



И Р И Н А Т У Р А Л И Е В А

ФИНАНСОВЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

как управлять личными финансами,
чтобы жить в достатке и благополучии

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва 2023

УДК 159.92:336
ББК 88.52+65.26
Т86

Туралиева, Ирина Игоревна.

Т86 Финансовый интеллект. Как управлять личными финансами, чтобы жить в достатке и благополучии / Ирина Туралиева. – Москва : Эксмо, 2023. – 320 с.

ISBN 978-5-04-166834-1

Почему одни живут от зарплаты до зарплаты, а другие – на проценты от процентов? Кажется, что между двумя этими состояниями пропасть. На самом же деле улучшить финансовое положение можно, если изменить способ мышления. Ирина Туралиева, финансовый аналитик с многолетним стажем, предлагает инструменты и техники, которые помогут:

- разобраться, чем руководствуется мозг при принятии решений;
- оценить свое текущее финансовое положение;
- выработать полезные финансовые привычки;
- избавиться от предубеждений, связанных с деньгами и инвестициями;
- понять, в каком направлении двигаться, чтобы перейти на новый уровень благополучия.

УДК 159.92:336
ББК 88.52+65.26

ISBN 978-5-04-166834-1

© Фото, А. Шарафи
© Туралиева И. И., текст, 2022
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	7
ЧАСТЬ 1. ЧТО ТАКОЕ ФИНАНСОВЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И ЗАЧЕМ ОН НУЖЕН?	17
Глава 1. Три системы: личность, общество, деньги. Кто кем управляет. Эволюция	19
Глава 2. Недооцененные возможности мозга. Как мозг формирует ваше финансовое благополучие	60
Глава 3. Четыре уровня взаимодействия с финансами. Какой из них ваш?.....	78
Глава 4. Денежные психотипы. Как убеждения и привычки влияют на ваши отношения с деньгами.....	99
Глава 5. Кривая удовлетворенности. Всегда ли количество денег равно удовлетворенности собой? .	119
Глава 6. Портрет богатого человека. Чему учат своих детей миллионеры?.....	129
ПРАКТИКУМ.....	135
ЧАСТЬ 2. КАК РАЗВИВАТЬ ФИНАНСОВЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ?	141
Глава 7. Источники дохода: как перевести количество в качество.....	143
Глава 8. Мышление наемного работника и самозанятого.....	152
Глава 9. Мышление инвестора	165
Глава 10. Мышление предпринимателя.....	201
ПРАКТИКУМ.....	214
ЧАСТЬ 3. МЫШЛЕНИЕ КАК ФИНАНСОВЫЙ АКТИВ	225
Глава 11. Мышление и успех: как мыслит успешный человек.....	227

Глава 12. Мозг за работой. Что на самом деле происходит, когда мы думаем	233
Глава 13. Что поможет воплотить в жизнь ваш финансовый план. Мышление, нацеленное на результат.	246
Глава 14. Ловушки мышления. Как не попасться	261
ПРАКТИКУМ	279

ЧАСТЬ 4. ФИНАНСОВЫЙ КОУЧИНГ: ОСОЗНАННЫЙ ПОДХОД К УПРАВЛЕНИЮ ФИНАНСАМИ	285
Глава 15. Что такое финансовый коучинг	287
Глава 16. Как объединить опыт, знания, мышление и развитие. Финансовый интеллект как система создания благополучия.	299
ПРАКТИКУМ	302
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Компетенции богатого человека. Чек-лист для самопроверки.	307
АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ	314

ВВЕДЕНИЕ

Интеллект — это способность адаптироваться к изменениям.

Стивен Хокинг

Три системы: я, общество, деньги

Почему многим из нас так трудно управлять личными финансами? Ответ неочевиден, но достаточно прост: чтобы управлять финансами, нужно понять принципы взаимодействия сразу трех больших систем — человека (или нас самих), общества и денег.

Как же взаимодействуют эти системы?



Рисунок 1. Три системы: личность, общество, деньги

Меня как профессионального психолога и финансового эксперта поразила однобокость и предвзятость большинства книг, посвященных финансовой грамотности и накоплению богатства. Все эти книги содержат множество советов, но почти

не отвечают на самые насущные вопросы. Авторы, как правило, делятся тем, в чем они сами преуспели, и будто забывают об аспектах финансов, без которых любой успешный опыт может оказаться совершенно бесполезным и даже вредным.

Будет ли на вас так же хорошо сидеть костюм, пошитый специально для автора книги? Все-таки личные финансы потому и личные, что стратегии обращения с ними каждый выстраивает сам.

В этой книге я не дам готовых советов и инструкций. Вместо этого я научу вас выбирать подходы к изменению мышления. На конкретных примерах вы увидите, как мышление меняет финансовую реальность. Множество инструментов и техник, о которых вы прочитаете на страницах этой книги, помогут научиться применять эти подходы в жизни.

Правда, следует оговориться: инструменты и техники для улучшения вашего финансового благополучия — не главное. Ведь основной инструмент, который запускает процесс изменений, находится прямо у вас в голове.

Психология или математика?

Существуют люди, искренне верящие в то, что финансы представляют собой точную математическую науку. Именно этому учат в университетах. Но личные финансы — это отражение вас самих.

Дэйв Рамзи, обзор книги «Еще раз о финансовом спокойствии»

Как вы думаете, в основе финансовых вопросов лежит в первую очередь математика или психология?

Я провела на эту тему опрос среди моих подписчиков. 73% ответили, что финансы – это математика. Но давайте подумаем: что важнее для финансового благополучного и богатства – умение считать или способность анализировать и принимать решения? На мой взгляд, именно психология играет решающую роль в построении финансовых стратегий.

Представьте, что вам нужно перейти через реку. На берегу рядом с вами лежит доска. Вы оцениваете ее ширину, толщину, длину, прочность и, убедившись, что доска подходит, перекидываете ее через реку и переходите на другой берег. Задача выполнена, вы довольны собой и можете продолжить путь.

Теперь представьте, что эта же доска располагается в десяти метрах над рекой. Пойдете ли вы по ней в этом случае? А если пойдете, будете ли чувствовать себя так же уверенно? Ничего, кроме высоты, не изменилось, но у вас наверняка появился страх не удержаться и упасть. Этот страх вызывает движения, вызывает множество эмоций и сомнений: а вдруг голова закружится, нога соскользнет, доска не выдержит? Надо ли мне вообще туда идти?

Если вы совладаете с эмоциями и реально оцените ситуацию, сможете сориентироваться и найти лучший способ, как перейти на другую сторону реки.

В своей профессии и жизни мне постоянно приходится искать и оценивать такие «доски», трансформируя их в надежные финансовые мосты, ведущие к целям.

В мире финансов выбор инвестиций и других финансовых инструментов – это выбор мостов в будущее. Кроме умения оценивать такие «доски», вам необходимо научиться сохранять спокойствие, чтобы идти вперед без риска запаниковать и сорваться вниз.

Сочетание трезвого расчета, правильно выбранных инструментов и результатов внутренней работы над собой выделяют финансово успешного человека из множества других.

Эта книга — ваш помощник при строительстве личного моста к успеху. Она поможет успешно пройти над финансовой пропастью и оказаться на берегу финансового благополучия.

Во время чтения этой книги вы будете направлять фокус своего внимания на те области жизни, которые нуждаются в изменениях. Вы научитесь делать выбор, необходимый для того, чтобы эти изменения произошли.

В конце каждой части вас ждут полезные практикумы. Они научат вас принимать обдуманые решения и ставить цели. После выполнения всех заданий у вас появится готовый проект вашего моста в благополучное финансовое будущее. Вы поймете, в каком направлении его прокладывать, на что опираться и какие инструменты использовать.

Почему важно принимать решения самому?

Я хотел бы высказать наблюдение общего характера: показателем первоклассного интеллекта является способность одновременно держать в уме две противоположные идеи и при этом сохранять способность действовать.

*Фрэнсис Скотт Фицджеральд,
«Крушение», 1936*

У Антона Чехова есть рассказ под названием «Хамелеон». Его главный герой, городской, легко менял свое мнение по отношению к действиям собаки в зависимости от того, кто

был ее предполагаемым владельцем. Если ему говорили, что собака принадлежит генералу, он считал, что наказать нужно пострадавшего от укуса. Если же собака принадлежала простолюдину, наказать следовало самого простолюдина. Задача для городского в условиях неопределенности оказалась такой сложной, что он вел себя как хамелеон.

Когда мы решаем сложные финансовые задачи, не зная при этом, чего на самом деле хотим, не видим целей и точек опоры, избегаем ответственности за свое настоящее и будущее, тоже похожи на хамелеонов. Мы готовы слушать советы соседа, эксперта, родителей, чтобы не принимать решения самостоятельно. Мы думаем, что кто-то лучше знает, как нам поступить, чем мы сами.

Бесчисленные публикации в интернете говорят: покупайте биткоины, инвестируйте в IPO, оформляйте кредиты. Мы следуем этим советам, до конца не понимая, что делаем, и не замечая очевидных ошибок. В конечном итоге за чужие советы расплачиваемся мы сами.

Несмотря на все способности, заложенные в нас природой, мы легко оказываемся заложниками собственного невежества, нерешительности, безответственности и становимся похожи на бильярдный шар в чужой игре.

Я надеюсь, эта книга поможет вам взять заботу о своем финансовом благополучии в свои руки и добиться результатов, перечисленных ниже.

1. Расширить круг своих возможностей.

В книге представлен максимально широкий контекст эволюции общества, денег и человеческого мозга. Он поможет вам заглянуть в суть различных систем, изучить механизмы успешной адаптации и расширить арсенал возможных действий.

С первых страниц мы начнем говорить о вас, финансах и обществе как о саморазвивающихся системах, которые неминуемо сталкиваются и взаимодействуют друг с другом. Каждая из этих систем – космос. Когда три космоса сталкиваются, стоит знать, как управлять этим процессом.

Хотим мы того или нет, знаем или не знаем, эти системы захватывают нас. Между ними нередко возникают конфликты, так что приходится принимать сложные решения. Если мы игнорируем такие вопросы, они превращаются в черные дыры бесконечного несоответствия между нашими ожиданиями и реальностью.

Мозг человека, в отличие от мозга других животных, предполагает наличие мышления. Человек может преодолеть разрыв между желаемым и возможным, выбрав оптимальное решение из нескольких сценариев.

Наш интеллект способен решать сложные задачи, выбирать-ся из тупиков и действовать в условиях неопределенности. Если мы используем его по назначению, нам не страшны неожиданные вызовы, финансовые затруднения и внезапные перемены.

2. Выстроить системный подход к управлению личными финансами.

Часто мы не знаем, с чего начать и как быть последовательными в решении финансовых вопросов. Часто нас бросает из крайности в крайность: мы либо не делаем ничего, либо решительно действуем наугад, либо делаем как все или «потому что так делает мой друг Саша».

При этом нет никакого смысла становиться трейдером, если лично вы не понимаете, как создать первоначальный капитал, не умеете распределять денежные ресурсы и не знаете, как погасить долг по кредитной карте в ближайшем будущем.

После прочтения этой книги в вашей системе управления личными финансами появятся ориентиры, на которые вы сможете опереться при принятии решений. Распределение бюджетов, отношения с деньгами, пределы риска, денежный психотип, стратегии мышления, сильные стороны и способы их монетизации, поддержание мотивации, оптимальный и желаемый сценарии роста — знание об этом и многом другом поможет достичь любых финансовых целей.

3. Подружиться со своим мозгом и научиться создавать идеи и привычки, которые станут вашими финансовыми активами.

Умение сохранять, зарабатывать и приумножать — это разные навыки. Каждый из них требует особого подхода. Знания о том, как работает наш мозг, поможет определить личный потенциал, сфокусироваться на главном, создать привычку богатеть, прокачать свои мышление и умение быстро адаптироваться к любым изменениям.

4. Научиться управлять процессом принятия решений.

Наше состояние определяется тем, как функционирует наш мозг и какие его отделы задействованы в момент принятия решений. В состоянии страха мозг активирует защитную систему выживания, так что мы реагируем шаблонно. В состоянии доверия включаются механизмы обучения, творчества, разумного выбора. Решение, принятое в состоянии страха, будет сильно отличаться от решения, принятого в состоянии доверия. Соответственно, и результаты будут разными. Поэтому очень важно понимать, как мозг влияет на ваше поведение, чтобы управлять этим процессом.

5. Подняться на уровень выше в вашем финансовом благополучии.

В этой книге я выделяю четыре уровня финансового благополучия. Понимание того, какие навыки требуются

на каждом из них, поможет вам перестать совершать одни и те же ошибки.

Изучив схему ниже, попробуйте определить, на каком уровне находитесь сегодня вы? А на какой хотели бы перейти? Определившись с этим, вы сделаете первый шаг к созданию собственной системы управления личными финансами.

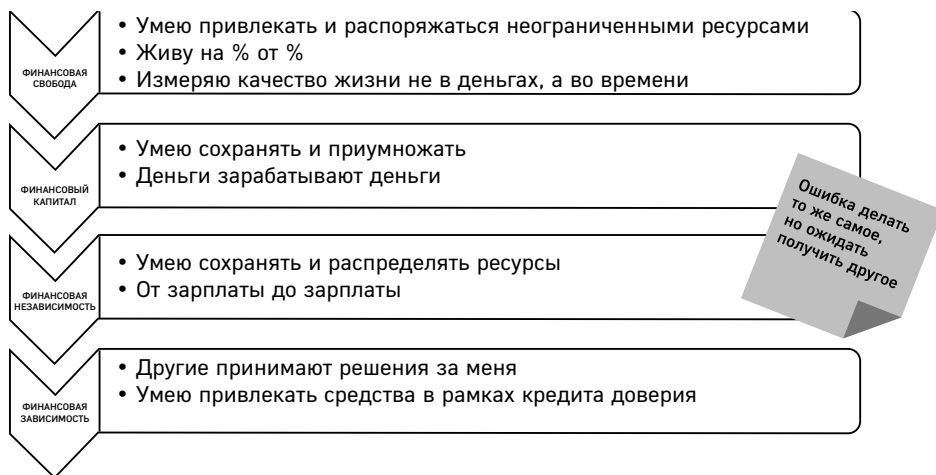


Рисунок 2. Четыре уровня финансового благополучия

Книга, которую вы держите в руках, — это книга-тренинг. Она содержит практические упражнения, которые научат применять полученную информацию к вашим конкретным финансовым задачам, анализировать ситуацию и принимать лучшие решения.

