



Психология денег: мозг, поведение и финансовые привычки

Ричмонд Дэвид

Дэвид Ричмонд
Психология денег:
мозг, поведение и
финансовые привычки

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69511876

SelfPub; 2023

Аннотация

Задумывались ли вы, почему одни люди обладают богатством, а другие нет? Тайна финансовой стабильности может быть сокрыта не там, где мы обычно ищем. Данная книга погружает нас в незримые корни нашего отношения к деньгам – начиная от наших ранних воспоминаний и детских переживаний. Этот путь в глубины собственного сознания может разоблачить тайны нашего финансового поведения и дать ключ к пониманию и преодолению "денежной травмы". Узнайте, как ваше детство может пролить свет на путь к финансовой независимости – последствия такого понимания могут перевернуть всё, что вы знали о деньгах.

Содержание

Предисловие	4
Часть первая: ваша денежная травма начинается с детства	6
Часть вторая: каков ваш "тип личности"?	13
Часть третья: тема №1, о которой мы не решаемся говорить	20
Конец ознакомительного фрагмента.	26

Дэвид Ричмонд Психология денег: мозг, поведение и финансовые привычки

Предисловие

В мире, где деньги являются неотъемлемым элементом жизни, наше понимание и отношение к ним играют решающую роль в нашем общем благополучии. Но что формирует наше отношение к деньгам? Какие скрытые установки и привычки определяют наши финансовые решения? Откуда берутся наши денежные страхи и надежды? Эти вопросы и многие другие затрагиваются в этой книге.

"Психология денег: мозг, поведение и финансовые привычки" – это погружение в глубины нашего денежного сознания. Эта книга предлагает уникальный взгляд на то, как наши ранние воспоминания и взаимодействия с деньгами формируют наше отношение к ним во взрослой жизни.

Мы начинаем с путешествия в прошлое, в наше детство и юность, чтобы исследовать, как формировались наши де-

нежные привычки. Мы раскроем, как наш ранний опыт влияет на наше текущее финансовое поведение. Проникновение в истоки этих установок – это первый шаг на пути к их преобразованию.

В этой книге вы найдете инсайты и стратегии, которые помогут вам обнаружить и изменить денежные установки, которые могут вам мешать. Это не просто книга о деньгах, это книга о вас – о том, как вы думаете, чувствуете и ведете себя в отношении денег.

Предлагаю вам открыть для себя этот увлекательный мир психологии денег. Исследуйте свои собственные денежные привычки и убеждения, чтобы улучшить свою финансовую жизнь. Эта книга – идеальный спутник для всех, кто хочет глубже понять свои денежные привычки и тем самым улучшить свое финансовое положение.

Добро пожаловать в мир, где психология и финансы пересекаются, создавая новый взгляд на то, что значит быть финансово образованным в XXI веке. Начните свое путешествие прямо сейчас.

Часть первая: ваша денежная травма начинается с детства

Что, по вашему мнению, стоит в основе финансового благополучия? Заветная должность с шестизначной зарплатой? Грамотное управление инвестициями? Или может быть, строгое следование бюджету? Хотя эти факторы имеют значение, на самом деле корень нашего финансового успеха уходит глубже. Он начинается с наших первых детских воспоминаний о деньгах.

То, как мы воспринимали деньги в раннем возрасте, сценарии, которые мы видели дома, наши первые взаимодействия с деньгами – все это формирует наше отношение к деньгам во взрослой жизни. Это может породить денежные установки и привычки, которые мы, несмотря на их вредность, продолжаем следовать годами.

В этой части мы совершим виртуальное путешествие в прошлое, в наше детство и юность, чтобы исследовать, как формировались наши денежные привычки. Мы раскроем, как наш ранний опыт влияет на наше текущее финансовое поведение. Проникновение в истоки этих установок – это первый шаг на пути к их преобразованию.

Эта часть – начало нашего путешествия по изменению на-

шего отношения к деньгам с целью достижения настоящего финансового благополучия.

Однако, в возрасте всего трех лет мы начинаем формировать свое первое понимание денег и ценности. Наши взгляды, воспитание и переживания формируют нашу "денежную историю". Это наша история, которую мы хотим передать следующему поколению.

Самое важное, что родители могут сделать, чтобы помочь своим детям принимать более осознанные финансовые решения в будущем, это говорить с ними об их личных финансовых решениях сейчас, в настоящем. Так как мы можем быть уверены, что наши дети усвоили здоровое отношение к деньгам? И как мы можем распознать и исправить любые недостатки в нашем собственном образовании?

Мы рождаемся на стадии, когда наш мозг еще не полностью развит, и большая часть окончательного развития мозга происходит во внешнем мире. Наш мозг с самого раннего возраста принимает информацию, распределяет ее по категориям, создает ассоциации, строит повествования. Мы начинаем развивать мысли, которые называются "денежными сценариями". Как актеру дают сценарий и говорят, как действовать в сцене, когда происходят определенные события, связанные с деньгами, наш мозг даёт нам определенные мысли, и тогда мы знаем, как поступить.

Наш ранний опыт, полученный в семье и связанный с деньгами, оказывает глубокое влияние на наши убеждения,

связанные с деньгами, а наши убеждения, связанные с деньгами, предсказывают наши финансовые результаты. Если вы выросли в бедности, деньги могут казаться страшными. Но даже когда вы становитесь взрослым и у вас есть деньги, вы всё равно можете испытывать страх и тревогу, потому что не можете избавиться от убеждения, что "денег никогда не будет достаточно".

С другой стороны, люди, которые имеют солидные средства и привилегии, могут думать, что деньги могут решить все проблемы. Однако, они могут не учесть тот факт, что деньги не могут решить все проблемы.

Таким образом, воспитание и отношение к деньгам, которое мы унаследовали от наших родителей и других значимых лиц, постоянно влияют на нас. Если все это начинается в раннем возрасте, то каковы будут последствия в дальнейшем, во взрослой жизни?

Рассказы из детства могут показаться невинными и незначительными, но они на самом деле формируют наше отношение к деньгам и могут привести к глубоко укоренившимся убеждениям и страхам. Например, простой момент из детства, когда ребенок удерживает немного сдачи для себя, может привести к чувству стыда за желание удерживать деньги. Это в свою очередь может повлиять на то, как они ведут бизнес во взрослой жизни.

Альтернативно, простой факт, что родители испытывали финансовые трудности, может привести к тому, что ребенок

связывает отсутствие денег с болезненными воспоминаниями, стрессом и семейными конфликтами. Это может привести к глубоко укоренившимся страхам и опасениям в отношении инвестиций и сохранения денег.

У нас есть заключения, которые мы делаем относительно денег: "Богатые люди жадные, деньги развращают. Никогда не бывает достаточно денег. Есть достоинство в том, чтобы иметь меньше денег". Все эти убеждения учены нами и формируются на основе нашего опыта, связанного с деньгами.

Что же мы можем сделать, чтобы помочь нашим детям выработать лучшие денежные привычки и, возможно, даже примириться с тем, что передалось нам по наследству?

Самое важное – начать как можно раньше. Поэтому начинайте говорить о деньгах с самого раннего возраста. Позвольте ребенку понять, что именно вы говорите о деньгах, но не навязывайте ему все детали своего финансового опыта. Таким образом, совокупность всех этих сообщений о деньгах, которые мы получаем в процессе взросления, формирует нашу "денежную историю".

Выберите те уроки, которые вы хотите передать следующему поколению, как бы передавая наследство. В современном обществе это стало сложнее, поскольку деньги стали более абстрактными – это просто цифры на экране. И чем более абстрактной она становится, тем больше мы подвержены ошибкам в ней. Поэтому сделайте его наглядным, конкретным.

Для пятилетнего ребенка это может быть так: "Это четвертак, это десять центов, это доллар". А затем, показать им, как делать сдачу. И по мере того, как ребенок растет, вы начинаете увеличивать количество уроков в плане того, как, например, договариваться о зарплате? Как читать платежную ведомость? Это образовательные моменты, которые происходят со временем.

И вы можете сказать: "Иногда, знаете, это просто очень трудное время, и мы поговорим об этом. Может быть, мы будем писать об этом в дневнике. Может быть, мы прогуляемся. Мы будем делать другие вещи, которые помогут нам почувствовать себя лучше". Таким образом, у вашего ребенка или детей появляется множество ресурсов, с помощью которых они могут справиться с собой, своими эмоциями и деньгами.

Если вы считаете, что вы очень благополучны в финансовом отношении и поэтому с вашими детьми все в порядке, им не нужно слышать или вам не нужно говорить о деньгах – сделайте шаг назад и подумайте о своих родителях, родителях ваших родителей и родителях родителей ваших родителей. Вы начнете понимать, что вы только выигрываете от того, что ведете с ребенком эти разговоры о деньгах и получаете от них опыт. И чем чаще вы будете это делать, тем чаще появляются такие возможности.

Эти естественные финансовые разговоры и учебные моменты – отличный способ выразить свои семейные ценности,

научить своих детей разбираться в деньгах и сделать это в более доступной форме.

Практические рекомендации:

Начните обсуждать деньги со своими детьми как можно раньше. Расскажите им о ценности денег, о том, как они зарабатываются и как их можно тратить умно. Давайте им понять, что деньги – это инструмент, а не цель сама по себе.

Начните с основ – объясните, как считать монеты, как делать сдачу, и что значат числа на банкнотах. Это поможет детям лучше понять концепцию денег.

Если ваш ребенок хочет что-то купить, попробуйте выделить ему небольшую сумму и позвольте ему самостоятельно распоряжаться этими деньгами. Это поможет им понять значение бюджетирования и планирования расходов.

Покажите детям, как работают банки. Расскажите им о различных типах счетов, вкладах, кредитах и процентах. Это поможет им понять, как работает финансовая система.

Расскажите детям истории о том, как вы или ваши предки обращались с деньгами. Это может помочь им понять, как важно быть финансово образованным и ответственным.

Помогите детям создать свою собственную "денежную историю". Это может включать в себя цели, которые они хотят достичь, и планы, как они собираются это сделать. Это поможет им понять свои ценности и амбиции в отношении денег.

Обсуждайте с детьми, что значит быть богатым. Объясните, что богатство – это не только деньги, но и знания, дружба, здоровье, любовь и другие важные вещи. Это поможет им развить более здоровое отношение к деньгам.

Показать детям, как работают инвестиции, может быть отличным способом научить их долгосрочному планированию и риску. Это может быть просто игра в "Монополию", или же вы можете помочь им инвестировать небольшую сумму в акции их любимой компании.

Создайте для вашего ребенка сберегательный счет и позвольте им делать небольшие депозиты. Это научит их пониманию того, как работают проценты и как важно сохранять деньги на будущее.

Если ваш ребенок проявляет интерес к бизнесу, помогите ему запустить свой маленький проект. Это может быть лимонадный стенд, продажа рукодельных товаров или оказание услуг своим соседям. Это даст им практический опыт в управлении деньгами и поможет им понять, как работает бизнес.

Часть вторая: каков ваш "тип личности"?

Идея о том, что все молодые люди должны следовать одинаковым рекомендациям в вопросах финансов, не основана на реальности. Ведь у каждого из нас есть свои уникальные личностные характеристики и взгляды.

Со временем мы все начинаем осознавать, что у каждого из нас свое представление о жизни. Не все из нас мечтают о собственном доме или о семье с детьми. Каждый из нас имеет свои уникальные представления о жизни и отношениях. Так как же узнать, что подходит именно вам? Ответ на этот вопрос может быть найден в понимании собственной психологии. Необходимо понять, почему мы думаем так, а не иначе, и как это влияет на нашу жизнь. Именно это понимание позволит нам измениться.

Мы все разные, и это разнообразие проявляется во многих аспектах нашей жизни, включая наши финансовые привычки. Поэтому финансовые советы, которые мы получаем, должны быть уникальными для каждого из нас. Все остальное в нашей жизни подстраивается под наши предпочтения. Почему бы не сделать также и наши финансовые советы?

Открываем дверь в мир неврологии. Это исследователь-

ское поле предоставляет нам уникальную возможность понять, какую роль играют уникальные структуры нашего мозга в формировании нашей личности. Мы можем увидеть, что есть различия в строении мозга, особенно в тех областях, которые связаны с оценкой ситуаций и принятием решений.

Более того, мы можем заметить функциональные различия в том, как эти области мозга взаимодействуют между собой. Если бы мы провели магнитно-резонансную томографию (МРТ) нашего мозга, мы бы смогли извлечь определенную информацию, которая могла бы намекнуть на нашу склонность к риску.

Но давайте зададимся вопросом: какую часть нашей личности мы на самом деле несем с собой с момента рождения, и какая часть формируется по мере течения времени? Этот вопрос долго волновал ученых, и они пришли к выводу, что примерно половина нашей личности определяется нашей ДНК. Это означает, что с момента рождения мы можем предсказать определенные черты нашей личности, основываясь на нашей генетической структуре. Это может включать в себя такие черты, как экстраверсия или невротизм.

Оставшаяся половина нашей личности развивается по мере течения времени. Из этой половины, примерно 25% формируются под влиянием наших родителей и опыта, который мы получаем в детстве. Это могут быть определенные ценности, навыки или взгляды на жизнь, которые мы усваиваем от наших родителей. Оставшиеся 25% формируются под

влиянием наших сверстников, так как общение с ними играет ключевую роль в нашем социальном и эмоциональном развитии.

Около 50% нашей индивидуальности определяется нашей ДНК. Около 25% определяется нашими родителями и опытом детства, а остальные 25% – нашими сверстниками.¹

Приготовьтесь к погружению в психологию денег. Многие из наших личных качеств проявляются в том, как мы обращаемся с деньгами. Исследования, проведенные на десятках тысяч людей, выявили четыре основные модели убеждений, связанных с деньгами, которые проявляются у людей:

Избегание денег: В этом случае у нас возникают негативные ассоциации с деньгами. Неудивительно, что если у вас есть негативная ассоциация с деньгами, которая сильно закрепилась, она будет оказывать негативное влияние на ваши финансовые результаты.²

Поклонение деньгам: Это противоположность первому варианту – это когда вы возводите деньги на пьедестал. "Больше денег сделает меня счастливее, они решат все мои проблемы".³

¹ Обнаружены гены, определяющие уникальность каждого лица. URL: https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=31462063

² Исследование экономического поведения личности: связь психологических особенностей и монетарных установок. URL: http://e-notabene.ru/view_article.php?id_article=36807&nb=1

³ Как финансовые установки родителей влияют на их детей. URL: <https://псиблог.рф/как-финансовые-убеждения-родителей-в/>

Статус денег: Это "эффект отставания от Джонсов", когда мы приравниваем свою самооценку к нашей чистой стоимости.⁴

Денежная бдительность: Это "денежная личность" богатых людей – самосозданных богачей и сверхбогатых людей. Интересно, что при этом происходит преуменьшение того, сколько у них денег.⁵

Есть люди, которые, возможно, импульсивны. Они хотят что-то сделать, и эта импульсивность может иметь хорошие возможности и хорошие времена, но, возможно, это также заставляет их покупать вещи или пробовать что-то или начать новый бизнес, не изучив все до конца.

Если вы действительно бдительны в отношении денег, вы боитесь делать это и тратить деньги. Важно быть бдительным, уважать эту часть в себе, экономить и инвестировать, но какой смысл во всем этом, если вы по-прежнему живете в лишениях? Вы этого не заслуживаете. Никто этого не заслуживает.

Попытка найти баланс между всеми этими убеждениями очень, очень важна не только для нашего психического здоровья, но и для нашего финансового здоровья.

А может быть, кто-то более терпим к риску. Они не любят

⁴ Исследование экономического поведения личности: связь психологических особенностей и монетарных установок. URL: http://e-notabene.ru/view_article.php?id_article=36807&nb=1

⁵ Как финансовые установки родителей влияют на их детей. URL: <https://псиб-лог.рф/как-финансовые-убеждения-родителей-в/>

рисковать, поэтому они больше любят экономить, а может быть, это человек, который не собирается вкладывать деньги в дело сразу, они хотят увидеть, как оно будет проверено.

Так что, есть способы, с помощью которых эти вещи становятся частью нашего внутреннего повествования того, как мы думаем о деньгах, как мы думаем о шансах, рисках и возможностях. И если мы осознаем это, мы сможем принимать более правильные решения.

Личные финансы. Общее мнение о финансовой грамотности гласит, что "На самом деле, вы не такой уж и особенный. Всем нам нужно делать то же самое". Но мы знаем, что это не всегда работает.

Важно учитывать, что квалифицированные финансовые планировщики проводят личностные тесты, чтобы лучше понять, кто вы есть на самом деле, и как вы относитесь к риску. Исходя из этого, они подбирают свои советы или информацию, которую они с вами делятся. Чем больше вы знаете себя, свою личность и даже о том, как вы относитесь к деньгам, тем более осознанными будут ваши решения. Инвестируйте в себя, обучайтесь, развивайтесь, размышляйте – это действительно может изменить любое решение, которое вы захотите принять в финансовом плане в будущем.

Когда столкнулись с финансовыми трудностями, пришлось столкнуться с реальностью и справляться со своим финансовым положением. Здесь автоматизация становится очень полезным инструментом. Автоматизация платежей,

откладывание денег на различные сберегательные счета и инвестиционный счет для пенсии – все это помогает контролировать финансы без необходимости постоянно следить за ними.

Мы все считаем, что нам нужно больше узнать о деньгах – и это, возможно, так. Но большинство из нас уже знают, что нужно делать. Вопрос в том, какие задачи мы откладываем на потом, и какие чувства мешают нам выполнению этой задачи. Начните с этого.

Практические рекомендации:

Понимание собственной психологии, взглядов на жизнь и отношения к деньгам играет важную роль в управлении финансами. Попробуйте проанализировать свои взгляды и установки к деньгам и понять, как они влияют на ваши финансовые решения.

Подход к управлению деньгами должен быть индивидуальным. У каждого свои уникальные цели, стили жизни и степень терпимости к риску. Попытайтесь адаптировать финансовые советы под свои потребности и предпочтения.

Отношение к деньгам может быть разным: некоторые люди избегают денег, некоторые поклоняются им, некоторые связывают с ними свой статус, а некоторые бдительно следят за своими финансами. Попытайтесь найти золотую середину, которая будет соответствовать вашим личным установ-

кам и потребностям.

Ваша терпимость к риску играет важную роль в том, как вы управляете своими деньгами. Учитывайте это при принятии финансовых решений.

Постоянно совершенствуйте свои знания и навыки в области финансов. Это поможет вам принимать более обоснованные и осознанные решения.

Автоматизация финансовых операций может быть полезным инструментом для контроля над своими финансами. Она может включать автоматические платежи, переводы на сберегательные и инвестиционные счета.

Часто мы знаем, что нам нужно сделать для улучшения нашего финансового положения, но откладываем это. Попробуйте понять, какие чувства или обстоятельства мешают вам выполнить эти задачи, и разработайте стратегию для их преодоления.

Часть третья: тема №1, о которой мы не решаемся говорить

Как и в любом другом виде разговора, есть некоторые темы, о которых мы предпочитаем молчать. Секс, религия, политика – все эти темы вызывают меньше затруднений в беседе, чем деньги. Почему мы так осторожно обходим эту тему? На это влияют общественное осуждение, отсутствие четкого пути и наше древнее стремление к самозащите – старинный мозговой механизм, который настаивает на тишине во имя выживания.

Мы принимаем некоторые решения так, как будто они вне области обсуждения или как будто они имеют священное значение. Исследования показывают, что когда мы обсуждаем такие темы, в нашем мозгу активизируются специфические участки. Мы говорим много о том, как зарабатывать деньги, но очень мало о том, как управлять ими или о том, как вообще подумать о финансовом решении.

Деньги влияют на все аспекты нашей жизни, и если мы не научимся контролировать их, а также наше отношение к ним, последствия могут быть печальными. Денежные табу могут дорого обойтись, но важно помнить, что вы в контроле. Та часть вашего мозга, которая хранит табу, не является

водителем вашей жизни.

Мы все начинаем своё путешествие в финансовый мир с некоторыми начальными интересами и взглядами. Некоторые из нас могут быть влюблены в концепцию денег уже с раннего возраста, наслаждаясь процессом подсчета монет или игры в банк. Сегодня, очевидно, что табу о деньгах влияет на людей всех классов.

Табу на обсуждение денег существует и оно сильное. Мы выросли в обществе, где обсуждение денег не было принято. Это происходит потому, что многие семьи не знают, как говорить о деньгах и не имеют карты для обучения сбережениям, тратам, инвестициям. Это молчание передается из поколения в поколение, как эстафетная палочка в марафоне молчания.

Нейронаука о табу. Как же мозг закрепляет табу вокруг денег?

Наши предки, в те времена, когда они жили небольшими группами каждый пользовался благами племени, и это помогало им не выделяться. Наш мозг до сих пор придерживается таких взглядов: идеальный мир – это тот, где все имеют одинаковое, и мы все делимся ресурсами, но деньги стали очень простым инструментом для количественной оценки положения людей в системе.

В результате мы стараемся не раскрывать это слишком сильно, потому что в итоге это может показать нам что мы не так высоко стоим на тотемном столбе как мы думали.

Таким образом, мы оказываемся в ситуации, когда наш мозг все еще думает по одному, но мы принимаем нормальное общество, в котором все по-другому. В этом смысле мы находимся в постоянной борьбе.

Что интересно в том, как наш мозг разрешает этот конфликт, это то, что он думает о табу иначе для большинства других решений.

В мире принятия решений мы задействуем эту оценочную схему, мы взвешиваем затраты и выгоды.

Но с табу все иначе. Решения, связанные с табу, мы смогли определить с помощью нейровизуализации, что в работу включается другая часть мозга, так называемый "исполнительный мозг".

Это та часть мозга, которая обеспечивает выполнение правил. Эти решения, знаете ли, просты и сухи. Не нужно взвешивать затраты и выгоды.

Хорошая новость заключается в том, что исполнительная часть нашего мозга гибкая, поэтому даже наши глубочайшие табу могут очень быстро измениться.

Ношение масок не было социальной нормой, и вдруг "бам!" в течение месяца, мы все решили переориентировать свое поведение.

Так что если эта часть мозга гибкая, то почему же деньги до сих пор остаются табу?

Очень многие люди, независимо от их социально-экономического статуса каков бы ни был их социально-эконо-

мический статус, чувствуют, что все остальные делают эту вещь, называемую деньгами, лучше, а у них все как-то не так. И если нам удастся нарушить это молчание о деньгах и поговорить, поделиться, то мы обнаруживаем, что "Подождите-ка, никто не идеален с деньгами". Поэтому, когда мы становимся более сострадательными к самим себе, и лучше понимаем наши отношения с деньгами, этот стыд исчезнет, и я действительно верю, что мы станем более здоровым обществом и более здоровыми людьми. Но, как мне кажется, если делать маленькие шаги, и наращивать эти «мышцы», и выбирать действительно хороших людей для участия для начала разговора о деньгах, то в конечном итоге удастся преодолеть табу, и вы обнаружите, что разговор о деньгах люди считают меня сумасшедшим.

Советы для преодоления тревоги. Что мы можем сделать, чтобы справиться с тревогой? Важно помнить, что наше стремление к социальной принадлежности, которое защищало нас с древних времен, часто проявляется через наши денежные дела.

Мы хотим быть частью чего-то большего, мы хотим принадлежать. Иногда это приводит нас к тому, что мы тратим на что-то, что не можем себе позволить, или отправляемся в путешествие, чтобы быть рядом с нашими друзьями.

Однако истина в том, что то, что действительно может привязать вас к вашему обществу и друзьям, это быть искренним с ними. Это может звучать как: "Знаешь, эта поезд-

ка звучит невероятно, но я не могу уделить ей целую неделю. Я присоединюсь к вам на выходных". Быть искренним, добрым и открытым, насколько вам это комфортно, углубляет дружбу и делает отношения более прочными.

Больше говорите о деньгах. Это уменьшит стресс, тревогу и тайну вокруг денег. Улучшение вашего финансового разговора – это ключ к вашему финансовому успеху.

Если тема денег вызывает у вас беспокойство, первым шагом может быть определение вашего отношения к деньгам и финансовым решениям. Используйте это как отправную точку для записей в дневнике или обсуждения с другом или родственником. Это поможет вам понять, почему вы стараетесь избегать денежных тем.

Возможно, вы обнаружите, что проблемы, с которыми вы сталкиваетесь, такие как закрытие банковского счета или покупка дома, уже были у кого-то другого. Будь то ваш родственник, друг, партнер или любой другой человек, с которым вы можете откровенно поговорить о деньгах, помните, что деньги – это переменная в нашей жизни. Они не являются неизменной или универсальной для всех вещью.

Если вы чувствуете, что у вас нет с кем поговорить о деньгах, вам повезло. Я видел, как в сети формируются потрясающие сообщества, которые затем переносятся в реальную жизнь.

Так что, куда бы вас не занесло в цифровом мире, обратите внимание на различные форумы или группы, которые

обсуждают финансовые вопросы, даже в контексте взаимодействия финансов и психического здоровья.

Но в конце концов, разговор о деньгах – это разговор о том, что вы чувствуете по отношению к деньгам. "Что для вас важно? Каковы ваши мечты, каковы ваши надежды?" Это всё замечательные темы для обсуждения, и все они начинаются с разговора о деньгах. Давайте прорвем этот "денежный замок молчания".

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.