<!DOCTYPE html>

<html lang="ru">

<head>

<meta charset="UTF-8" />

<title>Долговая нагрузка: что это значит и как её грамотно снизить | ProBankir</title>

<meta name="description" content="Что значит долговая нагрузка, как банки рассчитывают её, как рассчитать самостоятельно. Советы по снижению долговой нагрузки и выбору кредита." />

</head>

<body>

<h1>Долговая нагрузка: что это значит и как её грамотно снизить</h1>

<p>Что означает внушающий опасение термин <strong>долговая нагрузка</strong>, которым кредиторы пугают заёмщиков? Совсем ничего страшного — это всего лишь сумма регулярных выплат по кредитам и займам, которую вы отдаёте банкам из своего подтверждённого месячного дохода. Кредитные специалисты используют <em>показатель долговой нагрузки</em> (он же <em>коэффициент долговой нагрузки</em> или </em>ПДН</em>) в скоринге, чтобы оценить риски, рассчитать выгодные и безопасные для финансовой организации лимит, процентную ставку или даже отказать в кредите, если у клиента <em>большая долговая нагрузка</em>.</p>

<h2>Порядок расчёта ПДН</h2>

<p>Базовая формула на самом деле проста, как мычание: ПДН равен сумме ежемесячных платежей по всем кредитам, разделённой на среднемесячный подтверждённый доход и умноженной на 100%.</p>

<h3>Как банки считают долговую нагрузку по кредитам</h3>

<p>В расчёт включают минимальные (аннуитетные) платежи по действующим кредитам и картам, МФО, рассрочки, а также алименты, аренду и иные долговые обязательства — если, конечно, они официально задокументированы. Результат — <em>уровень долговой нагрузки</em> в процентах.</p>

<h3>Самостоятельный расчёт: формула</h3>

<ol>

<li>Сложите все ежемесячные платежи по кредитам, картам, займам и т. п.</li>

<li>Определите свой среднемесячный доход за 3–6 месяцев — по справкам, ведомостям и выпискам. То, что получили, что называется, в конверте, не считается.</li>

<li>Теперь разделите сумму платежей на сумму дохода, умножьте полученную цифру на 100% — и вот он, показатель вашей <em>кредитной долговой нагрузки</em>.</li>

</ol>

<h2>Пример расчёта ПДН</h2>

<table border="1" cellpadding="8" cellspacing="0">

<thead>

<tr>

<th>Обязательство</th>

<th>Ежемесячный платёж, ₽</th>

</tr>

</thead>

<tbody>

<tr><td>Ипотека</td><td>45&nbsp;000</td></tr>

<tr><td>Потребкредит</td><td>12&nbsp;000</td></tr>

<tr><td>Кредитная карта (мин. платёж)</td><td>6&nbsp;000</td></tr>

<tr><td><strong>Итого платежей</strong></td><td><strong>63&nbsp;000</strong></td></tr>

</tbody>

<tfoot>

<tr>

</table>

<p>Итого: при среднемесячном доходе 150&nbsp;000 ₽ <strong>ПДН = 63&nbsp;000 / 150&nbsp;000 × 100% = 42%</strong> Кстати, при ПДН ~42% многие банки ещё одобряют заявки, но годовая процентная ставка может быть ниже, а лимит — ниже, чем при ПДН в 20–30%.</p>

<h2>Как ПДН влияет на шансы одобрения</h2>

<p>Ниже — условная инфографика, иллюстрирующая общую логику: чем выше ПДН, тем строже отбор и дороже условия.</p>

<p><img src="sandbox:/mnt/data/pdn\_approval.png" alt="Вероятность одобрения vs ПДН (инфографика)" /></p>

<h2>Ограничения ЦБ РФ по долговой нагрузке</h2>

<p>Регулятор практикует надбавки и квоты для кредитов с высоким ПДН, чтобы банки сдерживали рискованные выдачи. Эти <em>ограничения Центробанка по долговой нагрузке</em> побуждают кредиторов тщательнее проверять доходы и платежи, чтобы аккуратнее одобрять <em>кредит с высокой долговой нагрузкой</em>. Для клиента это означает: чем ниже ПДН, тем выгоднее условия по займу.</p>

<h2>Практика: как снизить долговую нагрузку</h2>

<p><em>Снижение долговой нагрузки</em> — это одновременно работа с числителем (платежи) и знаменателем (доход). Ниже — проверенные стратегии, которые реально улучшают ПДН.</p>

<h3>Стратегии и ожидаемый эффект</h3>

<table border="1" cellpadding="8" cellspacing="0">

<thead>

<tr>

<th>Стратегия</th>

<th>Как влияет на ПДН</th>

<th>Кому подходит</th>

<th>Риски и ограничения</th>

</tr>

</thead>

<tbody>

<tr>

<td>Рефинансирование под меньшую ставку</td>

<td>Снижает ежемесячный платёж</td>

<td>Нужны стабильный доход, хорошая кредитная история</td>

<td>Комиссии, особые требования к заёмщику и залогу</td>

</tr>

<tr>

<td>Увеличение срока кредита</td>

<td>Уменьшает платёж, но повышает переплату</td>

<td>Нужно быстро снизить ПДН</td>

<td>Больше процентов за весь срок</td>

</tr>

<tr>

<td>Досрочные погашения по множеству мелких кредитов)</td>

<td>Быстро уменьшает платежи по мелким долгам</td>

<td>Не пугает множество карт и обязательств</td>

<td>Дисциплина, иначе можно пропустить очередной крошечный платёж и подпортить кредитную историю</td>

</tr>

<tr>

<td>Закрытие кредитных карт и/или лимитов</td>

<td>Снижает учтённый минимальный платёж</td>

<td>Если есть лишние лимиты</td>

<td>Сдувается «подушка» на форс‑мажор</td>

</tr>

<tr>

<td>Белый доход и подтверждение справками</td>

<td>Увеличивает знаменатель (доход)</td>

<td>Самозанятым, ИП, фрилансерам</td>

<td>Налоги, время на легализацию дохода</td>

</tr>

<tr>

<td>Кредитные каникулы и/или реструктуризация</td>

<td>Временно уменьшает платёж</td>

<td>Если есть сложности с платёжеспособностью</td>

<td>Может ухудшить условия и сроки по кредиту</td>

</tr>

</tbody>

</table>

<h3>Внимание, это важно! Ставка тоже важна</h3>

<p>Даже если сумма кредита и срок выплаты остаются неизменными, годовая процентная ставка влияет на ежемесячный платёж, а значит, и на ПДН:</p>

<p><img src="sandbox:/mnt/data/payment\_vs\_rate.png" alt="Ежемесячный платёж vs ставка (1 млн ₽ на 60 мес)" /></p>

<h2>Главное:</h2>

<p>Показатель долговой нагрузки, он же ПДН — простой и мощный индикатор. Держите его под контролем: считайте самостоятельно, оптимизируйте платежи, подтверждайте доход. Если ПДН высок, начните со снижения стоимости долгов и устранения лишних лимитов, а уже потом подавайтезаявку на новый кредитный продукт.</p>

<h2>FAQ</h2>

<h3>Можно ли взять кредит с долговой нагрузкой выше нормы?</h3>

<p>Технически — да, <em>взять кредит с долговой нагрузкой</em> можно, но придётся мириться с меньшими суммами и лимитами, повышенной ставкой и более жёсткими проверками. Иногда имеет смысл сначала снизить ПДН (рефинансирование, закрытие лимитов), а потом подавать заявку — шансы и условия, как правило, улучшаются. Для спорных кейсов можно рассматривать <em>займ с высокой долговой нагрузкой</em> только после точного расчёта рисков и плана выхода из долга.</p>

<h3>Что такое ПДН и чем он отличается от DTI?</h3>

<p>По сути, это одно и то же: доля ежемесячных платежей от дохода. В РФ банки используют термин «ПДН» и обязаны учитывать его в одобрении заявок.</p>

<h3>Какой ПДН считается комфортным?</h3>

<p>Чаще всего — до 30–40%. Выше — растут ставка и риск отказа. Границы зависят от продукта, банка и профиля заемщика.</p>

<h3>Если доход частично «серый», что делать?</h3>

<p>Старайтесь подтвердить максимум белого дохода выписками и справками. Чем больше дохода «видит» банк, тем ниже будет рассчитанная <em>долговая нагрузка по кредитам</em>.</p>

<h3>Можно ли снизить ПДН быстро?</h3>

<p>Да. Например, закрыть кредитные карты, рефинансировать самый дорогой кредит, временно растянуть срок выплат, сделать частичное досрочное погашение — это даст быстрый эффект по цифрам.</p>

<h3>Как <em>ограничения Центробанка по долговой нагрузке</em> влияют на меня?</h3>

<p>Банки осторожнее одобряют заявки с высоким ПДН. Чем ниже ваш ПДН, тем проще получить высокий лимит и лучшую, то есть низкую ставку.</p>

</body>

</html>

+большая долговая нагрузка

+коэффициент долговой нагрузки

+долговая нагрузка по кредитам

+уровень долговой нагрузки

+кредитная долговая нагрузка

+ограничения центробанка по долговой нагрузке

+займ с высокой долговой нагрузкой

+кредит с высокой долговой нагрузкой

+что значит долговая нагрузка - в мета

+снижение долговой нагрузки

+взять кредит с долговой нагрузкой

+ - задействован, - - нет.