

Оглавление

Введение 5

Часть I. «Площадка»

Глава 1. Откуда все эти мысли 11

1.1. Первый шаг 12

1.2. Что такое НЛП и чем это поможет 14

1.3. Взгляд на ближайшее окружение сквозь НЛП 17

Глава 2. Разница в отношении 21

2.1. Примите установку..... 22

2.2. Сделайте шаг 26

2.3. Осознайте, чего хотелось бы 32

2.4. Принимайте решения 38

Глава 3. Модель успешности НЛП 47

3.1 Выбирайте что нравится 48

3.2. Основные условия хорошо сформулированной цели..... 51

3.3. Где брать ресурсы, бросаем якорь..... 55

Часть II. «Шип»

Глава 4. Российские реалии 61

4.1. Делайте расчеты 64

4.2. Планируйте финансовую цель 68

4.3. Проявляйте гибкость 73

Глава 5. Не всем суждено быть миллионерами 79

5.1. Как найти свой финансовый резерв..... 83

5.2. Финансовая грамотность 89

5.3. Финансы в отношениях: на двоих или для двоих 93

Бриллиант не имеет веса

Глава 6. Личный бюджет и особенности финансового мышления	99
6.1. Как понять, сколько можно потратить	100
6.2. Какие психологические проблемы приводят к проблемам с деньгами?	103
6.3. Особенности отношения к деньгам разных поколений	110
Часть III. Клинья	117
Глава 7. Баланс денег и счастья	119
7.1. Искусство адаптации	120
7.2. Применение адаптивности: как продать себя работодателю	124
7.3. Про серую зарплату	130
7.4. Что делать, если работа не радует	134
Глава 8. Про разумное потребление	139
8.1. Как избежать совершения импульсивных покупок	140
8.2. На чем не стоит экономить и почему	144
8.3. Кредит, рассрочка или накопления	146
8.4. Финансовая защита и страхование	152
Глава 9. Про надежное будущее	159
9.1. Финансовая подушка безопасности	160
9.2. Про иностранные счета	170
9.3. Про инвестиции	173
9.4. Как повлиять на размер будущей пенсии	182
Заключение	186
Список литературы	189