

# **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>Предисловие</b> .....	7
<b>Глава 1. Кто я и почему пишу эту книгу</b> .....	11
1.1. Моя история — здесь ты узнаешь себя .....	12
1.2. Фриланс — это про свободу? .....	30
<b>Глава 2. Разберемся, кому подходит фриланс</b> .....	41
2.1. Фрилансеры — кто они на самом деле? .....	42
2.2. Анализируем свою личность .....	53
2.3. Кто такие мультипотенциалы и при чем здесь фриланс?	74
2.4. Практикум .....	88
<b>Глава 3. А как это работает? Изучаем фриланс</b> .....	95
3.1. Реальный план перехода на фриланс .....	96
3.2. А что, если я работаю в офисе? .....	105
3.3. Как выбрать онлайн-обучение и не потерять деньги .	116
3.4. Составляем резюме и портфолио .....	138
3.5. Поговорим о клиентах .....	150
3.6. Как легко находить клиентов .....	162
3.7. Регистрируем свою работу официально .....	169
<b>Глава 4. Всё о деньгах на фрилансе</b> .....	177
4.1. Немного денежной философии .....	178
4.2. Как правильно распоряжаться заработанными деньгами .....	187
4.3. Учимся оценивать свой труд .....	202
4.4. Финансовый потолок .....	211

<b>Глава 5. Окружение на фрилансе</b> . . . . .	<b>223</b>
5.1. Почему родные негативно относятся к фрилансу? . . .	224
5.2. Как работать мамам с детьми? . . . . .	255
5.3. Смена круга общения . . . . .	259
<b>Глава 6. То, о чем не говорят фрилансерам.</b> . . . . .	<b>275</b>
6.1. Парализующий страх нового . . . . .	276
6.2. Синдром самозванца . . . . .	293
6.3. Лень и прокрастинация как норма жизни фрилансера	308
6.4. Эмоциональное выгорание и самопомощь . . . . .	316
<b>Глава 7. Мужчинам посвящается.</b> . . . . .	<b>365</b>
<b>Глава 8. Советы от фрилансера</b> . . . . .	<b>373</b>
<b>Заключение.</b> . . . . .	<b>379</b>
<b>Благодарности</b> . . . . .	<b>381</b>