

# МОСКОВСКИЙ РИЭЛТОРСКИЙ ФОРУМ 2026

Тема выступления:

Кошелёк под прицелом:  
где мои деньги?

Наталья Колбасина

## Наталья Колбасина

### Руководитель корпоративных программ благополучия сервиса «ФинЗдоровье»

- Финансовый консультант
- Бизнес-психолог
- 20 лет опыта
- 60 000 + участников курсов и программ
- Эксперт на РБК, ТВ, СМИ
- Автор и ведущая тренингов по личным финансам
- Автор и эксперт курсов издательства «МИФ», Т-Учебника, СберСовы
- Автор книг «Трачу и приобретаю», «Деньги будут с тобой»

<https://t.me/kolbasinafinance>



**Вы хотите, чтобы  
в вашей жизни  
стало больше  
денег?**

**ДА!**



**Кто чувствует, что  
деньги утекают,  
как вода сквозь  
пальцы?**



**Готовы узнать,  
почему ваши  
деньги утекают  
непонятно куда?**



## Где вы теряете деньги?



Представьте, что ваши финансы - это тарелка. В ней ваши ресурсы - всё, что вы зарабатываете, сохраняете и приумножаете. Если в ней есть «дыры», деньги утекают, даже при высоких доходах.

### 3 ключевые зоны:

1. **Я** (ваши навыки и финансовая осознанность)
2. **Коммуникации** (отношения и окружение)
3. **Эмоции и вера** (ваши установки)

### Что будем делать?

- Я задаю вам вопросы.
- Ответ «**Нет**» = делаете дырку в тарелке (зубочисткой).
- Проверим, **сколько ресурсов удержала ваша тарелка!**

## Круг «Я»

1. У меня есть финансовые цели на год?
2. У меня прописаны цели на 2, 3, 5 и более лет?
3. Я знаю сколько денег мне нужно для счастья?
4. Я планирую бюджет на месяц, год?
5. У меня редко бывают авралы на работе и дома?
6. Я следую режиму дня и высыпаюсь, чувствую себя хорошо?
7. Я чувствую себя счастливым/ой здесь и сейчас?
8. Я регулярно веду и оптимизирую бюджет?
9. У меня есть личный финансовый план, который я реализую?
10. Я люблю свою работу? (Если нет - большая дыра в центре круга!)

## Круг «Я и другие люди»

1. Я умею выяснять потребности клиентов/ работодателя, коллег.
2. Я умею просить о помощи.
3. Я умею продавать свои навыки, услуги/время.
4. Я прошу достойную цену за свои услуги/время, и не продаю их дешево.
5. Я умею делегировать.
6. Мое окружение - люди, которые вдохновляют и поддерживают, а не критикуют и тянут «вниз».
7. Я умею давать людям обратную связь.
8. Я умело использую свой имидж, чтобы зарабатывать больше.

## Круг «Я и окружающий мир»

1. Я умею воодушевлять себя
2. Я искренне считаю, что каждый человек умеет творить
3. У меня есть любимое хобби, и я выделяю время, чтобы им заниматься
4. Я умею управлять своими эмоциями, развиваю свой эмоциональный интеллект
5. Я легко нахожусь наедине с собой
6. Я умею анализировать свой опыт и извлекать ценные уроки из любых ситуаций
7. **Я чувствую вкус жизни здесь и сейчас**
8. Я верю, что есть силы, большие, чем человек

**Ваша финансовая тарелка - это воронка.**

Вода – ваши деньги.

Чем больше в тарелке дыр  
(бессистемных трат), тем быстрее они  
утекают, даже при большом доходе.

**Сколько останется у вас?**



**К какому  
финансовому  
результату  
привели вас эти  
дыры-утечки?**

**Ваше текущее  
финансовое состояние -  
не случайность,  
а закономерный  
результат ваших  
действий.**

# Диагностика финансового здоровья

Показатель	Нормативное значение	Ваш результат
Наличие финансовых целей	<ul style="list-style-type: none"> <li>Цели сроком до года</li> <li>Цели сроком &gt; 1 года</li> <li>Вы знаете стоимость цели и срок ее достижения</li> </ul>	
Коэффициент личной финансовой эффективности	<ul style="list-style-type: none"> <li>Какой процент от доходов откладываю на цели</li> </ul> $\frac{\text{Доходы} - \text{Расходы}}{\text{Доходы}} * 100\%$ Норм. значение > 10%	
Наличие финансовой подушки безопасности	<ul style="list-style-type: none"> <li>В размере 3-х мес. суммы расходов семьи</li> </ul>	
Показатель долговой нагрузки на бюджет	<ul style="list-style-type: none"> <li>Какой процент от доходов идет на выплаты по кредитам</li> </ul> $\text{ПДН} < 25\%-30\%$	
Собственный капитал	<ul style="list-style-type: none"> <li>Активы минус обязательства &gt; 0</li> </ul>	

**5 показателей финансового здоровья** – это как проверка сбалансированности вашего рациона 💪

**Чего не хватает вам?**

# Ваш финансовый сценарий

## Закопался как крот

- Доходы < Расходы
- или ПДН > 30%-50%
- Накоплений нет
- Долги не уменьшаются или растут
- Жизнь в стрессе и тревоге

## Кручусь как белка в колесе

- Доходы = Расходам
- Денег хватает на текущие нужды
- На накопления и инвестиции свободных денег нет

## Ползу как черепаха

- Доходы > Расходы
- На накопления идет >10% доходов
- Есть финподушка
- Сохраняю, но не приумножаю деньги

## Мудрая сова

- Доходы > Расходы
- Умею зарабатывать, сохранять, приумножать
- Есть финансовый план
- Финподушка на 3-6 мес. Регулярно инвестирую

# Ваш финансовый сценарий



По какому финансовому сценарию я живу?



А по какому сценарию хочу жить?

## Как изменить свой финансовый сценарий?

1. Что болит больше всего?  
Выбрать 1-2 показателя финздоровья, с которыми вы будете работать в ближайшие 3-6-12 мес.
2. Составить план простых и понятных действий.
3. Каждый месяц подводить итоги и отмечать успехи.

Что конкретно делать по каждому из сценариев?

- Кротам – аудит и план выхода из долгов.
- Белкам – стабилизировать финансы.
- Черепахам – начать инвестировать.
- Совам – растить и защитить капитал.

Каждый сценарий – новая ступенька на лестнице финансового благополучия!

## Подводим итоги

Финансовое благополучие - пошаговый путь от проблем к росту

### 3 этапа:

1. «Тушим пожары» → ликвидируем угрозы (долги, отсутствие финансовой подушки).
2. Стабильность → создаём систему (бюджет, накопления, страховки).
3. Рост → приумножаем капитал (инвестиции, пассивный доход).

**Маленькие регулярные шаги дают устойчивый результат.**

**Начните с самого важного сегодня!**

## **Три первых шага для улучшения вашего финансового здоровья**

1 ...

2 ...

3 ...

## Материалы и подарок

все материалы и  
клуб  
ФинЗдоровье

### Клуб «ФинЗдоровье»



открытая среда для личного финансового развития и благополучия с поддержкой и вниманием к каждому участнику!



Для взрослых, детей и всей семьи!



<https://культура-денег.рф/freshup>

# Ваши вопросы!

розыгрыш книги

Заходите на канал «Культура денег»,  
открывайте последний пост и пишите  
в комментариях:

1. Что для вас было самым ценным  
на треке по личным финансам?
2. Что забираете с собой в реальную  
жизнь?



Тема выступления:

Кошелёк под прицелом:  
где мои деньги?

Наталья Колбасина

Контакты:

<https://vk.com/npkolbasina>

<https://t.me/kolbasinafinance>