

НАСТОЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ ЭКСПЕРТА

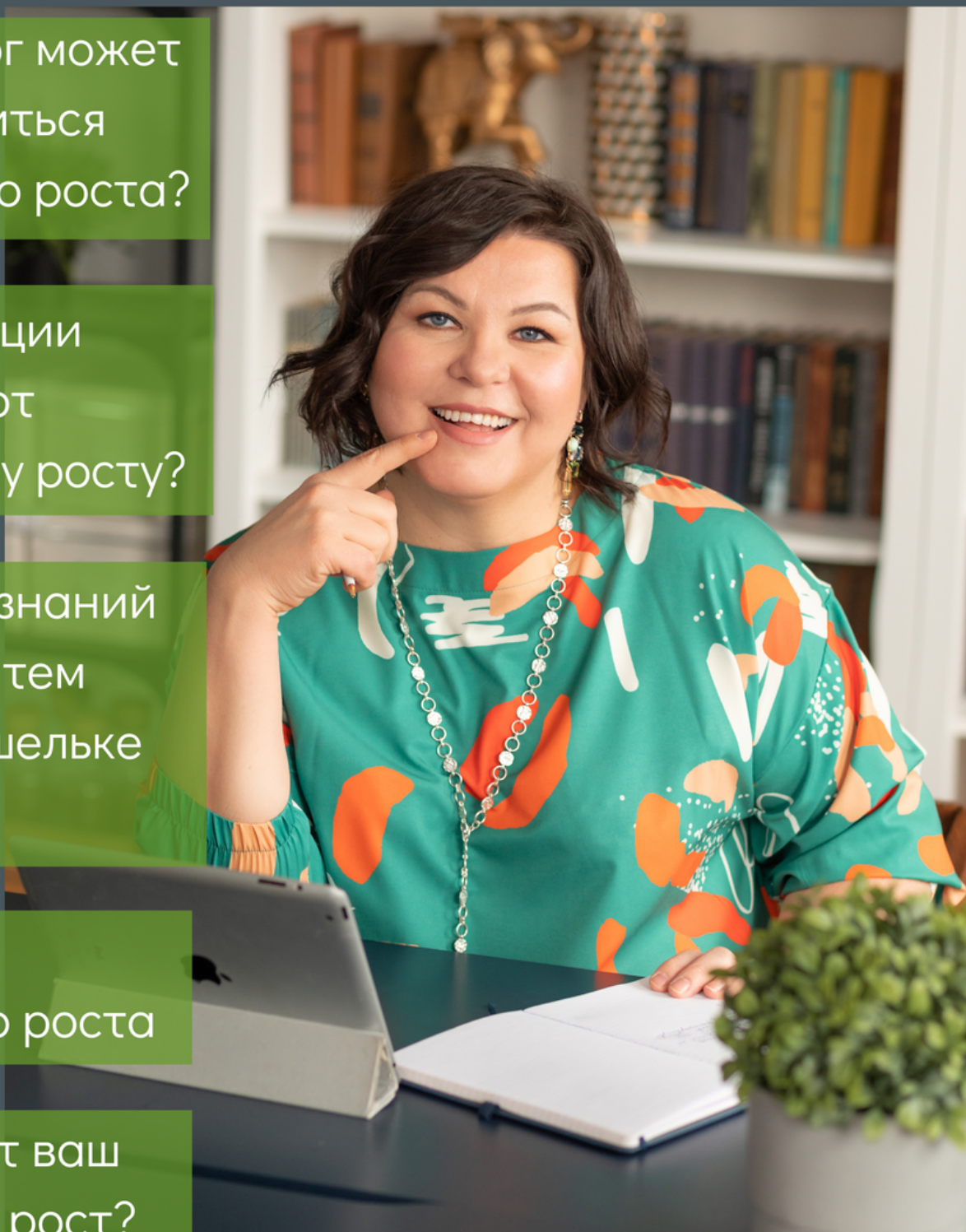
Как психолог может
помочь добиться
финансового роста?

Как инвестиции
способствуют
финансовому росту?

Чем больше знаний
мы получим, тем
больше в кошельке
шуршит

Мой путь
финансового роста

Что тормозит ваш
финансовый рост?



Елена Имарова:
Стратегия финансового роста

Проект "Журнал My Way" создан для тех, кто не равнодушен к работе в удаленном формате, кто готов развиваться и становиться лучшей версией себя. И этот путь стоит того, чтобы идти по нему!

Нашим экспертам хочется поделиться нюансами своей работы, помочь избежать ошибок начинающим фрилансерам, зарядить вас порцией мотивации и помочь в теме самопознания и саморазвития!

Журнал будет полезен и тем, кто уже добился значительных результатов в карьере и жизни в целом, и тем, кто начинает познавать себя и идти к своим целям.

Не знаете, каким путем идти к своей цели? Те, кто уже с нами, те, кто развивается на удаленке и те, кто способен вам помочь, становятся авторами нашего журнала! Каждый эксперт открыт к общению! Посещайте блоги, изучайте материалы, учитесь и добивайтесь своих целей!

Ангелина Безменова
ТОП фрилансер
Создатель школы удаленных
профессий "Супер Фриланс"
и проекта "Свой путь"

t.me/bezmenova_pro



Содержание:

стр.5 - Составляющие финансового роста

Говорит эксперт

стр.8 - Основные принципы финансового роста

Говорит эксперт

стр.12 - Финансовый рост и планирование, где взаимосвязь?

Говорит эксперт

стр.16 - Мама, папа, я - богатая семья?

Говорит эксперт

стр.19 - Чем больше знаний мы получим, тем больше в кошельке шуршит

Говорит эксперт

стр.23 - Как психология человека мешает финансовому росту?

Говорит эксперт

стр.28 - Как инвестиции способствуют финансовому росту?

Говорит эксперт

стр.32 - Как психолог может помочь добиться финансового роста?

Говорит эксперт

Содержание:

стр.35 - Стратегия финансового роста

Лицо с обложки

стр.39 - Что тормозит ваш финансовый рост?

Говорит эксперт

стр.44 - Мой путь финансового роста

Говорит эксперт

стр.47 - Стоит ли менять свое окружение ради финансового роста?

Говорит эксперт

СОСТАВЛЯЮЩИЕ ФИНАНСОВОГО РОСТА

Автор: Ольга Чечулина, телерадиоведущий, журналист, Руководитель представительства Союза пиарщиков России в Калининградской области

Что нам дают финансовые возможности? Свободу и качество жизни. Но как достигнуть финансового благополучия? На что нужно обратить внимание?

Начните с мышления. Задайте себе вопрос, что вы будете делать с миллионом? Если ответа нет или он абстрактный и для вас эта сумма кажется безграничной, то вы не готовы получать такие деньги. У многих возникает страх на подсознательном уровне и всплывают негативные установки. Начните с них. Замените негативные установки о деньгах на положительные, выписав их на листке бумаге, тем самым закрепите их в своем подсознании. Обратите внимание на присутствие в вашей жизни привычек бедных. Чем больше вы сосредотачиваете свое внимание на нехватке денег, тем меньше их будет у вас. Направляйте свое внимание не на экономию расходов, а на то, как увеличить свой доход. Это поможет избавиться от постоянного финансового стресса и относиться к деньгам как к инструменту достижения свободы, а не как к самоцели. Старайтесь выйти на доход с разных источников.





Чтобы понимать к какой цели вы идете и самое главной к ней дойти, необходимо финансовое планирование. Планируйте все свои доходы и расходы. Старайтесь избавиться от всех долговых обязательств, пропишите пошаговый план, комфортный для себя, чтобы каждый месяц пошагово увеличивать свой доход.

Большинство успешных людей ставили себе простую цель заработать миллион, а достигнув этого, ставили себе более амбициозные планы.

Применяйте правило 50/30/20, 50% от дохода тратьте на необходимые нужды, 30% на все, что захотите, а 20% на накопление и инвестирование.

Инвестируйте все свои силы, время и деньги в то, что гарантированно принесет вам пользу.

Когда вы начнете менять свои привычки и заниматься саморазвитием, то и начнет меняться ваше окружение. И это тоже важная составляющая для финансового роста. Как говорится, если вы будете в компании четырех миллионеров, то вы будете пятым.

Начните общение с людьми, которые являются для вас примером успеха. Старайтесь завести полезные знакомства, обмениваться опытом, получать ценную информацию и черпать идеи, которые могут привести к хорошим результатам. Стремитесь находиться успешных, вдохновленных, счастливых и самодостаточных людей. И не забывайте самое главное правило: только ваши действия помогут достичь желаемого результата.

Бери и действуй!

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ФИНАНСОВОГО РОСТА

Автор: Ирина Богданова, коуч по самореализации и финансам, наставник, модератор мастермайндов.



Независимо от того, находитесь ли вы в начале своей карьеры или уже уверенно двигаетесь по ней, большинство стремится к финансовому росту. Есть некоторые принципы, применяя которые, можно достичь его быстрее. В основе их, конечно же, мышление. С 50 тысяч до 150 тысяч жизнь меняется незаметно.

Здесь помогут вырасти следующие "банальные" правила:

1. Цели и желания.

На самом деле часто мы сами не знаем, чего хотим, соответственно и желаемого результата не получаем. Абстрактные цели типа "хочу быть богатым" или "хочу быть счастливым" никогда не реализуются, потому что не существуют в вашей личной реальности как план достижения цели. Удобно брать большие дорогие цели, чтобы долгое время не думать, чего же я хочу НА САМОМ ДЕЛЕ. Машина, квартира, Мальдивы идеально подходят – и никто осуждать не будет, и надолго хватит.

Поэтому крайне важно выбрать именно свою цель. Она должна быть конкретна, измерима, достижима, актуальна именно для вас, ограничена во времени (SMART). И в то же время в современных реалиях цели должны быть гибкими.

2. Учёт доходов и расходов.

Нет, я не призываю считать каждый рубль и экономить (хотя "финансовый бермудский треугольник" вы обнаружите.) Но, ведя учёт расходов хотя бы 2-3 месяца вы точно будете знать, какая сумма обеспечит вам комфорт. Вы узнаете свой уровень нормы. И если расходы ещё более менее мы считаем, то учёт доходов ведут единицы. А ведь неожиданные премии, денежные подарки и т.п. тоже относятся к этой категории.

3. Накопления.

Многие возмутятся: "С чего копить?". Но, если задуматься, мы платим всем вокруг, но только не себе. А если с каждого дохода платить себе 10% от суммы, можно легко сохранить достаточно приличную сумму, которая при грамотном распоряжении принесёт дополнительный доход или просто придаст чувство уверенности (подробнее в книге "Самый богатый человек в Вавилоне"). Поверьте, если даже доход составляет 10.000, вы не почувствуете разницы в качестве жизни, прожив этот период времени на 9.000.

4. Инвестиции.

Здесь речь не только про ценные бумаги (сюда без специальных знаний я бы не советовала заходить, тем более, сейчас). Инвестировать можно в бизнесы, недвижимость и т.д. – таким образом увеличивая количество источников доходов; а ещё – в себя: образование, здоровье, качественный отдых.

Рост от 150 000 к 300 000 базируется на тех же принципах, но здесь особое внимание хочется уделить образованию и саморазвитию. Невозможно получать новые результаты привычными, старыми действиями. Невозможно прийти к лучшей жизни, живя со старыми установками, опираясь на старые принципы и смыслы.

Идём дальше:



5. Окружение.

Мы не растём, когда общаемся только с людьми нашего уровня, просто не на чем расти. Общаться и учиться лучше с теми, кто выше нас – чтобы наблюдать, как они мыслят, задавать им вопросы. Кстати, спрашивая у них что-либо, будьте готовы к тому, что чаще всего ответ вы не поймёте. Здесь важно успокоиться и просто применять, мол, подрасту – пойму.

Если вы действительно хотите перейти на новый уровень жизни и финансового благополучия посещайте семинары, оффлайн и онлайн мероприятия, нетворкинги, где вы сможете побыть в "поле" успешных людей.

6. Скорость принятия решения и действия.

У некоторых людей большое расстояние между мыслями, словами и действиями. Гораздо эффективнее тестировать появляющиеся гипотезы, оставлять лучшие из них, остальное просто опыт – идём дальше. Появилось что-то, откликается – делаем.

7. Делегирование.

Невозможно достичь больших целей в одиночку. Начинайте с передачи мелких задач, постепенно увеличивая их объём, масштаб и размер команды.

И в завершении хочу вернуться к п.1: вместе с вашим ростом должны расти и ваши цели. Если личные все закрыты, ставьте более амбициозные – что я ещё могу улучшить и не только для себя.

Меняйте своё мышление и взгляды на жизни!

И да пребудет с вами финансовый и личностный рост!

ФИНАНСОВЫЙ РОСТ И ПЛАНИРОВАНИЕ, ГДЕ ВЗАИМОСВЯЗЬ?

Автор: Анна Акимова, стратег, предприниматель, 2 бизнеса:
стратегия и масштабирование бизнеса для предпринимателей,
рекламно-производственная компания



Представим ситуацию – Вы приехали в новый город, ничего не знаете, кроме того, что он богат историей. Ваши варианты его узнать: пойти бродить по улицам самим, куда глаза глядят и еще без карты города или навигатора, или найти гида, который познакомит Вас с главными достопримечательностями, покажет интересные улочки и виды города и расскажет, где пекут самые вкусные круассаны. Какой вариант вы предпочтете?

Вы правомерно возразите, ведь можно самому погулять по городу и посмотреть, что понравится. Конечно можно, только вероятность риска, что Вы не увидите самое интересное и лучшее, высок. Все аналогично в бизнесе, выстраивать свою деятельность без финплана как гулять без карты города и рискованно.

Многие открывают компании «по наитию», не прогнозируют никакие показатели, не понимают стратегических целей, не оценивают реальных ресурсов. К сожалению, это либо снижает прибыль или вообще приводит к закрытию организации.

Финансовое планирование – планирование всех доходов и расходов для обеспечения развития организации.

Есть ли у компании средства и ресурсы, чтобы реализовать все решения, планы и цели?

Например, компания планирует увеличить объем изготавливаемых товаров.

Компания производит товаров общей стоимостью 1 руб., а планирует 10 руб. в месяц. Для этого нужно оценить максимальную производственную мощность оборудования, увеличить производственную линию, достаточно ли помещения или найти новое, достаточно ли персонала и т.д. У компании на данный момент свободных денежных средств только 5 руб. Достаточно ли этой суммы для достижения цели?

Данные ответы можно получить после составления финансового плана.

Результат может быть разный:

А) Есть ресурсы. У компании хватает всех ресурсов для масштабирования производства.

Б) Ресурсов недостаточно. Необходимо искать дополнительное финансирования для масштабирования производства.



Виды финансовое планирования: стратегическое, текущее и оперативное.

1. **Стратегическое.** Максимально абстрактное, компания формирует цели на 3-7 лет и как планирует к ним прийти.
2. **Текущее.** Планирование на год. То, что предполагаете, но подтвердить пока сложно.
3. **Оперативное.** От недели до месяца, квартал. По факту ваши текущие расходы и доходы.

Все виды планирования взаимосвязаны друг с другом и взаимозависимы.

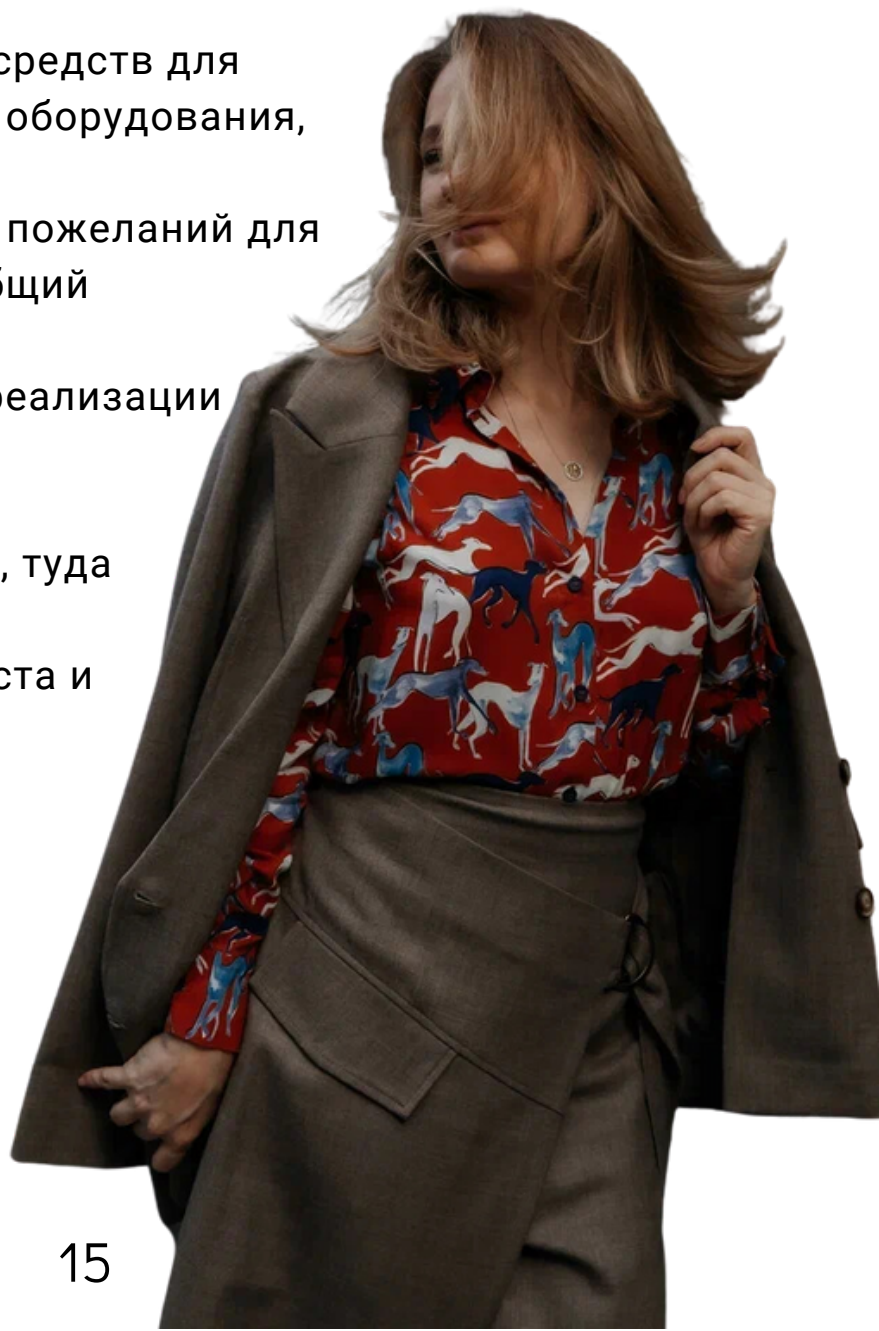
Любой организации необходим базовый финплан. Для чего:

1. Понимание достаточно ли средств для реализации задач (закупку оборудования, найм персонала и тд).
2. Для объединения планов и пожеланий для всех отделов необходим общий знаменатель.
3. Инструмент контроля при реализации бюджета.

Итак, куда корабль направишь, туда он и поплывет. Финплан – это неотъемлемый инструмент роста и структурирования потоков любой организации.

[Инстаграм](#)

[Телеграм](#)



МАМА, ПАПА, Я - БОГАТАЯ СЕМЬЯ?

Автор: Ольга Ильминская, автор, редактор, копирайтер, поэт

Деньги до сих пор для многих людей являются табуированной темой. Иногда нам гораздо проще рассказать о проблемах в личных отношениях или на работе, обсудить сюжет нового сериала или последние новости. Не каждый готов говорить об уровне дохода и разбираться, почему он стоит на месте или растёт слишком медленно. Но если начинать “копать”, то стоит углубиться в историю своей семьи и вспомнить, как относились к финансам ваши родители и другие значимые для вас взрослые.



Что начертано родовым пером – не вырубишь психологическим топором

*“Не жили богато – нечего и начинать”,
“Не имей сто рублей, а имей сто друзей”,
“Денег палата, да ума-то маловато”,
“Деньги приходят и уходят, как вода”.*

Наверняка, вам что-то знакомо из подобного “денежного фольклора”. Пословицы и поговорки такого рода несут в себе опыт предыдущих поколений. И, как бы странно это ни звучало – программируют нас на бедность. Потому что заработаешь много – потеряешь; лучше ценить дружбу, чем материальные блага; мало иметь деньги – важно уметь ими распоряжаться. Сложновато, не находите? Гораздо проще плыть по течению установок и ничего не менять. Хотя при желании можно “перепрошить” внутренний компьютер и переписать любую поговорку.



С – светло, стабильно, спокойно

Мир стремительно меняется, люди успевают сменить несколько профессий, компаний, городов и стран проживания в течение жизни. У наших родителей все было по-другому – они получали специальность, устраивались на работу и строили карьеру за одним и тем же письменным столом. Устойчиво, надежно, неизменно. Мы прислушиваемся к родителям, ориентируемся на их знания, и часто побаиваемся сменить работу, даже если она нас не устраивает. Потому что с детства уяснили – лучше меньше, но постоянно. Такие мысли часто не дают поменять мышление и препятствуют росту дохода и расширению потенциала. Но попробовать себя в новом амплуа можно и без отрыва от производства, главное – решиться.

“Купим сейчас, но это тебе на день рождения” от создателей “Зачем купил ерунду, лучше бы на нужное потратил”

Непростая экономическая ситуация вынуждала наших родителей что называется “вертеться” и “выкручиваться”. Мы выросли, а негативный детский опыт остался. Неприятные воспоминания приводят нас к крайностям: экономии на себе (да не так уж это мне и нужно...) или непомерным тратам (я уже взрослый, покупаю, что хочу!).

Обе стороны медали желательно привести к балансу – осознать, что все заработанное принадлежит вам и научиться грамотно распределять доходы.

Примите семейный опыт с благодарностью и уважением, и тогда в ваших кошельках обязательно поселятся крупные купюры!

[Инстаграм](#)

[ВК](#)

ЧЕМ БОЛЬШЕ ЗНАНИЙ МЫ ПОЛУЧИМ, ТЕМ БОЛЬШЕ В КОШЕЛЬКЕ ШУРШИТ

Автор: Ирина Зимовская, копирайтер, маркетолог.



Разговоров про саморазвитие только из утюга не слышали. То книги нам рекомендуют, то фильмы с медитациями. Оно и понятно. Каждый хочет жить лучше, интереснее, а для этого нужны и новые знания, и навыки. Эдакий апгрейд личности. От того, как мы заботимся о себе с этой стороны, зависит и финансовое счастье.

А что, нельзя просто ходить на работу и получать зарплату? Большинство людей так и делают. Но мы живем в век возможностей.

И хотим использовать их на максималках. А для этого изучаем все то новое, что есть в поле досягаемости.

Когда мы занимаемся саморазвитием, формируются новые нейронные связи и мышление становится другим. Продвинутым, гибким, цепким даже, если хотите. Отсюда и новые успехи, мозг находит возможности, появляются источники дохода.

Как связаны саморазвитие и финансовый рост?

- Первое, что меняется при работе над собой – личность. Мы становимся уверенными в себе, прорабатываем слабые стороны и усиливаем внутренние опоры. Таких людей хотят видеть руководители в своих командах, с ними сотрудничать “за счастье”, они надежны, способны к легкой адаптации и быстро принимают решения.
- Повышаются компетенции. А значит, больше возможностей реализовать себя в разных сферах. Часто, сразу в нескольких и абсолютно успешно. И приятный звон «золотых» в кошельке долго ждать себя не заставит.
- Если мы работаем над улучшением своих социальных качеств, то совершенствуем навык коммуникации, легко заводим новые знакомства, проще и эффективнее решаем спорные вопросы. Это помогает развивать свой бизнес. Коммуникабельные личности, как магнит для новых деловых партнеров и возможностей.
- С помощью саморазвития убираем страхи и ограничения. Здесь и помощь психолога, и медитации, книги и фильмы. Мы становимся легкими в принятии решений, думаем в позитивном ключе и действуем смело.
- И никто не отменял финансовую грамотность. Сначала учимся управлять тем доходом, который имеем. Планируем бюджет. Потом работаем над приумножением его. Изучаем инвестиции.



- Когда уже научились строить отношения с деньгами, можно подумать о собственном бизнесе. Подкованы внутренне, уверены финансово, поэтому велика вероятность выстроить крутую модель бизнеса и получить доход, который обеспечит и вас, и ваших потомков на семь поколений вперед.
- Развивается креативное мышление. Такие люди – двигатели прогресса. Например, создателем ценников для товаров стал продавец в магазине, хозяин которого пригрозил уволить его, если не будет продаж. В то время цены на товарах не писали, а парень был так застенчив, что терял сознание при общении с людьми. Вот он и придумал писать цену на бумажках и раскладывать на товар. За тот день продавец сделал недельную выручку и позже открыл свой бизнес.

Деньги любят смелых и любознательных.
Так почему бы не стать такими людьми?



[Инстаграм](#)

[ВК](#)

КАК ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА МЕШАЕТ ФИНАНСОВОМУ РОСТУ?

Автор: Валентина Шустова, SMM-специалист, куратор онлайн-проекта по обучению удалённым профессиям

Перед тем, как начать писать эту статью, я провела опрос среди подписчиков на тему "Что мешает вашему финансовому росту?".

В ответах преобладали физические факторы: обстоятельства, дети, недостаток времени, финансовая неграмотность... так же популярными были ответы, связанные с личностными качествами: лень, страх, неуверенность, скромность.



Если коснуться физических факторов, то здесь двойкая ситуация. Например, рассмотрим такую преграду для финансового роста, как ДЕТИ.

Да, забота о детях отнимает много ресурсов, времени и сил для развития часто не хватает. При этом, именно дети для многих являются главной мотивацией улучшить благополучие своей семьи, именно с их появлением люди начинают более осознанно относиться к финансам, разумно распределять их, планировать, вкладывать, инвестировать.

Многие мамочки, находясь в декрете, находят для себя новые возможности и источники дохода.

Наверняка, вы все видели немало примеров семей, которым появление детей не помешало подняться на более высокий уровень дохода и улучшить качество жизни.

Получается, наличие детей не у всех тормозит финансовый рост?

Касаемо других физических факторов.

Нет времени? А на просмотр сериалов, соц сетей – есть?

Финансовая неграмотность? А разве сложно в наше время получить знания?

Похоже на отговорки, правда?

Здесь скорее вопрос о приоритетах. Ведь многие люди, не имея исходных данных (помощь родителей, образование, связи и т.д.) достигают гораздо больших высот, чем те, кому всё было дано "на блюдечке".

Почему одни могут, а другие нет?

Пробить финансовый потолок, выйти из замкнутого круга "от зарплаты до зарплаты" часто людям мешают их психологические установки, паттерны поведения, привычки.

Люди боятся выйти за пределы своей зоны комфорта!

В нас заложено природой идти по пути наименьшего сопротивления, выбирать действия, на которые можно потратить меньше энергии, где ПРОЩЕ.



Взять кредит проще, чем инвестировать.
Экономить проще, чем искать новые источники дохода.
Взять в долг проще, чем заработать дополнительные деньги.
Работать на низкооплачиваемой должности проще, чем шагнуть в неизвестность в поисках новой работы или начать свой бизнес (а вдруг не получится?).

Мы зачастую даже не допускаем возможности поступать по-другому, не по привычному сценарию. Нам мешают неуверенность в себе, страх неудач, родовые программы. Установки вроде "деньги портят людей" заложены в нас с детства.

Чтобы преодолеть страх, лень, научиться действовать вопреки устоявшимся привычным сценариям (бабушки-дедушки работали на заводе, родители тоже, и я так же), нужно как следует проработать эти установки, мешающие вашему финансовому росту.

Банально, но первоочередная задача – отделиться от общего мнения, негативного влияния (родственники, друзья, если они не являются для вас примером успеха и благополучия).

Ставить цели, работать на результат. Цель – не определённая сумма денег, а то, что вы за эту сумму хотите получить. Деньги должны стать способом достижения целей и стимулом делать больше.

Ценить себя, слушать себя, делать в первую очередь для себя, для удовольствия, а не потому что надо. Позволять себе тратить, иначе сам процесс зарабатывания теряет смысл. Экономия никого не сделала богатым. Экономить нас научил опыт прошлых поколений. Наша задача прервать эти цепи, научиться использовать ресурсы по максимуму.

Разумеется, речь не идёт о бездумных тратах. Деньги должны работать. Наши потребности растут, уровень жизни тоже. Осознавая это, мы даём мозгу команду искать новые возможности. В стремлении улучшить качество жизни, вы непременно сможете преодолеть те мнимые преграды, что удерживают вас на уровне ниже желаемого.

Не бойтесь трудностей и неудач. Вероятнее всего, выйдя из зоны комфорта, вы с ними не раз столкнётесь. Важно научиться принимать неудачи, извлекать из них урок, опыт, не сдаваться, идти дальше. Практика показывает, что где трудности — там рост.



КАК ИНВЕСТИЦИИ СПОСОБСТВУЮТ ФИНАНСОВОМУ РОСТУ?

Автор: Светлана Скобич (Емельянова), художник, квантовый психолог



В современном мире всё чаще говорят про финансовый рост, развитие и улучшение финансовой стороны жизни. Эта тема звучит повсеместно. Финансовую грамотность ввели даже школьникам. И это правильно, я считаю.

Ведь кто если не мы может подумать о качестве нашей жизни и нашем будущем. Сформировать тот самый капитал, который позволит нам жить жизнью мечты. В старости не доживать свою жизнь, а жить

полноценной и максимально интересной жизнью.

Инструментов улучшения финансовой стороны жизни есть масса, но один из них я лично люблю больше всего. Я говорю про инвестиции.

В других странах инвестировать начинают в достаточно раннем возрасте и об этом говорят исследования и статистика уровня жизни иностранцев. Так же мы видим это по количеству гостей города пенсионного возраста. А ведь именно инвестиции помогают им в старости путешествовать, а не считать копейки на хлеб.



Благодаря инвестициям за счёт постоянно работающих на нас процентов, мы можем ежемесячно получать прибавку к зарплате. Бывает, что доход от инвестиций превышает доход от работы и это правда. Прибавка может быть ежеквартальная, ежегодная, со сделки, это может быть накопленный капитал на отпуск, обучение денег, машины, отпуск и что угодно, чего вы захотите.

Инвестиции бывают разные. Эта тема достаточно глубокая и масштабная. Но моя цель в данной статье рассказать вам про то, что инвестиции есть и что они могут помочь вам стать более финансово свободным и улучшить качество вашей жизни.

И развеять миф. Потому что многие считают, что инвестиции только для избранных. В этом необходимо разбираться годами, иметь высшее экономическое образование, а еще что инвестировать можно только имею в кошельке большую сумму денег.

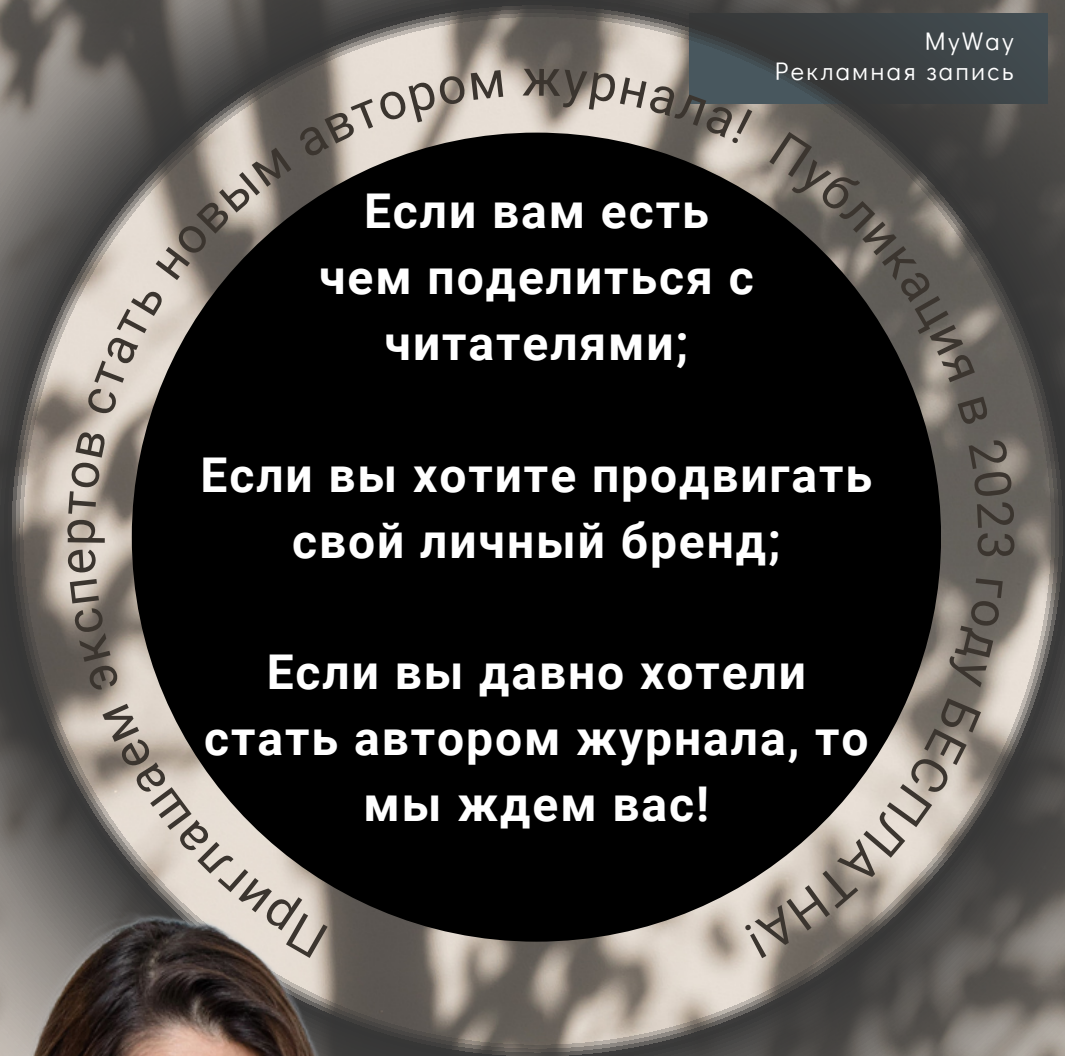
Это не так.

Не стоит думать, что инвесторами становятся только богатые и влиятельные люди. Это под силу каждому человеку уже сейчас. Например, в паевые инвестиционные фонды можно вкладывать деньги от одной тысячи рублей. Выбор за вами — вложить эту тысячу в дело или заказать вечером пиццу на ту же сумму. Я начинала свой путь инвестора с пары тысяч и с банальных программ, которые сейчас бесплатно предоставляют многие крупные банки России. И, кстати, они даже бесплатно обучают этому.

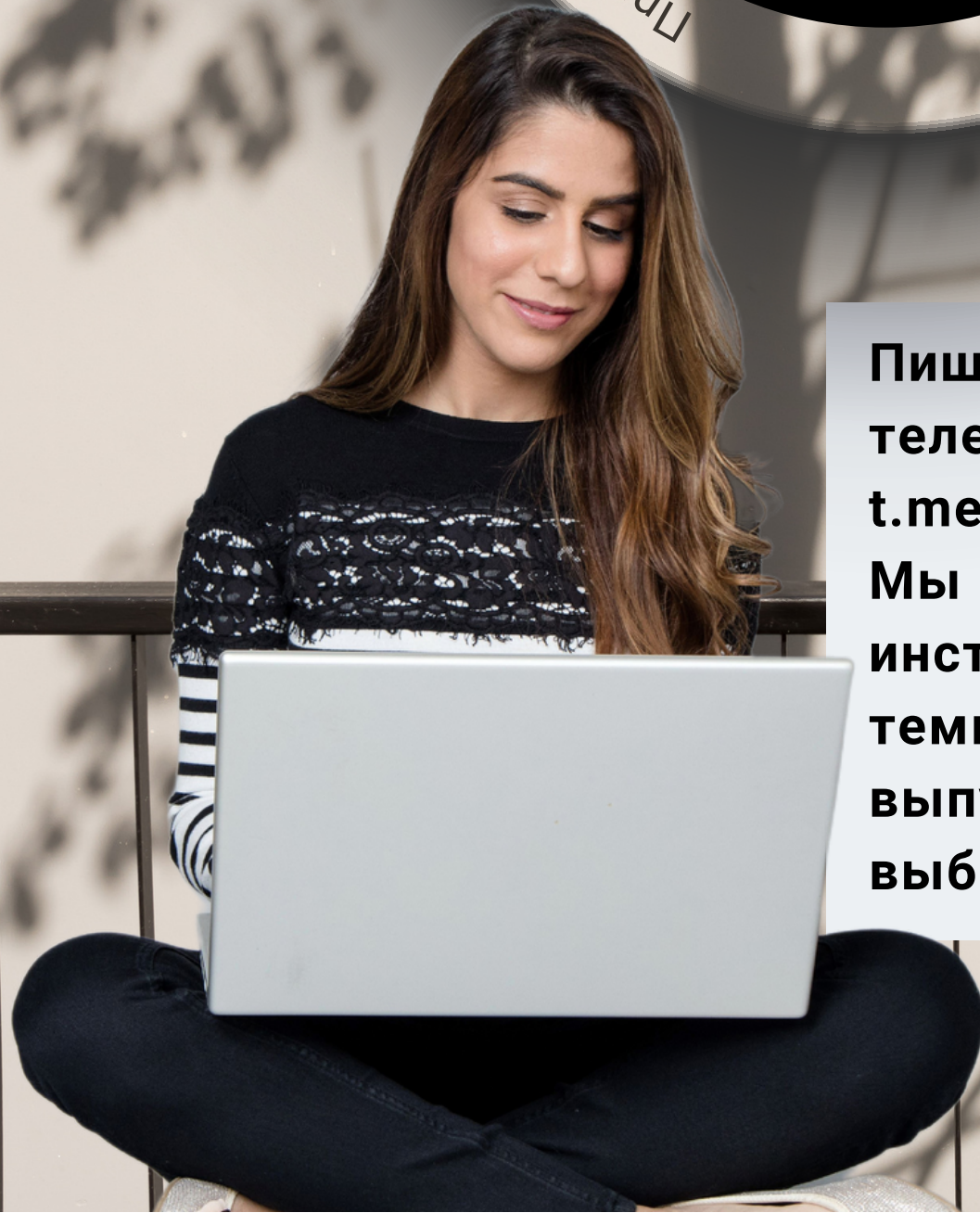
Надеюсь, что теперь вам стало понятнее, зачем нужно инвестировать.

[Инстаграм](#)

[ВК](#)



**Пишите в телеграм
t.me/irina_tiu91
Мы вышлем вам инструкции и темы ближайших выпусков на выбор**



КАК ПСИХОЛОГ МОЖЕТ ПОМОЧЬ ДОБИТЬСЯ ФИНАНСОВОГО РОСТА?

Автор: Анна Керм, предприниматель, эксперт по продажам, наставник

Тревога по поводу финансовой стабильности сопровождала людей всегда, но с началом пандемии серьёзно возросла. Очередной всплеск произошёл год назад, и помощь финансовых коучей стала особенно актуальной.

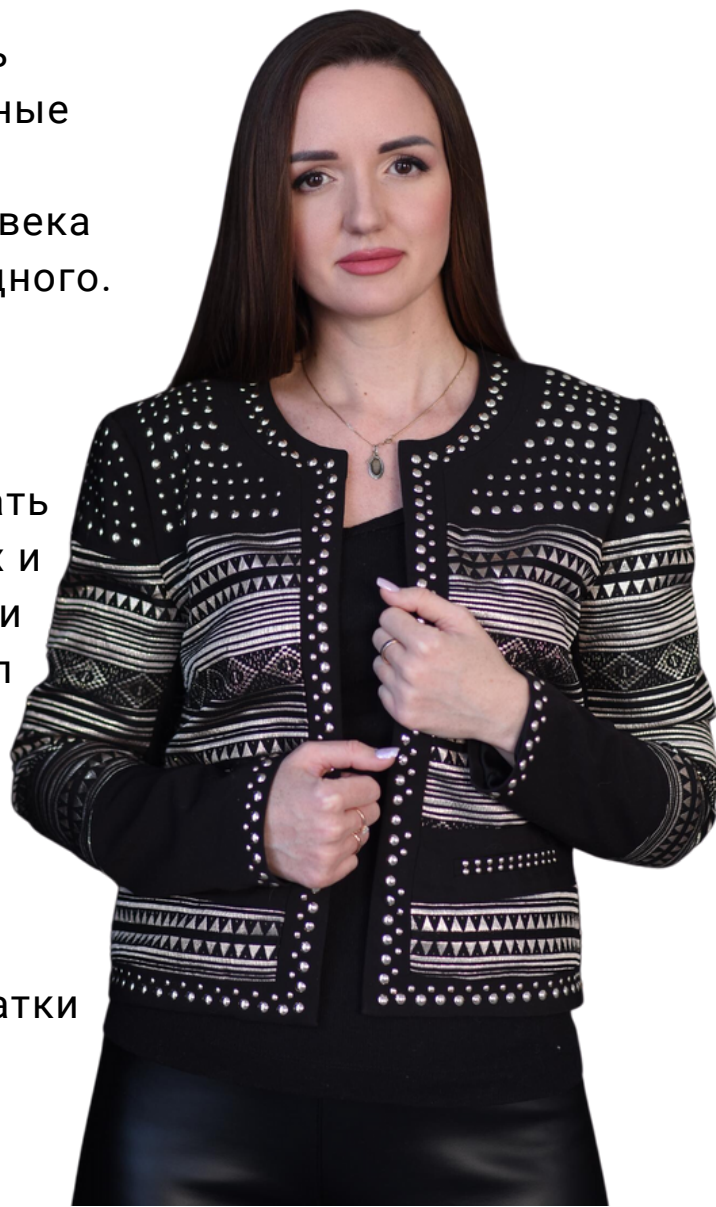
Несколько лет назад я задумалась о том, как увеличить свой доход в 2-3 раза, уделяя работе то же количество часов.

Для меня, как для мамы четырёх маленьких детей, было это сверхважно.

Я стала изучать информацию, читать книги и пришла к выводу, что основные блоки хранятся в нашей голове. Мышление богатого успешного человека сильно отличается от мышления бедного. Значит, помощь психолога просто необходима.

Например С.Довлатов, чтобы написать книгу «Стратегия мышления богатых и бедных людей, изучил истории жизни более 500 успешных людей и пришел к выводу, что эти люди фокусируют внимание не на экономии, а на увеличении доходов.

Тогда как бедные, наоборот, концентрируются внимание на нехватки денег и находятся с состоянии и постоянной экономии.





Когда я впервые обратилась к психологу с запросом увеличения дохода, мы сразу нашли блоки и убеждения, которые мешали мне расти. И в ближайший месяц я вышла на сумму, к которой долгое время я не могла придти самостоятельно.

– Магия ?

– Вовсе нет. Смена фокуса внимания плюс расширение сознания. Через год я вернулась снова, когда поняла, что снова застряла.

Здесь мы уже работали над другими факторами, и снова результат – увеличение дохода, мотивации и новые цели.

Часто имеют достаточные знания, опыт, инструменты, но при этом чувствуют неуверенность, обесценивают себя, живут с синдромом самозванца и не могут самостоятельно избавиться всех этих “тормозов”.

Такие выводы я сделала, исходя не только из своего опыта, но из опыта своих учеников.

Когда я увидела быстрый рост у себя, я пригласила психолога на свои обучающие программы. И отметила, что у учеников выросла мотивация, доходимость до конца обучения, а результаты стали выше.

Для меня, как для наставника, важно, чтобы результаты были не только у меня, но и у моих подопечных, поэтому работа с психологом начинается всегда с первого блока и сопровождает до конца обучения.

Если вы планируете брать новые высоты и стабильно расти в доходе, то стоит выбрать комплексный подход: работа с головой, то есть с психологом, плюс фокус на конкретных действиях, которые ведут к этой цели.

[Инстаграм](#)

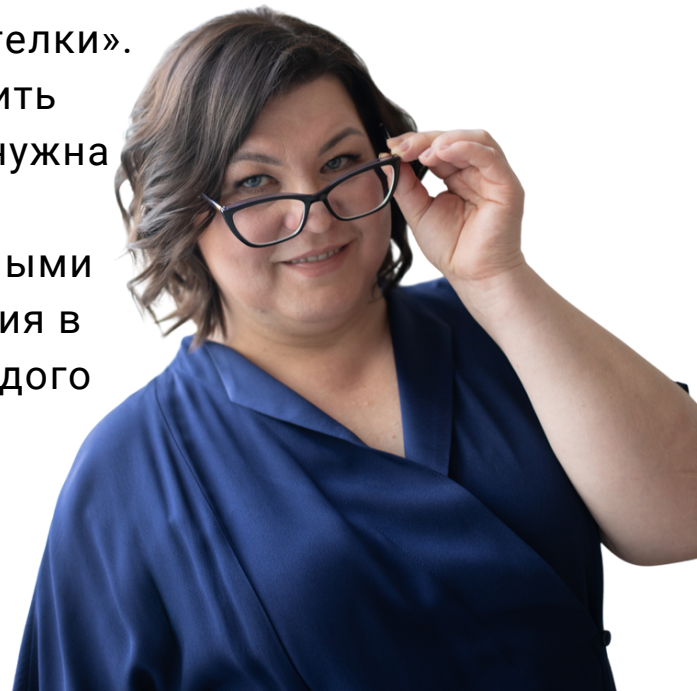
СТРАТЕГИЯ ФИНАНСОВОГО РОСТА

Автор: Елена Имарова, руководитель и собственник бухгалтерской компании, наставник бухгалтеров.

В 21 веке ежедневно растут потребности человека в различных сферах жизни, растут «хотелки».

Перед нами встает вопрос: как увеличить свои личные финансы. Для этого нам нужна стратегия. Стратегия это общий генеральный план по управлению личными денежными средствами для воплощения в жизнь нашу мечту. Мечты и цели у каждого могут быть совершенно разные: от покупки красивого платья до благоустройства городского парка.

Стратегия – искусство планирования, основанного на правильных и далеко идущих прогнозах.



Для построения личной финансовой стратегии нам необходимо иметь в арсенале три компонента: установки, знания и навыки.

Установки или базисный элемент формируют культуру поведения в области планирования личного (семейного) бюджета.

Знания нужны для понимания происходящего на рынке, понимание принципов функционирования финансовых институтов и инструментов, владение основами юриспруденции и налогообложения.

Третий элемент – **навыки**. Очень важно обладать различными навыками. Например, умение разбираться и понимать условия договоров гражданско-правового характера, проводить анализ предложений компаний с целью выбрать наиболее подходящий вариант.

Наличие трех вышеуказанных критериев позволит человеку формировать эффективную финансовую стратегию. Она в свою очередь приведет к достижению поставленных целей.

А как нарастить свои личные финансы? По статистике, большая часть населения страдает от проблемы нехватки средств на урезании расходов. Если рассчитывать исключительно на экономию, то это провальный подход, который ведет к падению качества жизни.

Экономия не должна быть тотальной. Лучше подойти к решению проблемы с другой стороны и поискать дополнительные источники дохода, чтобы реализовать собственные желания. Главное замечать возможности, протекающие мимо. Тем самым, вы сможете понять, как повысить свой доход.





Способы повысить свой доход могут быть разными, иметь разную направленность и требовать разных усилий. Каждый человек выбирает то, что ему ближе:

- попросите повышения заработной платы на работе. Некоторые организации ежегодно индексируют фонд оплаты труда;
- найдите новую работу. Если не удалось попросить повышения оклада на работе, то смело можно искать дальше. Для достижения целей рекомендуется менять работу 1 раз в 3-4 года;
- переезжайте в другой город или ищите работу за границей;
- подрабатывайте дома;
- повышайте квалификацию или смените профессию;
- инвестируйте;
- сдайте квартиру, дачу;
- начните работать на себя или откройте собственный бизнес;
- посещайте нетворкинги и расширяйте круг общения.

ЧТО ТОРМОЗИТ ВАШ ФИНАНСОВЫЙ РОСТ?

Автор: Юлия Конончук, коуч для экспертов и предпринимателей, наставник, энергопрактик, приглашенный спикер на телевидении и в образовательных проектах, онлайн-школах, бизнес-сообществах

Хорошо иметь деньги и обладать вещами, которые можно купить за деньги. Но, при этом, хорошо также время от времени проверять себя и убеждаться в том, что вы не утратили тех вещей, которые за деньги не купишь.

Джордж Хорас Лоример

Финансово расти может каждый. Кто-то нашел способ для этого, а кто-то решил, что родился под «несчастливой звездой» и смирился с тем, что есть.



Что же тормозит финансовый рост?

1. Страх

Страх, который возникает при мысли о деньгах (страх потерять деньги, остаться без денег, неправильно распорядиться, страх иметь деньги в количестве, превышающем привычную зону комфорта).

Страх **может проявляться** как ступор, непонимание, что делать; как избегание ответственности или принятия решений, касающихся денег, незнание, что же делать с деньгами. Страх не дает осознанно распоряжаться деньгами, принимать верные финансовые решения, часто блокирует вовсе поступление денег.

Возможное решение. Посмотреть в глаза страху. Не убегать, а признать, встретиться лицом к лицу, прожить и найти путь освобождения. Это можно делать как самостоятельно, так и с коучем, психологом.

2. Родовые и семейные программы, ограничивающие установки и убеждения

Программы могут быть разными. Например, деньги достаются тяжелым трудом, денег много не бывает, не в деньгах счастье, деньги — это зло, без труда не выловишь и рыбку из пруда, больших денег честным трудом не заработаешь, лучше быть бедным, но честным, мы (наш род) всегда были честными...

Возможное решение. Найти и признать «да, я живу в соответствии с этой программой, она возникла в трудные времена, я это признаю, она принесла такие-то дары в мою жизнь, научила многому, но сейчас настало время жить по-другому. Поэтому я хочу освободиться от этой программы». Если это родовая программа, то поклониться роду и попросить благословения жить по-другому и учиться действовать иначе.

Чтобы их обнаружить, можно использовать метод ассоциаций, когда вы просто выписываете все, что вам в голову придет, когда вы думаете о деньгах. Напишите минимум 30 пунктов, а потом посмотрите, какие там негативные ассоциации. Когда будете перечитывать список, вы явно заметите повторяющиеся элементы и слова, которые вас цепляют изнутри — это и есть признак программы, которая хранится в вашем подсознании.





3. Сознание бедности (дефицита)

Сознание бедности подпитывается внутренними ограничениями, ощущением нехватки, желанием получить что-то за просто так или желанием давать просто так (спасать, помогать), потребностью в экономии, не позволением себе иметь больше, соглашаться на малое, жалеть что-то себе.

Возможное решение. Понимание законов денег (законов движения денег), понимание закона справедливого обмена: деньги – это эквивалент обмена ценностями, чем большему количеству людей вы дали ценность, тем больше получили денег. Позволение себе иметь и принимать больше, позволение себе удовлетворять свои потребности.

4. Низкая самооценка

Низкая самооценка и как результат отсутствие ценности своего труда, обесценивание себя, своего времени и компетентности в том или ином вопросе/сфере.

Возможное решение. Осознавать, в чем моя ценность. Видеть свои сильные стороны и то, как я могу их реализовать. Понимать, что мой труд и время ценны и должны компенсироваться. Нести себя (думать и чувствовать) как человек, достойный процветания, денег, позитивного изобилия.

Не нужно оставлять все как есть! Меняйтесь! Меняйте себя, свои мысли и действия и увидите, как ваша жизнь начнет меняться к лучшему.

Успехов и хорошего финансового роста!

[Телеграм канал](#)

Хотите стать автором книги?

Предлагаем весь комплекс услуг:

- вёрстка;
- дизайн;
- иллюстрации;
- организация фотосессий;
- помощь с написанием (консультации, структура книги и др);
- услуги бета райдера;
- размещение на "книжных" площадках;
- продвижение.



Пишите в телеграмм
t.me/bezmenova

МОЙ ПУТЬ ФИНАНСОВОГО РОСТА

Автор: Сизикова Анна, хиромант, астропсихолог, аналитик матрицы Души, таролог

В этой статье, хотела бы поделиться своим движением финансового роста.

Я родилась и живу в маленьком, провинциальном городе, который называется Вологда, где практически, нет возможностей для финансового роста.

– По блату?

– Да!

Удача – тоже присутствует, но места ограничены, то есть предприятий, на которых платят высокую зарплату, очень мало. Остаётся только свой бизнес и желательно онлайн, так как у местного населения денег немного. Очень низкий уровень дохода.



Мой карьерный рост в найме от оператора склада до маркетолога в Алкогольной компании. Но это был потолок, потолок именно в финансовом плане. Именно так, я пришла к работе на себя. И это было самым лучшим решением в моей жизни. Мой доход увеличивается ежемесячно и это круто! Сейчас я зарабатываю в 3 раза больше, чем до работы на себя!



Каким был мой путь?

Сначала я поняла, что больше жить на эту маленькую зарплату я не могу и не хочу. Стала искать пути для дополнительного заработка, чем только я не занималась. Это был и маникюр, и депиляция, и smm. Но, параллельно этому, я начала поиск себя, стала искать дело своей жизни. Обращалась к эзотерикам, для лучшего познания своей души. Что я только не попробовала, это были разные направления. И нашла, помогла мне ведическая астрология, там был ответ. С чего лучше начать, чтобы раскатать свои планеты.

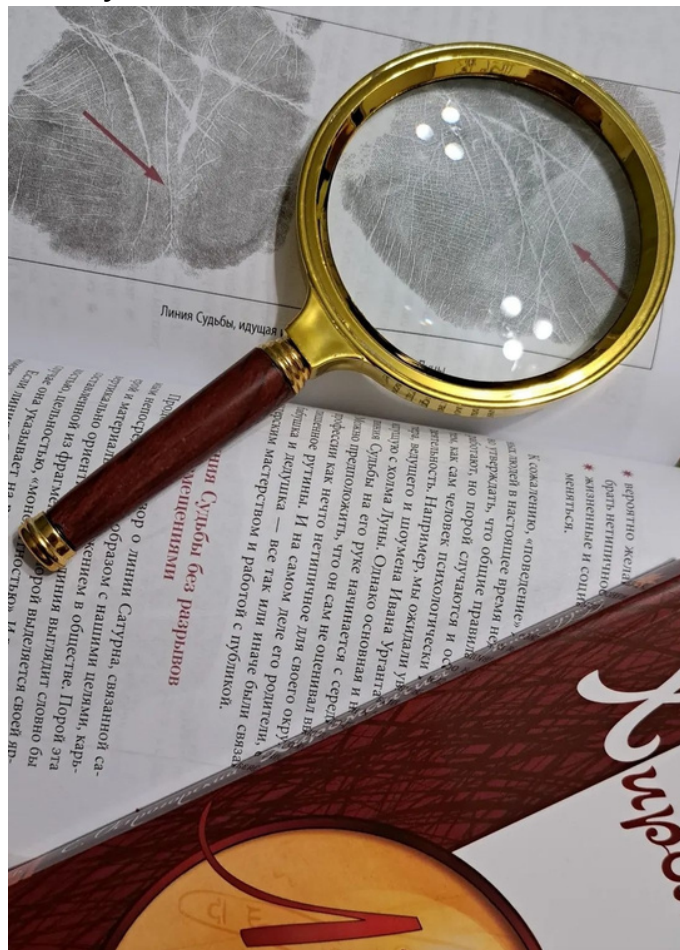
Я, с удовольствием, начала искать курсы, которые дадут мне нужные знания, нашла, прошла несколько разных школ. Параллельно обучалась хиромантии и ведической астрологии. Я познала разные направления эзотерики, которые дали мне возможность помогать людям.

И вот тут, на этом этапе, важно начать применять эти знания, т.е. начать консультировать клиентов, не испугаться. Многие на этом этапе опускают руки. Не идут в этот опыт, боятся, что их осудят друзья и близкие. Но в том, то и фишка, где страх – там рост!

И я не побоялась! В один прекрасный день, я ушла в своё дело и это то, что даёт мне новые финансовые возможности!

Этот путь – это только начало моего финансового роста, и я знаю, что дальше больше!

[Телеграм](#)



СТОИТ ЛИ МЕНЯТЬ СВОЕ ОКРУЖЕНИЕ РАДИ ФИНАНСОВОГО РОСТА?

Автор: Полина Филиппова, бренд-дизайнер, неймер, стратег, преподаватель и лектор в сфере брендинга и коммуникаций

Казалось бы, при чем тут окружение и размер заработка. Но связь намного теснее, чем кажется.

Самый часто употребляемый пример, это зависимость среднего дохода вашего окружения с вами: возьмите средний заработок пяти ваших близких людей и разделите на пять. В 90% случаев получится ваш средний доход.

Но дело далеко не в “денежной энергии” вашего окружения, и даже не в деловых связях, которые могут появиться при общении с успешными бизнесменами.

Вся соль в отношениях к заработку и работе в целом.

Всё ваше окружение можно разделить на тех, чье мнение оказывает на вас влияние и тех, кто на вас никак не влияет. И как правило первая группа намного вам ближе.



И если позиция таких людей похожа на “мне все должны”, или “большие деньги даются с большим трудом”, “дал Бог зайку, даст и на лужайку” – волей неволей вы начнете такое отношение к финансам перенимать. Просто потому, что мы неосознанно зеркалим наших близких людей.

Если же в вашем окружении много тех, у кого здоровое отношение с финансами, кто понимает, что для развития нужно работать и вкладываться в себя, вы также непроизвольно будете двигаться в сторону роста.

Конечно, окружение влияет не на 100%, не надо снимать с себя ответственности. Если вы сами не готовы к росту, скорее всего вы просто не сможете общаться с теми, кто к нему стремится.

Но если готовы, то со временем люди, любящие страдать от недостатка денег, сидя на диване, начнут казаться вам странными и со временем “выпадут” из вашего круга общения.

Чтобы рост осознанно ускорить, круг общения менять не просто можно, а нужно. И делать это можно по началу искусственно: проанализировать ваше окружение, понять, кто “тянет вниз” ваши стремления, постоянно жалуется на отсутствие денег, критикует ваши идеи. И смело прерывать контакт с такими людьми.

Важно: не рубите сгоряча. Если люди испытывают финансовые трудности, но предпринимают все действия, чтобы с ними справиться, не стоит с ними расставаться. Вопрос роста далеко не суммах на счету, а в отношении к заработку.

Возникает вопрос: а как найти новое окружение?
Быть проактивным!



Например, некоторые мои друзья успешнее меня, дольше меня находятся в профессии. Я начала общаться с ними сама – на мероприятиях, в социальных сетях. Я просто проявляла интерес и инициативу.

Более опытные и успешные на ваш взгляд люди, смотрят на многие вещи отлично от вас. Многие ваши проблемы они уже прошли. Многие моменты не кажутся им сложными. И многие суммы – не такими крупными. Переняв этот опыт вы сами не заметите, как постепенно начнет расти доход.

Не бойтесь менять окружение. Люди вокруг вас, оказывают очень большое влияние на ваш внутренний, финансовый и физический комфорт.



Хотите стать экспертом выпуска?

Пишите - телеграм @bezmenova

По вопросам сотрудничества - телеграм @bezmenova

Соц.сети журнала

<https://www.instagram.com/superfreelance/>

<https://ok.ru/group/58386857394423>

<https://vk.com/startmyway>

<https://www.facebook.com/planetafreelance/>

Над выпуском работали:

Ангелина Безменова

администратор проекта Ирина

И НАШИ ЭКСПЕРТЫ



MyWay digital пространство для развития