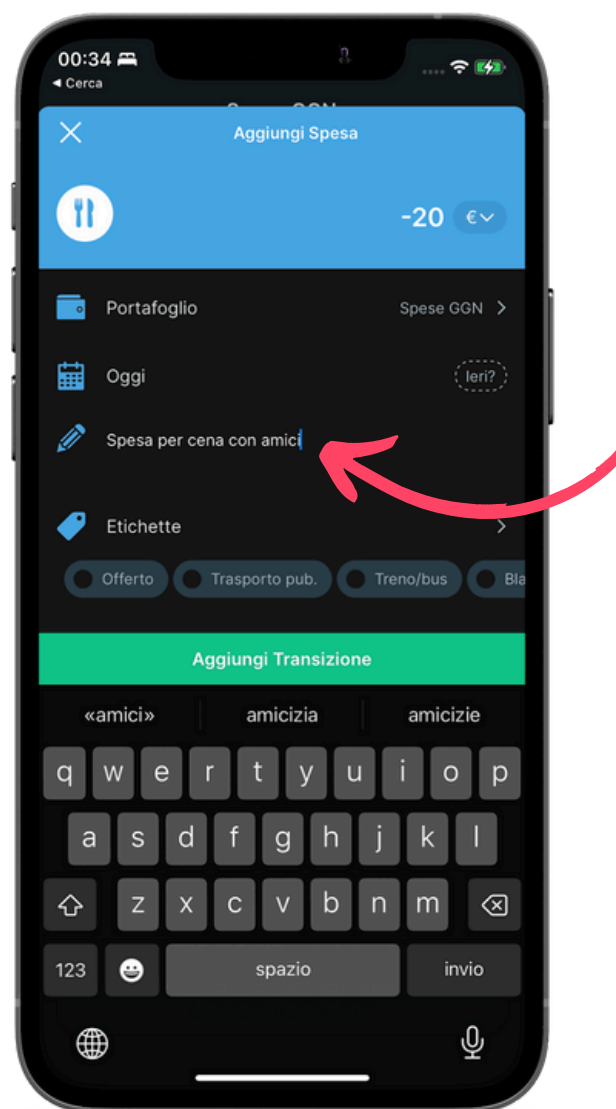
Apri Spendee e ti trovi davanti alla schermata nello screen 1 (ma a te sarà vuota). Clicca sul "+" in basso a dx e ti si aprirà la schermata per registrare una spesa (2). Per prima cosa ti sarà chiesto di impostare la categoria (e tu selezionerai la categoria della "Spesa al supermercato"), e poi di (3) inserire l'importo della spesa (e tu digiterai 20 sul tastierino che sarà apparso).



Nella parte delle note ci scriverai un riferimento alla spesa che stai facendo, in questo caso "Spesa per cena con amici".

Ti sarà utile tra un anno, quando starai controllando le spese e vorrai ricordarti in che occasione hai speso quei soldi.

In Disciplina Finanziaria ho dedicato una lezione intera all'utilizzo delle Etichette e al sistema di tag su Spendee: spiego come usarlo per sottocategorizzare una micro-categoria (tipo io lo uso per i trasporti), ma per ora a te non serve. Andiamo calmi.



Per ora puoi ignorare tutte le altre opzioni. Se vorrai potrai esplorarle in autonomia ma al momento non sono utili per far funzionare questo sistema sofisticato di tracking che stiamo per mettere su.

Ora, io so che tu sei ancora qui a leggere. Ma concedimi di premere il pulsante di fast forward ►► e immaginiamo che sia passato un mese da quando hai impostato il tuo sistema di tracking.

Hai incredibilmente segnato tutte le spese senza intoppi e ora hai una mole di dati su Spendee da analizzare per capire come stai gestendo i tuoi soldi. Vediamo come fare.

Come analizzare le spese

Siamo arrivati alla parte di analisi delle spese. Essere in grado di analizzare le spese è una parte molto importante nel processo di Tracking, forse ha la stessa importanza della categorizzazione. Se hai fatto male la categorizzazione avrai dei dati falsati e non riuscirai ad interpretarli in modo veritiero.

Ma non preoccuparti, ti anticipo che all'inizio potrà capitare di sbagliare durante la categorizzazione. Non è un problema, puoi sempre correggere il tiro modificando le categorie su Spendee.

Su Spendee, clicca sul tuo portafoglio e apri la "Panoramica del portafoglio".

In alto avrai il titolo del portafoglio (nel mio caso si chiama "Spese GGN").

Poi avrai il filtro temporale (settimanale, mensile, ecc).

Subito dopo il Bilanciamento Entrate e Uscite (solo che noi le entrate non le segniamo ancora).

Ed ecco quello che ci interessa: il grafico a torta con la suddivisione delle spese per macro-categoria. Questo è il "colpo d'occhio" di cui ti parlavo qualche pagina fa.



Riesci a notare come posso decretare al volo se mi sono comportato bene con la gestione dei miei soldi durante il mese di riferimento (in questo caso nello screen abbiamo Gennaio 2022)?

Se prendiamo la regola del 50/30/20 possiamo vedere che non l'ho rispettata, e che ho ecceduto di spese per i bisogni, sacrificando investimenti e sfizi. In questo caso io so che non è un problema, ma se per esempio ci fosse stato un eccesso di Sfizi sui bisogni avrebbe voluto dire che nel periodo di riferimento ho peccato di Disciplina Finanziaria.

In questo screen sulla destra invece possiamo notare proprio un mese in cui ho ecceduto con gli sfizi. Era Giugno 2022, e il 27 di quel mese ho compiuto 30 anni.

Ho fatto una mega-festa in spiaggia con una Cover dei Red Hot Chili Peppers e non ho badato a spese. Ho speso quasi 900€, come puoi vedere dalla categoria di spesa "Svago".

Va bene così, in questo caso ho speso soldi in modo consapevole per uno sfizio sano, che mi ha regalato tante emozioni, quindi ci sta aver sfiorato la regola del 50/30/20. L'ho deciso io a monte.



Ora proviamo a fare zoom-out e lascia che ti mostri i reali vantaggi di avere uno storico di tutte le spese tracciate.

Nello screen a destra puoi vedere la panoramica delle mie spese di tutto l'anno solare 2022 (per farlo basta che clicchi sul filtro temporale in alto e lo cambi da mese ad anno).

Che notiamo? Il mio occhio cade sulla classifica delle spese più alte, che rispecchia quelli che sono i miei valori attuali in qualche modo.

3400€ all'anno di pasti fuori casa. Decisamente troppo, ma ho analizzato la causa che mi ha portato a spendere tanto.



Per me andare a cena/pranzo fuori è un'occasione sociale, è vero, ma nel 2022 sono stato sempre in giro per l'Italia e l'Europa, cambiando circa una 20ina di case, hotel, bnb. Questo stile di vita mi ha reso difficile andare a fare la spesa al supermercato, quindi non riuscivo sempre a cucinare a casa. Ma devo ammettere anche che a volte mi sono lasciato andare alla pigrizia perché non avevo voglia di cucinare.

Ho individuato l'abitudine e il trigger che mi hanno portato a spendere così tanto e nel 2023 le cose andranno diversamente.

Ho deciso di smettere con questo stile di vita nomade e ho preso una casa per un anno a Las Palmas di Gran Canaria. Questa condizione mi permetterà di avere una routine in cui per me sarà più facile andare a fare spesa e cucinare a casa. Questo dovrebbe aiutarmi a spendere meno in pasti fuori casa.

Altra cosa: nel grafico a torta ci sono relativamente pochi "investimenti". A questa osservazione rispondo nella [pagina delle FAQ](#).

Notiamo ancora che il bilanciamento tra Bisogni e Sfizi è proprio sul filo del rasoio della regola 50/30/20.



Questo vuol dire che sono stato bravo a gestire i miei soldi nel 2022. Chiaramente sono 5 anni che seguo questa filosofia di tracking e sono diventato bravo col tempo, ma all'inizio ero una frana, quindi non aspettarti che vada tutto liscio da subito. Pensa solo a costruire l'abitudine e ad aggiustare il tiro mese dopo mese.

Ora, per spiegarti in che modo il tracking delle spese può aiutarti a prendere decisioni finanziarie intelligenti, voglio mettere l'accento sulla mia quarta spesa più grande del 2022, cioè quella per i trasporti, che ammonta a 2.195€.

Come prendere decisioni finanziarie intelligenti grazie al tracking delle spese

2195€ di trasporti spesi in tutto il 2022. Comprendono Taxi, noleggio di monopattini e biciclette in città, metro, aerei, treni, autobus e blablacar.

Ora, io ho uno stile di vita nomade e per spostarmi non ho bisogno di un'automobile, ma facciamo finta che non sia così, che io sia sedentario e che inizi a pensare di aver bisogno di un'auto.

Che succederebbe se dovessi decidere di comprarne una? Semplice: ho tutti i dati a disposizione per capire se sto per fare una spesa intelligente oppure no.

E ovviamente una spesa intelligente significa "investimento", quindi nel caso ipotetico dell'acquisto di un'automobile dovrebbe essere una spesa che mi permetta di spendere meno soldi (nel lungo termine) in mezzi di trasporto (dato che l'automobile soddisferebbe il medesimo bisogno, cioè quello di spostamento).

Chiaramente quando compri un'auto devi mettere in conto tutte le spese extra, oltre al costo dell'auto, come la manutenzione, assicurazione, bollo, carburante ecc. quindi dovrei aggiungere delle categorie di spesa che attualmente non ho sul mio Spendee.

Ma grazie a tutti i dati che ho, posso fare dovuti calcoli e capire in quanto tempo ammortizzerei la spesa. Questa cosa è magica!

Bene, hai a disposizione anche lo schema di ragionamento per capire come analizzare le tue spese e come prendere decisioni finanziarie migliori per il tuo futuro.

FAQ

Perché nel tuo grafico a torta annuale del 2022 non figurano gli investimenti al 20%?

Essendo un Freelance, ho deciso di non trattare tutti i miei investimenti come una "spesa". Tutti i soldi che ho investito in Azioni, EFT, Crypto nel 2022 non sono segnati su Spendee, perché sono soldi che a livello patrimoniale restano nelle mie tasche. Su Spendee ci sono solo soldi che escono dalle mie tasche, quindi che spendo per comprare libri, servizi e corsi di formazione personali (non professionali, quelle spese le segno altrove). È una mia regola. Approfondisco il discorso nel Modulo 5 di Disciplina Finanziaria, che è dedicato agli investimenti nei mercati finanziari.

E se collegassi i miei conti bancari a Spendee e lasciassi che il tracking delle spese avvenisse in automatico?

Il sistema di tracking perderebbe buona parte della sua utilità. Sì, perché il sistema di tracking non solo ti permette di avere sotto controllo le tue finanze, ma quando diventa abitudine ti aiuta anche a evitare acquisti di impulso. Nel momento in cui stai per acquistare qualcosa, quando hai l'abitudine di tracciare le tue spese, automaticamente pensi a come categorizzare la spesa. Questo ti aiuta a renderti conto se quella spesa che stai per fare è davvero utile oppure è solo un acquisto di impulso. Io sconsiglio fortemente di automatizzare il tracciamento delle spese.

Quando posso smettere di tracciare le mie spese?

Quando riterrai di avere abbastanza padronanza della tua situazione finanziaria, tale da renderti inutile il tracciamento. Solo tu sai quando ti sentirai così. Considera che io lo faccio da 5 anni, mi sono fermato solo per un paio di mesi perché credevo fosse diventato superfluo ma poi ho dovuto subito riprendere.

Dove traccio invece le mie entrate?

Se sei un lavoratore dipendente o studente, puoi usare Spendee per tracciare le tue entrate allo stesso modo in cui lo usi per tracciare le tue spese, ovvero differenziandole per sorgente. Ricorda che se sei uno studente il tuo "reddito" (se non lavori) è quello che ti passano i genitori.

Sono un Freelance. Dovrei separare le spese personali da quelle professionali?

Decisamente! Se sei un freelance consiglio di usare Spendee per tracciare solo le spese personali, e di usare un modello di Conto Economico per tracciare e analizzare le spese della tua attività professionale. Approfondisco il discorso nel modulo 7 di Disciplina Finanziaria, disponibile nella versione Freelance.

Voglio prendere il controllo totale delle mie finanze, cosa posso fare oltre a tracciare le mie spese?

Leggi questo libro e se non ti sarà bastato acquista Disciplina Finanziaria, il mio corso di Finanza Personale Applicata da cui è tratto questo Ebook. Il corso comprende **+40 lezioni**, per un totale di **oltre 10 ore di contenuto** e include fino a **12 Template Google Sheet** pronti all'uso per tenere traccia di ogni numero. Seguendo Disciplina Finanziaria imparerai il metodo corretto per iniziare a gestire bene i tuoi soldi e riprendere il controllo delle tue finanze:

- Impara a risparmiare in modo automatico e metti da parte il denaro per il tuo futuro
- Impara a gestire e a sanare i tuoi debiti
- Acquisisci le nozioni per iniziare ad investire sui mercati finanziari e far fruttare il tuo denaro
- Imposta i tuoi obiettivi finanziari e tieni traccia dei progressi

Clicca qui per scoprire di più sui contenuti di Disciplina Finanziaria.



DISCIPLINA FINANZIARIA

- ✓ 8 Moduli, +40 lezioni, +10 ore di contenuti
- ✓ 12 Template Google Sheet pronti all'uso
- ✓ Disponibile in versione Personal e Freelance

Acquista su disciplinafinanziaria.com

[illegible]



Fai buon uso di questo Ebook!

Sito web: www.luiginigro.com

Email: info@luiginigro.com

Instagram: [@gigienne](https://www.instagram.com/gigienne)

LinkedIn: [Luigi Nigro](https://www.linkedin.com/in/Luigi_Nigro)
