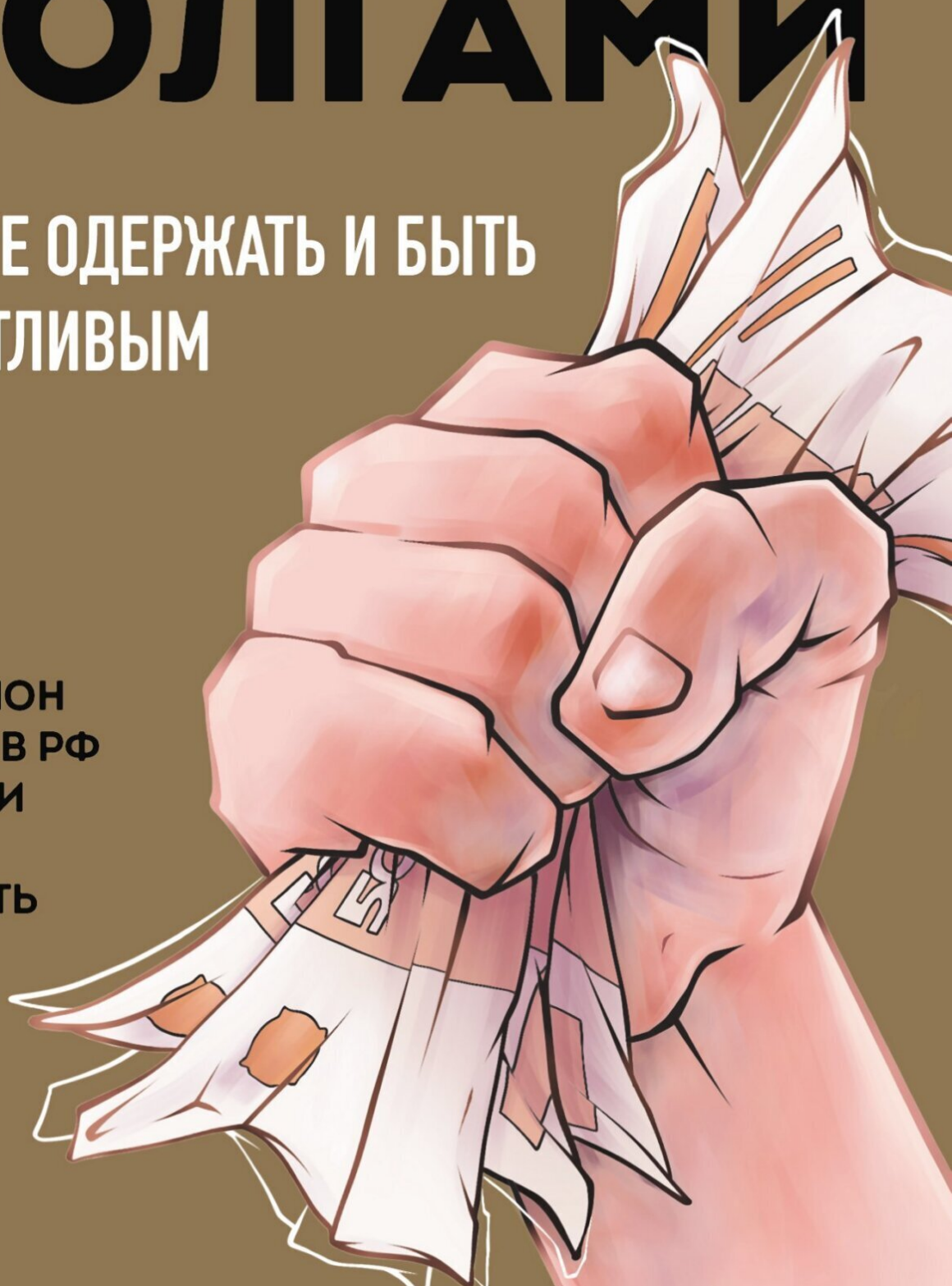


ПОБЕДА НАД ДОЛГАМИ

ИЛЬЯ КОПТЯЕВ

КАК ЕЕ ОДЕРЖАТЬ И БЫТЬ
СЧАСТЛИВЫМ

УЖЕ
МИЛЛИОН
СЕМЕЙ В РФ
СМОГЛИ
ЭТО
СДЕЛАТЬ



Бизнес. Как это работает в России

Илья Коптяев

Победа над долгами

«ЭКСМО»

2023

УДК 336.7
ББК 65.262

Коптяев И. Н.

Победа над долгами / И. Н. Коптяев — «Эксмо»,
2023 — (Бизнес. Как это работает в России)

ISBN 978-5-04-196593-8

Если вы или ваши близкие оказались в тяжелой финансовой ситуации из-за кредитов и займов, то эта книга станет для вас настоящей находкой. Внутри вы найдете свыше 30 реальных историй людей, которые оказались в схожих ситуациях. Узнаете, почему это произошло, а также получите ценные рекомендации и практические советы о том, как начать новую счастливую жизнь без долгов с чистого листа. Книга окажется полезной не только тем, кто уже не в состоянии выплачивать свои кредиты и займы, но и тем, кто стоит перед выбором, платить по долгам или нет. Всем хорошо знакомо выражение «от суммы да от тюрьмы не зарекайся». Независимо от вашего текущего успеха, никто не застрахован от возможных финансовых трудностей и долгов. Мало кто мечтает оказаться в такой ситуации, но знание причин и понимание, как правильно поступить в таких случаях, имеют жизненно важное значение. Эта книга написана основателем ведущей юридической компании, которая помогла уже более 8000 семьям выйти из плена долгов и начать новую, счастливую жизнь. Будьте уверены, вы тоже сможете добиться финансовой свободы на все 100%. В формате PDF А4 сохранен издательский макет.

УДК 336.7
ББК 65.262

ISBN 978-5-04-196593-8

© Коптяев И. Н., 2023

© Эксмо, 2023

Содержание

Введение	7
Притча о двух соседях	9
Часть 1. С чего все начинается	10
Глава 1. Судьбоносная встреча	10
История № 1. Некогда успешный	10
Глава 2. Жить на широкую ногу	16
История № 2. Не могла удержаться, или Привычка покупать	16
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Илья Коптяев

Победа над долгами

© Текст. Коптяев Илья, 2023

© Иллюстрации. Варава Мариана, 2023

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2023

* * *

Введение

Вы когда-нибудь мечтали **начать новую счастливую жизнь с чистого листа – без долгов, кредитов и займов**, которые висят на вас тяжелым грузом, лишая свободы и вдохновения?

Представьте, что **ваши долги исчезли, жизнь стала легкой, радостной и полной возможностей**. Вам больше не нужно ничего бояться, находиться в состоянии отчаяния, беспокоиться о финансовых проблемах. Все потому, что сейчас **вы находитесь на правильном пути**.

Преодолеть долговой капкан и обрести финансовую независимость – мечта многих. Но не все знают, как это осуществить. Не секрет, что главными страхами людей с непосильными долгами являются не только возможная юридическая ответственность, но и опасение за свою испорченную репутацию и даже жизнь в целом. Многие также боятся, что об их неразрешимых финансовых проблемах будут знать родственники, коллеги и друзья.

Все это навеивает различные неприятные мысли, которые влияют на дальнейшие действия, что часто приводит к обратному эффекту и только усложняет проблему. Ведь все люди разные. У кого-то нет близких, готовых поддержать в трудную минуту и помочь хотя бы морально. Кто-то не уверен в своих собственных силах, закрывает глаза на ситуацию и просто плывет по течению. Есть те, у кого внезапно возникла форс-мажорная ситуация впервые в жизни, и ее никак не получается решить.

Далее, нередко люди непроизвольно усугубляют свои финансовые проблемы, совершая ряд неправильных действий и даже ошибок. Тем самым они продолжают погружаться все глубже и глубже в пучину долгов, из которой все сложнее и сложнее выбраться. Есть и такие, для кого неразрешимые финансовые беды становятся фатальными. Некоторые задумываются не только о том, чтобы сбежать, переехать, исчезнуть, но и даже о суициде.

Давайте не будем о плохом.

Помните одно – **никогда не нужно отчаиваться и опускать руки**, какой бы сложной не была ситуация. Наш опыт по решению подобных проблем доказывает, что **выход найдется всегда**.

Теперь хочу вас обрадовать.

Вам можно забыть о переживаниях и бессонных ночах, проведенных в попытках разгадать секреты жизни без долгов. Эта книга написана специально для тех, кто находится в кредитной кабале и не знает, как выбраться из нее самостоятельно. Для тех, кто думает, что это невозможно сделать без тяжелых последствий. Считает, что его проблема уникальна, и не верит в наличие простой возможности разрешить ее навсегда и в полном объеме.

Прочитав эту книгу, вы не только познакомитесь с психологией должников и **научитесь контролировать ваши финансы**, но **сможете легко освободиться от долгов и начать новую счастливую жизнь с чистого листа**. Кроме того, в книге представлено более 30 реальных историй людей, которые смогли найти выход из тяжелых долговых ситуаций с нашей профессиональной помощью либо самостоятельно. Эти разнообразные примеры успешного преодоления финансовых трудностей **помогут вам набраться опыта, сил и мотивации для собственной борьбы с долгами**.

Хватит колебаться! **Пора одержать победу над своими долгами**, встать на путь настоящей свободы и сбросить со своих плеч тяжелые оковы долгов.

Эта книга – ваш личный компас, который укажет верный путь из мира финансовых проблем и нравственных страданий из-за долгов. Она покажет вам простой путь в светлое будущее, где постоянные хлопоты о том, как платить кредиты и возвращать займы, будут оставлены позади. Вы сможете не только получить опыт и преобразить финансовое мышление, но

и откроете для себя новые возможности. Главное – не отчаиваться, искренне верить в свои силы и идти вперед, шаг за шагом по предлагаемому пути.

И помните: ваша победа над долгами – это не только освобождение от финансовых оков, но и старт для счастливой, полноценной жизни. А теперь, вперед к своей победе!

Притча о двух соседях

В одной тихой деревушке жил мудрый старец, знаменитый своими вдохновляющими рассказами и полезными советами. Однажды к нему явился молодой человек, на лице которого ясно читались грусть и печаль. Молодой человек поделился со старцем своими проблемами, одолевающими его из-за тяжести денежных долгов, которые образовались по воле случая. Он просил наставления о том, как обрести счастливую жизнь.

Старик задумался на мгновение и произнес: «Разрешите рассказать вам притчу о двух соседях. Один из них всегда был веселым и счастливым, несмотря ни на какие долги и трудности, что встречались в его жизни. У него было множество друзей, и он всегда был готов поделиться последним кусочком хлеба. Второй же сосед – замкнутый и злой, постоянно ныл из-за долгов и бед. У него не было друзей, и он никогда не оказывал помощи окружающим».

Молодой человек перебил старца: «Да, я понимаю, главное – быть добрым и щедрым, несмотря на любые горести».

Старик улыбнулся и продолжил: «Да, но это лишь часть истины. Однажды общий знакомый решил их выручить и направил им письма, предлагая помощь в погашении долгов. Счастливый сосед сразу обратился к приятелю за поддержкой, и его долги были полностью закрыты. Но злой сосед не поверил добрым намерениям знакомого, поэтому продолжил лишь жаловаться и помощью не воспользовался. Его долги и прочие невзгоды дальше росли с каждым днем».

Молодой человек понял урок и мораль притчи, которая заключается в следующем: «Счастливая жизнь зависит не только от наших долгов, но и от нашего отношения к ним и окружающему миру. Будьте благоразумны, открыты к проявлениям доброты и не пренебрегайте возможностью получить так необходимую вам помощь».

Часть 1. С чего все начинается

Глава 1. Судьбоносная встреча

«Каким бы болезненным ни был опыт, потерять надежду – вот истинное несчастье».

Далай-лама XIV

Съемная двухкомнатная квартира. Работающий телевизор и плач детей из соседней комнаты создавали дополнительный шумовой фон, но совсем не приглушали откровенный разговор супругов на повышенных тонах, который быстро превратился в обычную семейную ссору со взаимными упреками. И где-то посреди скандала она произнесла фразу, затронувшую его до глубины души, пронзив стрелой и оставив надолго свой след. Звучала она так: «...даже после твоей смерти наши дети в наследство от тебя получают только твои долги!»

Как думаете, много ли желающих оказаться по уши в долгах? Ответ очевиден.

Тем не менее самое печальное состоит в том, что никто из нас не застрахован от разного рода финансовых проблем и нищеты. Даже если вы сегодня успешны и богаты, у вас все равно не может быть 100 %-ной гарантии того, что подобная трагедия никогда не произойдет! Именно поэтому так актуальна русская поговорка **«от суммы да от тюрьмы не зарекайся»**.

Иногда лучше знать заранее, из-за чего к людям приходят финансовые сложности и как не оказаться в такой ситуации. А тем, кто уже попал в глубокую долговую яму, – какие есть пути выхода из нее.

История № 1. Некогда успешный

Несколько лет назад в один из будних дней мне позвонил Сергей. По публикации в социальных сетях он узнал о моей командировке в Москве. Предложил увидеться и пообщаться за чашкой кофе. Меня удивило, что именно он инициировал встречу (чуть позже вы узнаете, почему я так поразился), но я, не показав виду, согласился. Сергей – мой давний друг детства, с которым мы вместе делали первые шаги в бизнесе. Например, в начале 2000-х годов, на старте мобильной телефонизации в России, мы, будучи студентами, занимались перепродажей дефицитных в то время мобильных аппаратов Nokia. Особенно хорошо уходила модель 3310, если кто-то ее помнит. Со временем Сергей оставил учебу в институте и полностью погрузился в предпринимательство, хотя уже в другой сфере. Ему это удавалось настолько хорошо, что вскоре он стал явно выделяться среди нас по своему материальному положению. У него появилось несколько процветающих бизнесов, он строил большой дом, часто путешествовал, владел роскошными автомобилями. У него была любящая семья: жена, которая полностью поддерживала его, и двое детей.

При этом он не хотел останавливаться на достигнутом в своей коммерческой деятельности, так как мечтал создать десяток успешных компаний, чем поделился со мной на нашей предыдущей встрече. Именно поэтому он с семьей переехал в Москву и полностью сосредоточился на делах с целью максимально заработать.

Постепенно наше общение с ним стало крайне редким. Поэтому, когда он неожиданно позвонил и предложил встретиться, я очень удивился. Судя по социальным сетям, у него все шло прекрасно, а его старые друзья из прошлого, видимо, остались позади. Я также поражаюсь тому, как парень из глубинки так быстро смог оказаться в кругу знаменитых лично-

стей. Он размещал десятки фотографий (селфи) с успешными гуру и известными предпринимателями.

Вернемся к нашей встрече в кафе. С первого взгляда я заметил его слегка неопрятный внешний вид. В глазах не было прежней уверенности. Мне показалось, что он потерян, причем глобально. Я сразу понял: наша беседа будет непростой, но не подал виду, широко улыбнулся и обнял его.

Не помню, с чего мы начали разговор, но он плавно перетек к тому, чем Сергей хотел со мной поделиться. Я даже вначале не понимал, почему именно со мной, ведь мы в какой-то момент потеряли ту дружескую нить, которая связывала нас раньше. Но потом до меня дошло, что ему просто больше не с кем разделить свои душевные переживания. Думаю, вы уже догадываетесь, к чему я веду? Позвольте продолжить рассказ.

Как оказалось, вся эта успешность была лишь видимостью. Она, словно песочный замок, начала разрушаться почти год назад, и в данный момент от нее не осталось и следа. Сергей рассказал свою трагическую историю: его дела пошли не так, как задумывалось, и задолженность по кредитам словно снежный ком неумолимо стала нарастать. Произошла череда неудач, а бизнес, который когда-то был источником его гордости и больших доходов, превратился в убыточный.

В итоге у моего приятеля:

- Остались долги по кредитам перед банками со штрафами и неустойками.
- Все кредитные карты, в том числе с овердрафтом,¹ были заблокированы.
- Появилась крупная задолженность перед налоговой инспекцией.
- Произошел развод с женой, которая устала от его проблем и отчаяния. В Москве она себя так и не нашла, поэтому уехала с детьми обратно в регион.
- Образовалась просроченная дебиторская задолженность перед контрагентами и партнерами, которые давали его ИП товары в рассрочку.
- Остались личные долги перед некоторыми физическими лицами.
- Проданы все активы, в том числе и дорогой автомобиль, чтобы закрыть часть долгов.
- Из имущества осталась только съёмная квартира в Москве, и через пару недель заканчивался срок ее аренды.
- Висела постоянная угроза неприятных встреч и общения с кредиторами и коллекторами. Судебные приставы тоже открыли исполнительное производство по взысканию долгов с него.
- Пропал сон, покой, уверенность в завтрашнем дне. Вместо них появились проблемы со здоровьем и ощущение полной безысходности, а также страх и желание скрыться от всего где-нибудь далеко.

Хочу заметить, что на тот момент больше всего Сергея беспокоила не задолженность перед банками и налоговой, не продажа люксового авто и даже не развод с женой. Сильнее всего он переживал из-за долгов перед людьми, которых он знал лично. В частности, перед деловыми партнерами и контрагентами, с кем он поддерживал многолетние взаимоотношения. Ведь они давно работали с Сергеем, доверяли ему и уважали. Он до последнего боялся их подвести и разочаровать. Это могло нанести удар по его имени и уничтожить репутацию порядочного предпринимателя, которую он выстраивал не один год.

В общем, итогами встречи я был потрясен. Много лет его социальные сети внушали окружающим только одну мысль: Сергей – счастливый предприниматель, он поймал свой «успешный успех».

¹ Возобновляемый краткосрочный кредит: когда на карте заканчиваются деньги, можно тратить деньги банка в рамках установленного лимита. При этом баланс карты уходит в минус.

На мое удивление, Сергей в подробностях рассказал, как оказался в такой тяжелой ситуации, но просить ему финансово помочь не стал. Да и при всем желании в таких размерах я не смог бы этого сделать. Тем не менее под конец нашего разговора ему морально стало легче, видимо, потому что много месяцев он все переживания держал в себе, ни с кем не делился, пытаясь убедить себя, что самостоятельно со всем справится. Ведь раньше всегда справлялся.

Я глубоко проникся его ситуацией и не выпускал ее из головы несколько дней. Именно в тот момент я решил сделать все возможное для того, чтобы найти хоть какой-то разумный способ помочь другу достойно выйти из тяжелой долговой ситуации.

История моего приятеля может показаться вам нетипичным случаем, но она иллюстрирует, что даже успешные люди способны легко попасть в ловушку финансовых долгов.

Именно разговор с Сергеем стал поворотным моментом, который в конечном итоге существенно изменил не только его жизнь, но и мою. Ведь я поставил перед собой задачу найти любые возможные решения для преодоления проблемы непосильных долгов.

Тщательно изучив все давно существующие и недавно появившиеся на тот момент законные способы избавления от долгов, кредитов и займов, разобравшись в них, я убедился, что выход есть. Он был единственно возможным и правильным, а главное – с минимальными последствиями для должников.

Несмотря на работу в то время в совершенно другой сфере, я принял решение основать федеральную юридическую компанию «Да! Банкрот». Ее основная цель заключалась в том, чтобы помогать людям, которые оказались в крайне тяжелой финансовой ситуации, законно и навсегда освободиться от своих долгов.

Спустя несколько месяцев – с нашей юридической помощью и моей дружеской поддержкой – Сергей освободился от всех долговых обязательств и начал новую счастливую жизнь с чистого листа. Он сменил сферу деятельности, перестал гнаться за максимальной прибылью, рискуя всем, и выбрал более творческую профессию, решив раскрыть в себе новые таланты.

За годы успешной работы мы с командой юристов слышали тысячи разных жизненных историй. К нам приходили опустившие руки люди, – застрявшие в тяжелом безденежье, находившиеся в полном отчаянии, а кто-то даже со свежими следами на шее от веревочной петли. Да, было и такое. Их ситуации настолько разные, что понять некоторых, казалось, было сложно. Однако, когда мы проводим предварительный анализ, принимаем решение и берем их под нашу защиту, то делаем все возможное, чтобы законно и безвозвратно освободить людей от рабства долгов. Стараемся вернуть им позитивный настрой и веру в счастливое будущее.

Единственное обязательное условие для людей, обращающихся к нам, – предельная искренность и честность. Здесь мы можем провести параллель с лечением в медицинской клинике. Когда пациент идет к врачу, нет смысла скрывать, недоговаривать или искажать информацию, потому что это нанесет вред здоровью. Точно так же и здесь: для тех, кто обратился за помощью в юридическую компанию, главной целью должно быть финансовое выздоровление. Многие клиенты называют нас финансовыми врачами. Мы ставим правильный диагноз и затем – как юридически, так и морально – помогаем излечиться от тяжелого недуга в виде непосильных долгов.

В процессе работы никто из нашей команды не допускает даже мысли о том, чтобы осуждать людей за то, каким образом и на что были потрачены заемные деньги. Мы предоставляем не только профессиональную помощь и гарантированный результат, но и высокий сервис и, конечно, конфиденциальность. Поэтому все имена героев реальных историй в этой книге были изменены.

В следующих главах вы ознакомитесь с самыми распространенными случаями, из-за которых большинство людей погрузилось в пучину долгов. Узнаете, из-за чего начинались их финансовые проблемы. Какие человеческие пороки, привычки или просто случайности в боль-

шинстве случаев оказываются критичными и загоняют людей в кредитную кабалу, из которой зачастую самостоятельно они уже выбраться не в состоянии.

Рекомендации этой главы:

- **Не отчаивайтесь и держите позитивный настрой.** Даже в самых безнадежных ситуациях есть возможность для изменений и улучшений. Укрепляйте веру в себя и свои способности. Относитесь к себе с пониманием и состраданием. Избегайте самокритики и негативных суждений. Заменяйте их позитивными утверждениями и вдохновляющими мыслями.



• **Учитесь на своих ошибках и становитесь лучше.** Промahi и неудачи являются частью жизни. Используйте их в качестве возможностей для получения опыта и развития. Попробуйте изменить образ мышления и проанализировать свои действия в прошлом. Примите необходимые меры и не совершайте тех же ошибок. Помните, что положительные перемены начинаются с малых шагов. Читайте вдохновляющие книги, осваивайте новые навыки,

занимайтесь спортом или медитацией. Найдите свою страсть, интересы и цели, чтобы создать мотивацию для перемен. Направьте собственную энергию на достижение этих целей.

- **Найдите поддержку.** Не бойтесь обратиться за помощью к друзьям, семье или профессионалам. Разделите с кем-то свои трудности и проблемы. Люди могут предложить вам помощь, советы и новые возможности. Иногда просто разговор с кем-то, кто вас понимает, может показать вам ситуацию в иной перспективе. Поддержка окружающих, а особенно тех, кто верит в то, что у вас все получится, очень важна в трудные времена.

- **Ищите новые возможности.** Иногда финансовые или моральные трудности могут распахнуть двери к новым возможностям. Будьте открыты, исследуйте различные пути выхода из сложившейся ситуации. Не бойтесь пробовать те способы борьбы с долгами, которые помогли уже тысячам других людей, когда-то находившимся в ситуации, похожей на вашу.

Далее мы рассмотрим причины, по которым многие россияне оказываются в кредитной тюрьме и потом не могут освободиться из нее сами.

Глава 2. Жить на широкую ногу

«Как много в мире есть вещей, которые мне не нужны».

Сократ

Есть люди, готовые потратить деньги на любую понравившуюся им вещь и часто совершают бессмысленные импульсивные покупки. Вы думаете, это относится только к тем, у кого денег куры не клюют? Вряд ли я удивлю вас, сообщив, что это не про них. Наш опыт подтверждает: многие совершают регулярные траты на заемные деньги, ни в чем себе не отказывая. В итоге эта пагубная страсть приводит к быстро растущим долгам, плавно и незаметно погружающим людей в долговую яму, из которой они самостоятельно выбраться не могут.

Давным-давно Платон сказал: «Бедность заключается не в уменьшении имущества, а в увеличении ненасытности».

Приведу один из многочисленных реальных случаев из нашей практики.

История № 2. Не могла удержаться, или Привычка покупать

Валентина Ивановна имела среднее медицинское образование и работала медсестрой в государственной поликлинике. Жила одна. Была у нее некая слабость, которая в итоге превратилась в зависимость и загнала ее в долговую кабалу. Каждые выходные Валентина Ивановна придумывала себе повод для того, чтобы сходить за покупками в ближайший торговый центр. Покупала там одежду, товары для дома и рукоделия, посуду, недорогую электронику, различные изделия из текстиля и много чего еще. Несмотря на то что у Валентины Ивановны в квартире было достаточно всего «полезного», из магазинов она никогда не уходила без покупок. И это были совсем не предметы первой необходимости, но она не могла отказаться от того, чтобы не положить в тележку новую «полезную вещь».

При каждой трате она чувствовала легкий прилив энергии и радости. К сожалению, этот эффект очень быстро проходил. Оказавшись дома и распаковав приобретения, она, как правило, уже чувствовала опустошение. Но наступал новый день, и вновь эту пустоту она стремилась заполнить маленьким недолговечным счастьем от новой покупки. Для оправдания себя у нее были заготовлены две народные мудрости: «Женщине для счастья нужна всего одна вещь, но каждый день новая» и «Шопинг – это лекарство, а на здоровье нельзя экономить». Вторую мудрость она повторяла с важностью, как медицинский работник.

Как вы понимаете, подавляющее большинство покупок она совершила за счет заемных средств. В день обращения к нам за помощью Валентина Ивановна имела более пяти полностью опустошенных кредитных карт различных банков, а также где-то с десятков непогашенных микрозаймов. Общая сумма долгов Валентины Ивановны составляла около 1 100 000 рублей.

Да, эта история не про траты на модные вещи, роскошные ювелирные изделия или изысканные рестораны. Однако мы видим, как обычная одинокая женщина, работающая медсестрой и имеющая средний достаток, не скупясь расходовала значительные средства на то, что ей хотелось. В итоге наша героиня увязла в трясине зависимости от излишних трат на саму себя. И пока кредитные возможности позволяли ей это делать, она не задумывалась о вероятных сложных последствиях, – жила на широкую ногу и одним днем.

Анекдот в тему:

«Трудно удержаться от траты денег на роскошь, когда тыходишь в сотню богатейших людей подъезда».

На первый взгляд, может показаться, что история нашей героини – нетипичный пример. Однако не буду скрывать: людей с подобными проблемами в нашей работе мы встречаем много. Имея легкий доступ к кредитным картам, рассрочкам и быстро-займам, немногие обладают силой воли и финансовой дисциплиной, чтобы не воспользоваться предоставленными им возможностями потратить заемные деньги на себя любимого. При этом люди часто теряют бдительность и чувство меры.

Не секрет, что **в последнее время множество россиян стали активно совершать покупки онлайн**. Удобная возможность приобретать любые товары и услуги с помощью телефона и интернета привела к тому, что теперь онлайн-покупки носят массовый характер. Одним из доказательств этого является чрезвычайно быстрое развитие в России маркетплейсов², таких как «Озон», «Вайлдберриз», «Яндекс Маркет», «СберМегаМаркет» и другие. Конечно, они на своих платформах внедряют технологии и инструменты, стимулирующие совершать покупок как можно больше, в том числе используя рассрочку и кредит.

Мотивация многих людей часто покупать вещи, которые им не понадобятся, понятна. Им просто хочется порадовать себя приятной новинкой, немного разнообразить серые будни. В основе этих порывов лежит желание кратковременной эйфории и счастья. Но при этом, если самостоятельно попытаться проанализировать причины трат на ненужные вещи, у большинства проскальзывает негативный внутренний отклик. Они не могут понять, почему так поступают, но при этом всегда пытаются приводить различные аргументы в свою защиту. К примеру, такие: «У меня все под контролем» или «Это никому не вредит». Кто-то, защищая свои привычки и не желая от них отказываться, часто находит удобное для себя оправдание, используя и такие достаточно распространенные фразы: «Один раз живем» или «Если хочется, то можно».

Следует также добавить, что многие ритейлеры³ и их хорошо обученные продавцы делают все возможное для выполнения планов продаж. Они используют заготовленные хитроумные уловки маркетологов, отсылки на модные тренды, прельщающие рекламные лозунги, яркие красочные упаковки, броские и креативные названия, акции, скидки, интересные выкладки товаров на полках и в интернет-магазинах. Да просто кучу всего, чтобы заманить нас в свои сети и продать поскорее и побольше. Чаше других попадают люди неискушенные и одинокие либо те, кто просто не может удержаться от очередной заманчивой покупки.

Самое удивительное, что под прессом профессионального воздействия маркетологов **импульсивные покупки по большей части совершаются бедными людьми, у которых, как правило, нет лишних денег**. Но эти люди не могут устоять перед соблазном порадовать себя какой-нибудь приятной мелочью, которая им очень скоро станет не нужна.

«Остерегайтесь незначительных расходов. Маленькая течь потопит
большой корабль».

Б. Франклин

В таких случаях я часто привожу в пример детей. Мы все знаем, как быстро чада теряют интерес к новой игрушке и уже на следующий день просят купить другую. Свои собственные дети – это особый случай, им так трудно в чем-то отказать, а просить они умеют достаточно профессионально. Недавно мы дома с детьми наводили порядок в их королевстве, и мне стало страшно даже считать, сколько денег затрачено на их детские шалости. Кучи различных спиннеров, поп-итов, более габаритные гаджеты, в которые они играли всего один-два раза. Един-

² Маркетплейс – платформа электронной коммерции, онлайн-магазин электронной торговли, предоставляющий информацию о продукте или услуге третьих лиц.

³ Ритейлер – это компания, которая занимается торговлей в розницу, поставляя продукцию и оказывая услуги конечному потребителю для его личных целей.

ственное мое утешение было в том, что все эти игрушки куплены не на последние сбережения и тем более не в кредит.

Так вот, хочу сказать, что подобно детям ведут себя многие взрослые – после покупки быстро забывают и теряют всякий интерес к своим игрушкам.

Поэтому очень важно осознавать, что **эффект от импульсивных подарков самому себе действует очень недолго.**

Может быть, далеко не все осознают масштаб проблемы, но чрезмерные траты – это как вредные привычки (алкоголь или курение). Например, если употреблять спиртное регулярно, то уже вскоре появляется зависимость, а затем, как правило, это переходит в определенную стадию алкоголизма.

Привычка постоянно совершать покупки в итоге не приносит людям столько счастья, сколько может принести страданий.

Некоторые, наверное, знают: такое расстройство у людей называется ониоманией⁴ или более известным в народе словом «шопоголизм». И несмотря на то что это достаточно распространенная проблема во всем мире, официально такой болезни не существует. Большинство специалистов считают ониоманию чем-то вроде модной тенденции и просто относят ее к признакам слабохарактерности человека. Например, как если мы не можем преодолеть свою тягу к сладкому.

Часто в эту группу попадают люди, регулярно испытывающие стресс, страх и уныние. Также **к преобладающим причинам ониомании относятся недостаток внимания и ощущение одиночества**, которые, в свою очередь, возникают под влиянием заниженной самооценки. Ведь человек, являясь социальным существом, постоянно нуждается в эмоциональном общении. Для него важно, чтобы его выслушали, поддержали и помогли справиться с трудностями. Именно это, как ничто другое, способствует избавлению от унылых мыслей и придает уверенность в себе.

Какое-то время назад на одном из кабельных каналов я увидел передачу⁵, где люди с синдромом Золушки помогали расчищать захламленные ненужными вещами дома людям с синдромом Плюшкина. Мне так понравился этот проект, что мы всей семьей затем посмотрели несколько серий. После чего я сделал три вывода, которыми с вами и поделюсь:

- Большая часть главных героев – явно с ониоманией. Они не могли остановиться и в итоге захламляли свои дома так, что невозможно было пройти из одной комнаты в другую.
- Как правило, это были одинокие люди, которые покупали вещи за счет кредитных средств.
- В силу того, что много лет они не могли справиться с проблемой сами, им помогали те, кто в силу своих иных расстройств, в частности ОКР⁶, производили в их жилище генеральную уборку не хуже профессиональных клининговых агентств.

Очевидно, что импульсные расточительные покупки без меры, особенно в кредит, в итоге отравляют жизнь, и единственно верный путь – отказаться от этого неразумного потребления.

Более 2500 лет тому назад известный древнегреческий мудрец Хилон сказал: «Истрачивая деньги на ненужное, ты мало будешь иметь их на необходимое».

⁴ Ониомания – непреодолимое желание что-либо покупать без необходимости, ради удовольствия от самого процесса покупки.

⁵ ТВ-передача «Помешанные на чистоте» (канал TLC).

⁶ Обсессивно-компульсивное расстройство – это психическое расстройство, которое проявляется в наличии комплекса повторяющихся нежелательных мыслей и страхов (обсессивность), приводящих к патологически цикличным действиям (компульсивность). Часто присутствует педантичность и маниакальное стремление к чистоте.

В нашей работе по освобождению людей от тяжелого долгового бремени встречается много интересных и разнообразных жизненных ситуаций. Например, нередко случаи, когда люди совершают расточительные и крупные траты, взваливая на свои плечи непосильную ношу в виде длительных долговых обязательств. Они покупают не только вещи, но и нематериальные блага. Важно отметить, что делают они это не из желания удивить и похвастаться чем-то перед окружающими (это мы рассмотрим в главе «Понты дороже»), а именно для себя любимых.

К таким крупным нематериальным тратам за счет кредитных средств относятся, например, следующие:

- **Свадьба в кредит.** Молодые семьи часто так начинают свою совместную жизнь. За единственный веселый торжественный день они потом подолгу выплачивают сумму с процентами. Особенно умиляет то, что ежегодная статистика по бракоразводным процессам в России показывает величину более 70 %⁷. В тех парах, которые попали в эту печальную статистику и развелись, часто долговое бремя несет только один из них – тот, на кого и был оформлен кредит до брака. Не считите это сексизмом, но в большинстве случаев эти страдальцы – мужчины.

- **Кредит на отдых.** Чаще всего это дорогостоящие путевки в теплые страны. Даже неделя путешествия за границу обходится недешево, а тем, кто берет на это кредиты и займы, приходится потом расплачиваться достаточно долго.

⁷ По данным ЕМИСС, в России в 2021 году распалось 70 % браков (73 % в 2020 году).



- **Отличительные особенности вышеуказанных поступков – отсутствие острой необходимости в этих тратах и, как правило, непреодолимое желание жить на широкую ногу.**

Если подобного рода проблема касается и вас, но вы считаете, что масштабы ее не катастрофические, вам будет полезно знать, как это минимизировать или полностью обрести свободу.

Вот несколько рекомендаций этой главы, которые уже многим помогли:

- **Осознать проблему.** Если вы признаете наличие зависимости от лишних импульсивных покупок, то считайте, что вы уже наполовину победили свою проблему.

Как сказал Д. Ларсон: «Ошибаться свойственно человеку; а признаваться в ошибках – только сверхчеловеку».

- **Делать паузы.** Когда вы видите слишком выгодное и заманчивое предложение, от которого тяжело отказаться, – в этот момент задумайтесь, не пытаются ли вами управлять и поймать на крючок. Перед покупкой нужно взять паузу, взвесить все за и против, а еще лучше переспать ночь с мыслью «действительно ли мне так нужна эта вещь?». Если к утру вы не отказались от этой идеи, то я бы порекомендовал вам переспать с этой мыслью еще раз.:))

- **Заменить.** Один из хороших способов – найти себе новое увлечение или придумать хобби, заменить одну радость на другую. Вспомните, что вам нравилось делать раньше, или подумайте, чем бы еще вы могли себя увлечь, чтобы получать удовольствие и положительные эмоции.

- **Минимализм.** Часто помогает фраза, которую я мысленно произношу перед совершением покупки: *«Лишняя вещь – лишняя забота»*. Ее давно используют японцы, считая, что, уменьшив количество собственного имущества, можно вернуть себе то время, которое крадет у нас обладание вещами.

- **Список покупок.** Перед походом в торговый центр или покупками в интернет-магазинах заранее составьте список и строго ему следуйте.

- **Помощь специалиста.** Если самостоятельно вы не смогли справиться с зависимостью, попробуйте обратиться за консультацией к хорошему психологу, который сможет вам помочь.

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.