


ВУ ТЭ ЯНГ

ОЧЕНЬ ВЗРОСЛЫЕ ДЕЛА

РУКОВОДСТВО ПО
ВЫЖИВАНИЮ ДЛЯ
ДВАДЦАТИЛЕТНИХ

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 159.92
ББК 88.52
В88

20대를 후회 없이 보내고 싶은 사람들을 위한 가이드 The 20's Manual
우태영 Woo Tae Young
저작권자© 우태영, 2024

Russian translation rights arranged with Cheongeurusoop through
EYA (Eric Yang Agency).

Бу Тэ Янг.

В88 Очень взрослые дела : руководство по выживанию для двадцатилетних / Бу Тэ Янг ; [перевод с корейского Е. Пургиной]. — Москва : Эксмо, 2026. — 256 с. — (Книги, которые нужно прочитать до 35 лет).

ISBN 978-5-04-223649-5

Пробный период завершен — добро пожаловать в полную версию взрослой жизни. Чтобы получить доступ к расширенному функционалу и выжить, ознакомьтесь с инструкцией.

Прочитав это руководство, вы получите своеобразные чит-коды, не предусмотренные правилами, и сможете учиться и работать без гонки за чужими результатами, выстраивать искренние и полезные связи, разбираться в финансовых и юридических вопросах, а также достигать реальных целей без выгорания. Твои 20 лет — самые важные годы для мощного старта, не упusti их!

УДК 159.92
ББК 88.52

© Бортник В., обложка, 2025
© Пургина Е., перевод на русский язык, 2025
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

ISBN 978-5-04-223649-5

Пролог	7
------------------	---

Часть 1

УЧЕБА

1. Решения и учеба в 20 лет	11
2. Ваши сильные и слабые стороны.	15
3. Последний шанс для искренней коммуникации .	19
4. Свобода от суждений.	26
5. Самое большое сожаление за годы учебы . . .	30
6. Создание пула наставников	36
7. Почему всегда нужно учиться.	41

Часть 2

ОТНОШЕНИЯ

1. Как ладить с теми, кто нам не нравится	49
2. Когда цели не совпадают, но дружба возможна .	55
3. Как научиться разбираться в людях	62
4. Нетворкинг — это взаимопомощь	68
5. Отношения с семьей и независимость	75
6. Мы все — смесь интроверта и экстраверта. . .	80
7. Простые правила хороших отношений	86

8. Дружба без повода	92
9. Осознанное первое знакомство.	97
10. Смелость быть отвергнутым.	104
11. Ценность романтических отношений	110

Часть 3
НАВЫКИ

1. Чему не учат в школе.	117
2. Сила сотрудничества	124
3. Коммуникация как основа работы.	131
4. Как не тратить время впустую	138
5. Налоги, финансы и другие взрослые вещи . . .	145
6. Основы юридической грамотности	158
7. Долговая ловушка.	166
8. Маркетинг в повседневной жизни	175
9. Первое впечатление начинается с манер . . .	181
10. Хороший сон — ваш главный лайфхак. . . .	188

Часть 4
ИСПЫТАНИЯ

1. Большие достижения из маленьких побед . . .	197
2. Гибкость в развитии.	203
3. Что делать, когда все идет не по плану	208
4. Нынешние трудности — самые легкие	213
5. Почему вы выгораете.	218
6. Фокус вместо многозадачности	224
7. Как справляться со стрессом	229
8. Сроки как двигатель прогресса.	235
9. Важность стратегического мышления.	239
10. Долгосрочные цели	244
Эпилог	250

80% значимых событий в жизни происходят до 35 лет. Я хочу, чтобы как можно больше молодых людей усвоили эту мысль психолога Мэг Джей. Ее выступление на платформе TED набрало более 17 миллионов просмотров. Но еще раньше я увидел ее книгу «Важные годы. Почему не стоит откладывать жизнь на потом»¹ в магазине Barnes & Noble у парка Юнион-сквер. Раз в месяц, а иногда и каждые выходные, я захожу туда и просматриваю новинки. Однажды среди них оказалась и книга Мэг Джей. Она настолько увлекла меня, что тут же, не отходя от полки, я прочитал около сотни страниц.

Тогда у меня уже была издательская компания в Южной Корее. Я очень хотел продвигать этого автора в своей стране. Однако в итоге права передали другому издательству².

¹ Джей М. Важные годы. Почему не стоит откладывать жизнь на потом. Пер. Н. Яцюк. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2021.

² В Южной Корее книга была выпущена под названием «인생의 가장 결정적 시기에서». — *Прим. пер.*

Я продолжал общаться с Мэг Джей. А несколько лет спустя, когда мне исполнилось 30, выпустил книгу под названием «Изучая мир»¹. На ее презентации приходило множество молодых людей. Я написал в социальных сетях, что готов бесплатно приехать в любую точку страны, если на встречу придут студенты. И, к своему удивлению, получил множество откликов из разных учебных заведений. За четыре недели в Корее я провел более 20 встреч, половина из которых прошла в университетах.

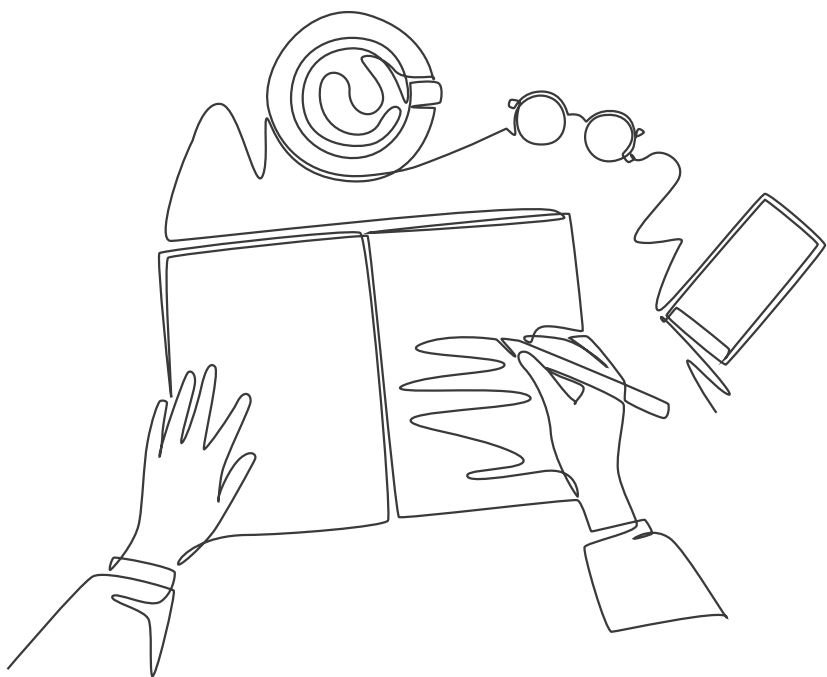
Мне нравится общаться с молодежью. Я слушаю, что ее волнует, и делюсь собственным опытом. Ограничиваю свою речь 20 минутами, чтобы оставить больше времени на вопросы и ответы.

Однажды я заметил, что в разговорах с молодыми людьми повторяю одни и те же мысли. Так возникла идея упаковать свои размышления в книгу.

Надеюсь, она поможет вам проводить время осознанно и с пользой для себя. Сколько бы вам ни было лет — 20, 25 или 28. Я знаю, что достиг бы большего, если бы прочел ее в этом возрасте.

У Тхэён

¹ В Южной Корее книга была выпущена под названием «세상을 공부하다». На русском и английском языках книга не издавалась. — *Прим. пер.*



Когда наше общество стало таким конкурирующим? Почему мы завидуем чужим успехам? Такие вопросы звучат все чаще. А я вспоминаю второй класс школы. Там мы часто писали диктанты. До сих пор не могу забыть волнение, с которым на следующий день ожидали список с оценками. Его вывешивали на двери, а нас рассаживали в соответствии с результатами. Ученик с самым высоким баллом занимал место в первом ряду справа. Следующий за ним сидел слева, а тот, кто получил самый низкий балл оказывался на последнем ряду слева.

В те годы я не придавал такому подходу значения. Но сейчас осознаю, насколько подобный шаг жесток по отношению к детям. Умнее ли тот, кто сидит в первом ряду? Становится ли он более значимым?

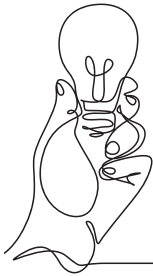
Общество заставляет детей с раннего возраста соревноваться друг с другом, а не развивать способности. А начинается это с одержимости рейтингами и оценками. Нас оценивают сначала за диктанты в школе, потом на вступительных экзаменах, в университете и на работе.

Я верю, что оценки или диплом не определяют ценность человека. Гораздо важнее найти собственный жизненный путь и расширить возможности выбора в условиях жесткой конкуренции. Вы можете как учиться в престижном заведении, так и заниматься самообразованием в свободное время после работы. Главное — не ограничивайте себя. В 20 лет перед вами открыто много возможностей, и ничто не мешает искать новые направления. Выбор и усилия в настоящем существенно влияют на будущее.

Подумайте о том, каким вы хотите видеть себя через несколько лет. Поставьте цели, которые помогут вам получить желаемое. Определите, какие конкретные шаги требуются для их достижения. Переходите от этапа к этапу постепенно. Никто не узнает о ваших маленьких неудачах в процессе, если вы не сдадитесь на середине дороги.

Маленький шаг сегодня изменит ваше будущее. Чего-то не знаете или не умеете? Научитесь. Со-

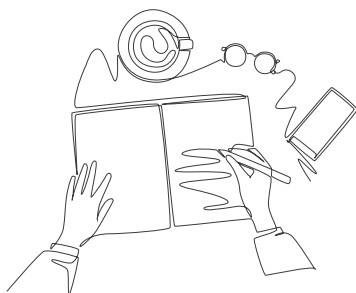
временные онлайн-ресурсы и образовательные платформы дают доступ к необходимым материалам. Вам нужны только мотивация и практика. Начните закладывать основу для будущего прямо сейчас. Тогда спустя годы вы поблагодарите себя за усилия.



ВМЕСТО ТОГО ЧТОБЫ
СОРЕВНОВАТЬСЯ С КЕМ-ТО,
СОСРЕДОТОЧЬТЕСЬ НА ПОИСКЕ
СВОЕГО ПУТИ И ВЫПОЛНЕНИИ
ПОСТАВЛЕННЫХ ЗАДАЧ.

Молодость — время бесконечных возможностей. Сделайте выбор, о котором вы не будете жалеть, и не бойтесь узнавать новое.

- **Время на саморазвитие:** выделите хотя бы час в день для чтения или освоения новых навыков — это отличный способ начать инвестировать в будущее.
- **Индивидуальный жизненный путь:** важно научиться не сравнивать себя с окружающими и найти то, что подходит именно вам. Представьте, каким хотите видеть будущее, и подумайте, какие решения и действия нужно предпринять для достижения желаемого.
- **Подходящее образование:** подумайте, каких знаний вам не хватает и какие навыки вы хотели бы приобрести. Материалы можно изучать на образовательных платформах и слушая онлайн-лекции.
- **Цели и планирование:** поставьте одну небольшую цель на ближайшее время и разработайте план действий для ее достижения. Даже маленькие шаги способны привести к большим результатам.



«Если бы я мог, то создал бы инъекцию, пробуждающую в людях самосознание»¹.

Самосознание — понимание собственной личности, чувств, мотивов и желаний. Так объясняет этот термин Оксфордский словарь. Другими словами, самосознание — осознание собственной сущности и принятие себя. Оно помогает определить свои сильные и слабые стороны и использовать полученное знание для развития.

В начале 2010-х годов в Кремниевой долине начал расти спрос на инженеров с навыками UI/UX-дизайна². Тогда я заканчивал учебу и гото-

¹ Цитата Гари Вайнерчука — американского серийного предпринимателя, писателя, произведения которого четыре раза попадали в список бестселлеров The New York Times, лектора и популярной интернет-персоны.

² UI (User Interface) и UX (User Experience) — термины, которые обозначают разные аспекты дизайна цифровых продуктов. Эти понятия взаимосвязаны: UI отвечает за внешний вид интерфейса, UX — за функциональность и взаимодействие пользователя с продуктом.