

СЕРГЕЙ МАКАРОВ
ВАЛЕРИЯ ЦИБУЛЬНИКОВА

ФИНАНСЫ НА ПАЛЬЦАХ

ГАЙД, ДЛЯ ЗУМЕРОВ
ПО УПРАВЛЕНИЮ ДЕНЬГАМИ

ИЗДАТЕЛЬСТВО АСТ
МОСКВА

БЭЗ ПАНИКИ!

УДК 336.74
ББК 65.26
М15

Макаров, Сергей.

М15 Финансы на пальцах. Гайд для зумеров по управлению деньгами / Макаров Сергей, Валерия Цибульникова. — Москва: Издательство АСТ, 2026. — 224 с. — (Без паники! Включись на максималках).

ISBN 978-5-17-177860-6

Забудь о скучных учебниках! Управление деньгами — это самая крутая RPG в твоей жизни. В мире, полном финансовых ловушек, эта книга станет твоим гидом по прокачке главного навыка — финансовой грамотности.

Во время своего увлекательного путешествия по миру денег ты:

- разберешься, как психология, привычки и семейные установки влияют на твои доходы и траты;
- освоишь азы экономики и соберешь свой личный бюджет;
- научишься копить, оценивать кредитные риски и защитить свои активы от мошенничества;
- узнаешь, как превратить хобби в доход, начнешь инвестировать даже с небольшой суммой и уверенно спланируешь будущее.

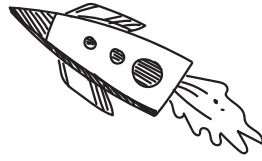
Твой результат — не сиюминутная выгода, а финансовая независимость: чувствуй себя комфортно и уверенно в любых обстоятельствах!

Не откладывай квест на потом: твое время — самый ценный ресурс. Начни играть по своим правилам прямо сейчас!

УДК 336.74
ББК 65.26

ISBN 978-5-17-177860-6

© Макаров С.В., Цибульникова В.Ю., текст
© Нанетта, иллюстрации
© ООО «Издательство АСТ», оформление



ВВЕДЕНИЕ

ПРОКАЧАЙ СВОЙ ГЛАВНЫЙ СКИЛЛ

Давай представим на секунду, что жизнь — огромная RPG с открытым миром. Ты создаешь своего персонажа, выбираешь ему класс, внешность, и вот ты появляешься на стартовой локации. Вокруг — куча квестов, возможностей, других игроков и, конечно, мобов. Чтобы прокачаться, тебе нужны ресурсы: опыт, шмот, мана. А еще тебе нужны деньги — внутриигровая валюта, за которую можно купить лучшее снаряжение, выучить новые скиллы, построить свой дом или даже основать собственную гильдию.

Теперь вернемся в реальность. Удивительно, но она работает по очень похожим правилам. Только вот деньги здесь — не просто циферки на экране. Это один из самых важных ресурсов, который напрямую влияет на то, какие квесты ты сможешь выполнять, какие скиллы прокачаешь и насколько будешь свободен в своих решениях. И, кажется, кто-то выкрутил уровень сложности на «Hard».

Давай говорить прямо. Мир, в котором ты начинаешь свой взрослый путь, фундаментально отличается от того, в котором росли твои родители. Экономика стала глобальной и турбулентной. Сегодняшний стабильный заработок завтра может исчезнуть из-за нового технологического прорыва или очередного кризиса. Информация льется на нас 24/7,

и в этом потоке сложно отличить дельный совет от рекламы финансовой пирамиды. Цифровые деньги сделали транзакции мгновенными, но и ловушки мошенников — куда более изощренными.

Раньше можно было получить профессию, устроиться на работу и спокойно трудиться до пенсии, особо не задумываясь о сложных финансовых материях. Сегодня такая стратегия похожа на игру с огнем. Отсутствие базовых знаний о том, как работают деньги, — не просто пробел в образовании. Это уязвимость. Все равно что выйти в онлайн-игру без понимания интерфейса, карты и правил — тебя очень быстро «сошьют».

Именно поэтому финансовая грамотность сегодня — не опция для «ботаников» или будущих Уорренов Баффеттов. Она стала базовым навыком выживания и успеха, твоей личной системой безопасности, твоим навигатором и инструментарием для создания той жизни, которую ты хочешь. Умение не просто зарабатывать, но и сохранять, приумножать и, что самое главное, заставлять деньги работать на тебя, а не наоборот.

Но знаешь, что еще важнее, чем просто финансовая грамотность? Финансовая культура.

Давай разберемся, что это и почему это так важно.

Представь, что ты учишь иностранный язык. Финансовая грамотность сродни знанию слов и грамматических правил. Ты можешь вы зубрить, что такое акция, инфляция и диверсификация. Ты будешь знать, как составить бюджет, в теории. Такие знания — необходимая база, алфавит.

А финансовая культура — умение свободно говорить на этом языке. Она включает твои привычки, твоё мышление, твоё отношение к деньгам. Это то, как ты используешь свои знания на практике каждый день. Способность не просто знать, что импульсивные покупки — плохо, а умение справиться с этим желанием в моменте, когда видишь в ленте кроссовки мечты со скидкой 50 %. Умение спокойно обсуждать деньги с партнером, а не делать из этого тему для ссор. Способность видеть в деньгах не источник вечной тревоги, а инструмент для достижения целей.

Многие из нас вырастают с целым набором багов в финансовой «прошивке». В некоторых семьях о деньгах вообще не принято говорить, будто это что-то стыдное. Другие, наоборот, делают из них культ. Мы впитываем страхи и установки наших родителей, видим глянцевою жизнь в соцсетях и начинаем испытывать тревогу из-за того, что не соответствуем этому уровню. Мы боимся бедности, но одновременно боимся и больших денег, потому что не знаем, что с ними делать.

Наша книга не просто учебник. Мы хотим помочь тебе сформировать именно здоровую финансовую культуру. Мы будем говорить не только о том, *что* делать, но и о том, *почему* мы поступаем с деньгами так, а не иначе. Обязательно разберем психологические ловушки, страхи и стереотипы, которые мешают тебе выстраивать с деньгами здоровые отношения. Ведь без правильного мышления даже самые лучшие финансовые инструменты не принесут результата.

КАК УСТРОЕНА ЭТА КНИГА? ТВОЙ ПУТЬ К ЛЕВЕЛ-АПУ

Мы построили эту книгу как логичный и понятный маршрут. Никакой «воды» и скучной теории, оторванной от жизни. Каждый шаг — это новый уровень, который открывает следующие возможности.

ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГИЯ ДЕНЕГ: ТВОЕ ФИНАНСОВОЕ МЫШЛЕНИЕ

Начнем с самого главного — с твоей головы. Твое отношение к деньгам — это как операционная система на смартфоне. У кого-то она последней версии, быстрая и без лагов, а у кого-то — старая и глючная, постоянно показывающая ошибку-404 при попытке накопить. В этой главе мы разберемся, как «перепрошить» твою финансовую операционную систему: поймем, почему одни люди копят, а другие сразу все тратят, как семейные установки («не в деньгах счастье»,

«мы не можем себе это позволить») формируют наши привычки и как побороть главные финансовые страхи. Мы научимся справляться с FOMO¹ и YOLO², чтобы не скупать все подряд из-за давления соцсетей, и разберем, как говорить о деньгах с родителями и друзьями, не портя отношения.

ГЛАВА 2. ЭКОНОМИКА НА САЛФЕТКАХ, ДАЖЕ ДЛЯ ГУМАНИТАРИЕВ

Экономика — не скучная наука для взрослых в пиджаках, а правила игры, в которую мы все играем. Здесь мы на понятных примерах (хайповые кроссовки или билеты на концерт) объясним, как работают спрос и предложение. Ты узнаешь, что такое инфляция и почему она невидимый вор в твоём кошельке, как работает рынок труда и почему одни профессии оплачиваются выше других. Мы разберем, что такое экономический кризис, как он влияет на твою жизнь и почему твой личный бюджет — это маленькая лодка в большом океане экономики страны. Понимание этих правил поможет тебе не просто плыть по течению, а ловить попутный ветер.

ГЛАВА 3. ОТ КАРМАНА ДО БЮДЖЕТА

Бюджет — это не запертая клетка, а твой личный пульт управления реальностью, твой финансовый GPS-навигатор. В этой главе мы прокачаем твой скилл управления деньгами с нуля до уровня «про». Начнем с малого: научимся распределять карманные деньги и первые заработки по методу «3 конверта», чтобы хватало и на жизнь, и на мечту, и на помощь другим. Затем мы соберем твой первый полноценный бюджет, используя простые и нескучные методы (например, правило «50/30/20»), и разберем, как его оптимизировать, тратя умнее, а не меньше. Ты узнаешь, как пользоваться всеми современными способами платежей и не попадаться на типичные ошибки новичков.

¹ FOMO — тревожное состояние, когда человек боится пропустить интересное или важное событие.

² YOLO — стремление получить желаемое прямо сейчас, не откладывая это на будущее.

ГЛАВА 4. ПЛАНИРОВАНИЕ БУДУЩЕГО: ОТ МЕЧТЫ К РЕАЛЬНОСТИ

В этой главе мы поговорим о том, как превращать свои абстрактные «хочу» в конкретные «могу». Мы научимся отличать свои истинные мечты от навязанных трендами и ожиданиями окружающих. Ты поймешь, как выбор образования и профессии влияет на твой будущий доход, и составишь пошаговый план достижения финансовой независимости от родителей. Мы разберем, как подготовиться к большим жизненным квестам — переезду, крупным покупкам или запуску своего дела, — и научимся создавать гибкие планы, которые не боятся перемен и кризисов.

ГЛАВА 5. СБЕРЕЖЕНИЯ И ФИНАНСОВЫЕ ЦЕЛИ: НАКОПИ НА МЕЧТУ

Накопления — не про страх перед черным днем, а про создание трамплина к своим мечтам. Здесь ты научишься ставить четкие финансовые цели по системе SMART, чтобы они из расплывчатых желаний превращались в конкретные планы. Мы освоим главный принцип богатых людей — «заплати сначала себе», разберем эффективные методы накопления (от автоплатежей до челленджей) и поймем, как магия сложного процента заставляет твои деньги работать, пока ты спишь. А еще мы дадим кучу лайфхаков для защиты своих сбережений от главного врага — сиюминутных соблазнов.

ГЛАВА 6. СВОИ ДЕНЬГИ: ПОДРАБОТКИ, САМОЗАНЯТОСТЬ И ПЕРВЫЕ БИЗНЕС-ПРОЕКТЫ

Хватит ждать, пора действовать! В этой главе мы поговорим о том, как получить свою суперсилу — собственный доход. Ты узнаешь, с чего начать поиск первой работы, как превратить свое хобби (будь то рисование, программирование или выпечка тортов) в источник дохода через фриланс, и как легально работать на себя, оформив самозанятость. Мы даже затронем основы предпринимательства: как запустить свой микробизнес с минимальными вложениями, как

правильно считать доходы и расходы и куда реинвестировать первую прибыль, чтобы твое дело росло.

ГЛАВА 7. КРЕДИТЫ И ДОЛГИ: БЕРЕШЬ ЧУЖОЕ — ОТДАЕШЬ СВОЕ

Кредит — это как машина времени, которая позволяет получить желаемое здесь и сейчас. Но у этой машины есть цена. Мы разберем все виды кредитов: от полезных (образовательный, ипотека) до очень опасных (микрозаймы). Ты научишься трезво взвешивать все «за» и «против», поймешь, когда кредит оправдан, а когда лучше накопить. Мы расскажем, что такое долговая яма, как в нее не попасть и что делать, если ты не можешь платить по счетам. Отдельно поговорим о долгах между друзьями и о том, как занимать и давать в долг, чтобы не потерять отношения.

ГЛАВА 8. ИНВЕСТИЦИИ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ: ПУСТЬ ДЕНЬГИ РАБОТАЮТ

Ты научился копить деньги. Пора заставить их работать на тебя! Инвестиции — это не сложная магия, доступная только миллионерам, а твой личный способ обогнать инфляцию и создать капитал. В этой главе мы просто и понятно объясним, чем инвестиции отличаются от сбережений, что такое акции, облигации и фонды. Ты поймешь главный принцип «риск и доходность», научишься диверсифицировать (не класть все яйца в одну корзину) и узнаешь, почему время — твой главный союзник. Мы дадим пошаговую инструкцию, как начать инвестировать даже с небольшой суммой и как не попасться на удочку мошенников.

ГЛАВА 9. ФИНАНСОВАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ: ЗАЩИТИ СЕБЯ И СВОИ ДЕНЬГИ

Ты прошел почти всю игру и собрал кучу бонусов. Теперь главное — не дать хитрым боссам-мошенникам все отобрать. В этой финальной главе мы прокачаем твой скилл финансовой самообороны. Ты узнаешь, как работают телефонные и интернет-аферисты, научишься распознавать фишинговые

сайты и финансовые пирамиды. Мы построим твою личную цифровую крепость: создадим надежные пароли, настроим двухфакторную аутентификацию и разберемся с безопасным онлайн-шопингом. А еще мы поговорим про информационную гигиену и критическое мышление, чтобы твой мозг стал лучшим антивирусом от фейков и манипуляций.

ТВОИ ПРОВОДНИКИ В ЭТОМ МИРЕ

В этом путешествии ты будешь не один. С тобой будут 3 героя — такие же, как ты, просто на разных этапах своего пути. Они будут делиться своими историями, ошибками и победами.

Максим, 14 лет

Он живет в Москве, в обычной квартире, с родителями. Его мир — это школа, футбольная секция и, конечно, компьютерные игры. Каждую неделю он получает от родителей карманные деньги, которые тут же улетают на бургеры после школы, донаты в любимой игре и прочие мелкие радости. Его главная мечта — накопить на крутой игровой ноутбук, но процесс идет мучительно медленно, ведь копилка постоянно вскрывается ради очередной «очень нужной» покупки. Максим уже столкнулся с онлайн-мошенниками, когда чуть не перевел деньги по просьбе, поступившей с фейкового аккаунта друга, и теперь с опаской относится к просьбам в сети. Его финансовые решения — это вечная борьба между «хочу сейчас» и «надо копить».



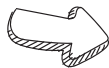


Настя, 18 лет

Она — первокурсница, которая только что переехала из небольшого города в региональный центр и окунулась в самостоятельную жизнь в общежитии. На нее разом свалилось все: ведение хозяйства, покупка продуктов, планирование бюджета. Деньги от родителей и небольшая стипендия кажутся огромной суммой в начале месяца и тают с космической скоростью. Настя уже успела набить шишки, потратив в первый месяц почти все деньги на обустройство комнаты и походы в кафе с новыми друзьями. Теперь она учится экономить, ищет подработку и пытается разобраться, как не просто выживать, а жить полноценно, не влезая в долги и не разочаровывая родителей, которые в нее так верят.

Артём, 23 года

Он уже окончил вуз и работает программистом в IT-компании. Артём снимает комнату с другом на окраине Москвы и наконец-то чувствует себя финансово независимым. Его зарплата позволяет не только покрывать все расходы, но и откладывать. Его цель — накопить на первый взнос по ипотеке. Артём уже сделал первые шаги в инвестициях,

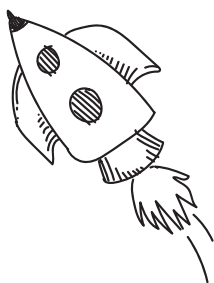


но после падения рынка понял, что это не так просто, как рассказывают блогеры. Он постоянно балансирует между желанием жить хорошо здесь и сейчас (ходить в бары, путешествовать, покупать гаджеты) и необходимостью строить долгосрочный финансовый фундамент. Его волнуют взрослые вопросы: как защитить сбережения от инфляции, стоит ли брать кредит на машину и как не остаться «вечным айтишником на съемной квартире».

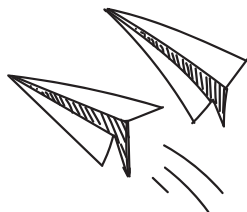
Наши трое героев — не вымышленные идеальные персонажи. Они будут ошибаться, сомневаться, тревожиться — совсем как мы с тобой. Их истории помогут тебе увидеть себя со стороны и понять, что ты не одинок в своих проблемах.

Мы верим, что финансовая грамотность — не про скучные цифры, а про свободу. Свободу выбирать профессию по душе, а не по зарплате. Свободу путешествовать. Свободу помогать близким. Свободу не бояться завтрашнего дня. Свободу жить той жизнью, которую ты сам для себя придумал.

Эта книга — твой первый шаг. Твой апгрейд.
Игра началась. Готов прокачать свой главный скилл?







ПСИХОЛОГИЯ ДЕНЕГ: ТВОЕ ФИНАНСОВОЕ МЫШЛЕНИЕ

Представь, что твой мозг — это мощный смартфон. А твое отношение к деньгам — это операционная система (ОС), на которой все работает. У кого-то стоит последняя версия, позволяющая запускать любые приложения: ставить цели, копить, инвестировать. Она работает быстро, не лагает и грамотно распределяет энергию. А у кого-то — старая, глючная ОС, скачанная из непроверенных источников. Она постоянно зависает, показывает ошибку-404 при попытке накопить и мгновенно разряжает «батарейку» бюджета на ненужные фоновые процессы.

Эта «операционка» — и есть финансовое мышление. Оно состоит из мыслей, убеждений и чувств по поводу денег, которые работают в автоматическом режиме. И хорошая новость: любую ОС можно обновить или даже переустановить. Для этого нужно просто зайти в «настройки» своей головы.

ПОЧЕМУ ОДИН КОПИТ, А ДРУГОЙ ТРАТИТ? ДВА ТИПА МЫШЛЕНИЯ

Замечал, что одни люди, получив деньги, тут же бегут их тратить, а другие спокойно кладут в копилку? Это не потому, что кто-то «хороший», а кто-то «плохой». Все дело в настройках нашей ОС, которые заставляют мозг по-разному реагировать на соблазны.

Кейс Максима: битва за подаренные 15 000 рублей



Нашему герою Максиму на 14-летие родственники подарили приличную сумму – 15 000 рублей. В его голове тут же развернулась эпическая битва двух внутренних голосов.

Голос «Хочу сейчас!»: «Вау, 15 000 рублей! Это же можно купить новые лимитированные кроссы, которые рекламировал тот блогер! И еще на новый скин в игре останется. Все в классе обалдеют! Это будет легендарно!» Этот голос обещает мгновенный кайф, прилив дофамина и социальное признание. Он кричит громко и уверенно.



