

АЛЕКСАНДРА ЖАБЯНСКАЯ

# УДАЛЕНКА

## КАК УЙТИ В ОНЛАЙН

РИСКНУТЬ  
ПОПРОБОВАТЬ  
ОСТАТЬСЯ



Бизнес-психология (Питер)

Александра Жабьянская

**Удаленка. Как уйти в онлайн**

«Питер (Айлиб)»

2025

УДК 331.102.323  
ББК 65.9(2)242.1

**Жабьянская А.**

Удаленка. Как уйти в онлайн / А. Жабьянская — «Питер (Айлиб)», 2025 — (Бизнес-психология (Питер))

ISBN 978-5-4461-4446-4

Желание жить лучше – это то, что объединяет сотни тысяч людей по всей стране. От Калининграда до Петропавловска-Камчатского, от Балтийска до Сочи огромное число женщин ищут подходящую работу. Им важно получать достойные деньги, но пахать в две смены без выходных и не видеть семью они не согласны. Книга поможет найти идеальную работу и реализовать свои мечты. Александра Жабьянская, популярный блогер, онлайн-предприниматель, специалист по удаленной работе, рассказывает, как устроено онлайн-пространство и откуда там появляются деньги. Вы сможете разобраться, что выбрать: удаленную работу, фриланс или бизнес. Книга мотивирует стремиться к лучшей жизни и большему заработку, чтобы достойно обеспечивать себя и своих близких, дает конкретные рекомендации и упражнения, благодаря которым читатель получит ощутимый результат быстрее и легче. Издание адресовано всем, кто интересуется темой удаленной работы, онлайн-заработка или переходом из офлайна в онлайн.

УДК 331.102.323

ББК 65.9(2)242.1

ISBN 978-5-4461-4446-4

© Жабьянская А., 2025

© Питер (Айлиб), 2025

# Содержание

Введение	6
Глава 1. Почему деньги в онлайн	8
Глава 2. Кому точно не нужно в онлайн	11
Конец ознакомительного фрагмента.	15

# **Александра Жабьянская**

## **Удаленка. Как уйти в онлайн**

© ООО Издательство «Питер», 2025

© Серия «Бизнес-психология», 2025

© Александра Жабьянская, 2025

\* \* \*

## Введение

Пухлая пачка бумаг с грохотом упала на стол Татьяны. Девушка, до того момента внимательно смотревшая в ноутбук, подпрыгнула. Над ней нависла сморщенная дама, пахнувшая тяжелыми духами.

– Опять пасьянс раскладываешь? – гневно затрубила она. – А твой отчет, между прочим, нужно переделывать.

Дама ткнула в папку ногтем с облупленным лаком, повернулась на каблуках и, на чем свет стоит ругая Татьяну, вышла из кабинета. Густо покрасневшая Таня, подтянув к себе отчет, скрылась за монитором. Как стыдно: эту сцену видели коллеги, разделявшие с девушкой кабинет.

\* \* \*

Опустив опухшие ноги на холодный кафельный пол, Света тихо застонала. С восьми утра она еще ни разу не присела. В зале было полно людей и куча работы. Чтобы взять паузу, Свете пришлось спрятаться за стеллажами с товаром. Больше всего девушка ждала обеда. Ну и что, что он длится 15 минут! Зато она наконец сможет посидеть.

Телефон Светы недовольно зажужжал. Ей в очередной раз звонили из деканата.

Пришлось брать трубку:

– Алло, – прошептала девушка, чтобы никто из коллег не услышал: говорить по телефону в рабочее время было запрещено.

– Светлана, вы на парах когда появитесь? – возмущенно спросили на том конце.

– Мне поставили четыре смены подряд, – застонала Света. – Простите, что опять пропускаю. Если я не выйду на работу, меня уволят. А скоро за квартиру платить. Вовремя не внесу деньги – меня выселят...

– Вовремя не сдадите курсовые – вас отчислят!

\* \* \*

Ольга присела на корточки рядом с рыдающей на весь магазин девочкой лет пяти.

– Настенька, солнышко, ну прости. Я не могу купить тебе эти краски. Они слишком дорогие.

Девочка повисла у Ольги на шее и, захлебываясь слезами, стала умолять:

– Мамочка, ну пожалуйста! Я больше ничего не буду просить. Можешь ничего мне не дарить на Новый год и даже на день рождения. Я нарисую самую красивую картину для тебя, только купи.

Ольга в отчаянии сама готова была заплакать, потому что денег на покупку у нее просто не было.

Что объединяет эти на первый взгляд такие разные истории?

В жизни трех наших женщин есть сложности, связанные с работой.

- Начальник-тиран, для которого уважение – пустой звук.
- Неудобный график и жесткие условия работы.
- Низкая зарплата и постоянная нехватка денег.

С этими и многими другими проблемами люди сталкиваются каждый день. Может быть, в подобной ситуации находитесь и вы?

Книга, которую вы держите в руках, станет ключом к выходу из замкнутого круга рутины и недовольства своей работой. Если, конечно, вы готовы открыть дверь.

Только представьте: как было бы здорово не тратить на дорогу по два часа в день, выполнять творческие задачи, иметь возможность в любой момент заняться своими делами, уделять достаточно времени себе и близким людям и зарабатывать при этом больше!

Вам может показаться, что все это невозможно. Вы все еще считаете, что единственный путь к лучшей жизни – работать до потери сознания в надежде, что вас когда-нибудь повысят. Но у меня есть гораздо более действенный рецепт.

Давайте знакомиться. Меня зовут Александра Жабьянская, и я работаю на результат.

Я много работала «на дядю» в офисе, но в 2014 году мне это надоело. Благодаря природной работоспособности, старанию и гибкости я достигала для компании поразительных результатов и с нуля развивала новое направление. Как думаете, мои старания кто-нибудь оценил? Не буду грести всех под одну гребенку. В коллективе меня любили, да и руководство компании заметило мою вовлеченность.

А вот с непосредственным начальником после повышения характерами мы не сошлись. В конце концов мне пришлось уволиться из компании, работе в которой я отдала несколько лет. Знаете, что я почувствовала тогда? Пустоту. Потому что после долгого пути в сухом остатке у меня не было ничего, кроме бесценного опыта. А опыт, как говорится, на хлеб не намажешь. Пришлось вновь засучить рукава и с головой погрузиться в новое направление.

«Нужно открывать свое дело», – решила я.

Мой первый бизнес – продажа железобетонных столбов и проводов СИП из Беларуси. Я заключила контракты и возила продукцию в Московскую, Калужскую и Тверскую области. И делала я это, находясь в Ярославле на своей кухне. Можно сказать, это была моя первая удаленная работа. Тогда я и оценила ее достоинства: не быть привязанной к офису, самостоятельно создавать уютное пространство для работы, не просиживать кресло с девяти до шести, планировать время, в первую очередь исходя из собственных потребностей, задавать комфортный для себя темп работы. Единственным недостатком было отсутствие стабильности. Контракты заключались не каждый день. Предположить заранее, как скоро я смогу найти нового заказчика, было невозможно. Такой формат работы определенно подходит не всем.

Однажды я задумалась: можно ли работать из дома, при этом имея определенную стабильность и безопасность? О такой жизни мечтают многие, но мало кто понимает, как к этому прийти. Я перепробовала множество вариантов, пока не выбрала лучший.

В 2017-м появилась моя Академия интернет-профессий «Ракета». К 2024 году мы уже обучили более 5000 студентов. Наши ученики не просто обзавелись полезными знаниями и навыками, получили сертификаты и дипломы, но также прошли оплачиваемую стажировку и были трудоустроены в разные компании. Я же сказала, что работаю на результат – и это результат моих студентов.

В октябре 2023 года я сделала рекордные 10 000 000 рублей чистыми. Это лучшее подтверждение, что мое дело нужно людям. Удаленная работа востребована, а мой подход результативен. У меня есть четкое понимание, что и как нужно делать, чтобы преуспеть в онлайн. И сейчас моя задача – помочь вам разобраться в этой теме.

## Глава 1. Почему деньги в онлайн

Деньги – это ресурс, позволяющий людям с разным уровнем комфорта жить свою жизнь. Когда я говорю слово «деньги», что вы представляете? О чем думаете? Какая фраза первой всплывает у вас в голове?

- «Денег всегда не хватает».
- «Чтобы много зарабатывать, нужно много работать».
- «Деньги не главное в жизни».
- «Деньги портят людей».

Напишите свое:

---

Деньги среди людей распределяются неравномерно. Во все времена была категория, в руках которой находилось значительно больше средств. Обратимся к истории. Лихие 90-е развязали руки криминальному бизнесу, поэтому деньги были у бандитов. Помимо разбоя, они занимались спекуляциями, что, несмотря на осуждение общественности, приносило деньги. В «нулевые» власть давала возможность активно зарабатывать, и деньги оказались у политиков. А еще через 10 лет самыми богатыми людьми стали предприниматели. Открывать бизнес решались рискованные люди, те, кто хотели жить лучше, отличаться от других. И пусть не всем удавалось сорвать куш, шанс много зарабатывать был именно у тех, кто начинал свое дело.

Сегодня можно с уверенностью утверждать: деньги находятся в интернете. Судите сами: большая доля торговли перетекла в онлайн. Кто-то, конечно, еще посещает привычные всем торговые точки. Но для многих людей поездка в торговый центр и поход по магазинам стали скорее развлечением, чем необходимостью. Большую часть покупок люди с легкостью совершают с помощью компьютера или смартфона. В интернете можно найти продукты питания, одежду и обувь, а также многочисленные изделия ручной работы. Онлайн мы с легкостью приобретаем товары не только из соседнего магазина, но и из любого города нашей страны и даже из-за рубежа. Продажи через интернет идут космическими темпами, бизнесы, долгие годы существовавшие в офлайне, меняют направление развития. Все взоры устремлены в цифровое пространство, которое позволяет аккумулировать деньги онлайн-предпринимателям.

Можно выделить еще одну категорию людей, которая зарабатывает больше других. Они имеют огромные обороты, а в качестве прибыли показывают суммы с шестью-семью нулями. Их деятельность считается самой привлекательной среди молодежи. К ним приковано внимание миллионов глаз. Их обсуждают, их критикуют, им подражают. Никто не станет спорить, что сегодня деньги сосредоточены в руках блогеров.

**Аудитория, внимание и доверие – это новое золото!** Если у вас есть аудитория, вы никогда не будете бедными. Если люди наблюдают за вами и доверяют вам, это очень легко можно монетизировать.

А если кого-то все же одолевают сомнения, я готова доказать свою правоту. Ответьте честно, сколько времени ежедневно вы проводите в интернете? Чем вы там занимаетесь?

Интернет-магазины даже у постоянных клиентов отнимают совсем немного времени. К тому же большинство пользователей открывает их не каждый день. А вот социальные сети – другое дело. Каждый день миллионы людей заходят туда, чтобы расслабиться, отдохнуть и узнать последние новости. В соцсетях сегодня многие общаются и просвещаются. Большое количество разнообразного контента позволяет чуть ли не каждому человеку найти что-то интересное для себя.

Если вы проводите в соцсетях 3–5 часов в день, при этом не ведете блог или ведете, но не зарабатываете на нем, это повод задуматься. Возможно, вам стоит перенаправить свое

внимание с бессмысленного залипания в ленте на работу в онлайн и начать получать за это от 70 000 рублей.

«Не верю!» – с интонацией Станиславского скажут сейчас скептики. Многим действительно работа в интернете кажется лохотроном. Несмотря на то что онлайн – давно не новое направление, люди почему-то до сих пор в него не верят. Конечно, проще поверить гаданию на кофейной гуще или пророчеству, попавшемуся в печенье с предсказаниями, чем в то, что можно заработать, просидев пару-тройку часов в телефоне. Нет, нужно пойти на завод, отпахать две смены подряд, кое-как донести себя до дома... И вот тогда, может быть, у вас будет приличная зарплата. За долгие годы все настолько привыкли к этой норме, что не готовы увидеть что-то другое.

За годы ведения блога я общалась с самыми разными людьми и поняла, что многим проще по старинке тянуть ляжку и страдать, чем взять и упростить себе жизнь. Звучит нелогично, но это проявляется даже на бытовом уровне.

Одна моя знакомая не могла разрешить себе купить робот-пылесос. Она ежедневно убирала в квартире, тратя больше часа. Сказать, что этот процесс не доставлял ей никакой радости, – ничего не сказать. Она с гораздо большим удовольствием прогулялась бы со своим двухлетним сыном, почитала бы книгу или просто посмотрела сериал. Но каждый день моя подруга вновь и вновь бралась за громоздкий пылесос с аквафильтром и, таская его за собой по квартире, устраняла следы жизнедеятельности своей семьи из пяти человек. Я несколько раз советовала ей завести робота-помощника, но она протестовала. При этом финансовая возможность у нее была всегда. Причину такого странного поведения я поняла, когда поговорила с подругой по душам. Оказалось, что возможность делегировать уборку просто не вписывалась в ее картину мира.

«Я же не лентяйка какая-нибудь, – сказала мне подруга. – Разве я не могу пропылесосить? Это занимает не так много времени. И плевать, что нужно убирать каждый день. Моя мама тоже пылесосит регулярно. Ну и что, что спина болит. Моя бабушка вообще полы без швабры мыла. На коленях. А мне что, трубой поводила – и все готово».

У многих из нас есть родовые программы и паттерны поведения, которые диктуют нам, как жить. Именно они блокируют потенциал.

**Но мы не обязаны жить так же, как наши мамы, бабушки и кто бы то ни был еще!** Времена меняются, появляются новые возможности, ими нужно пользоваться. Вы же не занимаетесь собирательством? А ведь у каждого из нас есть очень далекие предки, которые только так находили себе пропитание. Охота тоже осталась в прошлом. Все мы ходим за продуктами в магазин. Сейчас есть онлайн. Если он может облегчить вашу жизнь, почему бы им не воспользоваться?

Сотни тысяч людей уже зарабатывают в интернете. Здесь нет волшебства или обмана. И удача чаще всего здесь совершенно ни при чем. Люди просто выполняют работу, которая нужна для нормального функционирования онлайн-бизнеса. Может быть, и вам пора попробовать?

Онлайн-торговля и ведение блогов сегодня – прибыльное дело. Но, разумеется, это отнимает много времени и требует вложений. Оба направления в разной степени сопряжены с рисками. Это подойдет не каждому.

Так как же быть тем, кто ни блогером, ни онлайн-предпринимателем не является и становится не планирует? Возможно, вы не стремились набрать аудиторию и никогда не хотели ничего продавать онлайн. Что делать? Как извлечь пользу из этой информации?

Проведу аналогию. Представьте, что в поисках работы вы заглянули на сайт с вакансиями и нашли два подходящих варианта. Условия на первый взгляд примерно одинаковые. Но в первом случае вакансию разместила крупная известная компания с большими оборотами, а во втором – стартап. Что вы предпочтете?

Речь здесь не о престиже фирмы, а о гарантиях, которые вы получаете, устраиваясь на работу. В этом случае на весах окажется ваша стабильность. Высока вероятность, что стартап не «выстрелит», а следовательно, не заработает денег. И тогда вам ничего не заплатят. В лучшем случае вы получите деньги за отработанное время, которое будет недолгим. Если стартап изначально не проспонсирован деньгами хотя бы на год, вы выбираете кота в мешке. То ли дело работа в крупной фирме, у которой финансовая ситуация уже определена. Понимаете, к чему я клоню?

Запомните важную мысль: **работать нужно на того, у кого есть деньги.** Тенденция очевидна. Заработать самому можно, приближаясь к тем, кто успешно развивается в онлайн.

Сейчас блогеры делают деньги на вашем внимании. Именно вы, зрители, формируете их статистику: увеличиваете просмотры, дарите лайки, оставляете комментарии. И чем более вы активны, тем богаче блогеры. Они продают *ваше* внимание, рекламируя всевозможные товары и услуги. А еще они сами создают продукты, которые вы также покупаете. Так формируются доходы, и деньги из ваших карманов переходят в онлайн.

Онлайн-бизнес многим кажется черной дырой, в которую утекают финансовые потоки, чтобы затеряться в кулуарах веб-адресов. На самом же деле он очень похож на классический офлайн-бизнес.

Представляете, как устроена, например, пекарня? Предприниматель арендует помещение. Он выбирает место, где в течение дня проходит большое количество людей. Дальше, чтобы это помещение превратить в пекарню, нужно закупить оборудование: печи, столы и стулья, витрины и все-все-все, что нужно для того, чтобы испечь самые вкусные булочки. Затем предприниматель нанимает персонал. Ему нужны пекарь (может быть, и не один), кассир, уборщица, бухгалтер. Осталось установить снаружи красивую вывеску. Все. Можно открывать двери и начинать продажи. Люди, проходящие мимо, нет-нет да и заглянут в новую, только что открывшуюся пекарню, и если булочка окажется вкусной, а цена – приятной, они вернуться. Предприниматель каждый месяц будет получать прибыль, а с нее оплачивать расходы (например, аренду, закупку продуктов) и выдавать зарплаты сотрудникам. То, что осталось, хозяин пекарни сможет забрать себе.

То же самое происходит в онлайн. Блог в соцсети – та же пекарня на оживленном перекрестке. Люди блуждают на просторах сети и в какой-то момент целенаправленно или случайно заходят на страницу блогера. Смотрят. Подписываются. Покупают. Зачастую этого не видно, но в блогах тоже ведется командная работа. За контентом, который вы читаете/слушаете/смотрите каждый день, стоит не один человек. В онлайн-проектах чаще всего занята целая команда, которая трудится ради высоких доходов и так же, как в офлайне, получает зарплату.

Принципы бизнеса в офлайне и онлайн одинаковы. Внутри действуют аналогичные правила и работают одни и те же механизмы. И онлайн-работа абсолютно такая же, как в офлайне, – не нужно лишь ходить в офис. В остальном все очень похоже. Переходя работать в онлайн, вы лишь устремляетесь туда, где сейчас есть деньги.

К тому же один из принципов моей работы – универсальность. Я определила те навыки, которые максимально востребованы на рынке в любые времена. Мне удалось адаптировать их для работы в онлайн. Именно этому вот уже больше семи лет обучает моя школа.

## Глава 2. Кому точно не нужно в онлайн

За годы работы мне удалось достигнуть определенной известности. В одном из моих блогов на момент написания этой книги уже более 400 тысяч человек. Все они так или иначе проявляли интерес к работе в онлайн, но далеко не каждый сделал шаг навстречу новой возможности. Почему? Ведь это шанс кардинально изменить жизнь!

Я против «успешного успеха», который лишает критического мышления, как и против волшебных таблеток, которые подходят всем и лечат от любых болезней. Поэтому открыто заявляю: не каждому человеку нужно идти в онлайн. Кому-то комфортнее будет остаться на привычной классической работе и ничего не менять. Это будет выбор. Решение, за которым стоят последствия. Есть и те, у кого банально не получится построить карьеру в интернете.

Хорошая новость: вы заранее можете определить, стоит ли именно вам попробовать себя в онлайн. Прислушивайтесь к своим ощущениям. Очень скоро вы поймете, отзывается ли вам то, о чем я пишу.

Кто же те люди, которые готовы перейти на удаленную работу? Как вы их себе представляете? Что подсказывают ваши ощущения?

Большинство, скорее всего, представят девушку лет 18. Свободную. Необремененную семьей и детьми – чтобы можно было все свое время уделять онлайн и не бояться рисковать. Продвинутую. Ту, которая уж точно разберется во всех современных нюансах. Но реальность с этим портретом расходится.

По статистике, которая ведется в моей школе, средний возраст людей, осваивающих онлайн-профессии, – 28 лет. Как правило, они осознанно подходят к своему выбору. Эти люди уже достаточно попробовали, приобрели жизненный опыт и отчетливо понимают, что перемены неизбежны. Они знают, чего хотят, и идут к своим целям. Большинство моих учеников – женщины. Практика показывает, что они легче идут на риск и охотнее окунаются в новое направление, в первую очередь ради своих детей.

Беременность и рождение ребенка особенно мотивируют женщину. Многим кажется, что это период особой уязвимости. Может быть, для кого-то так, но в моей практике именно появление детей максимально вдохновляет женщин. Во многих из нас будто запускается резервный генератор: творить, реализовываться и достигать высот хочется еще больше, чем обычно.

Вы удивитесь, но самый большой кейс в моей практике сделала как раз мама в декрете. Ей удалось заработать 330 000 рублей за месяц. Столько не зарабатывают многие мужчины, впахивая по две смены! Вдумайтесь, этот результат показал человек, который изначально даже не был уверен, что сможет пройти обучение.

Перспектива учиться с ребенком на руках многих пугает: за малышом нужен глаз да глаз. А как уделять ему достаточно времени, если твои глаза будут в мониторе, в телефоне или в записной книжке?

Да и сами молодые мамы, казалось бы, большую часть времени пребывают не в ресурсном состоянии. Колики, зубки, пеленки, распашонки, подгузники, первые синяки и шишки. Когда тут грызть гранит науки? Кажется, что успеть все не получится. Но совмещать материнство и работу в онлайн оказалось более чем реально. Мои ученицы это подтверждают.

**Александра Куренева, 35 лет, удаленный сотрудник из Саратовской области, г. Петровск**

Никогда не забуду, как первый раз встретила с Александрой вживую. У меня был грудничок на руках, а она сказала мне, что у меня огромный потенциал для развития. Подумать только, она оказалась права!

Когда я увидела рекламу бесплатного марафона Александры, тут же присоединилась. Это было очень актуально для меня. Хотелось работать, самореализовываться. Внутри этого марафона проходил конкурс, в котором можно было выиграть бесплатное наставничество у Александры на три месяца. Желающих было много, и борьба развернулась нешуточная. Но я поставила себе цель и выиграла.

На обучении я получала уйму пользы. Это был настоящий глоток воздуха. Я впитывала новую информацию как губка. Чувствовала себя ребенком, который познает этот мир. И ничего, что мне 35.

Моей точкой А было нулевое состояние: я не верила в себя, жила на помощь от государства и зарплату супруга. Собственного заработка у меня не было, и я понятия не имела, куда могу себя применить, кроме воспитания детей, которых у меня, кстати, двое.

Обучаться удаленной работе мне было страшно, потому что стоимость курса была немаленькая. Но я решилась.

Сейчас понимаю, что те знания и опыт, которые я получила, бесценны. Благодаря им я работаю удаленно, помогаю людям, а заодно продолжаю прорабатывать свои страхи (можно сказать, непрерывно расту). Я кайфую от жизни и от своей работы. Я занимаюсь тем, что приносит огромное удовольствие и хороший заработок – от 70 000 рублей.

Это слова не только одной вдохновленной ученицы. В 2023 году Центр по изучению современной семьи при Университете Техаса провел масштабный анализ влияния удаленной работы на женщин с детьми. В отчете было собрано более 20 количественных и качественных исследований, охватывающих разные страны и профессии.

Ученые пришли к выводу, что переход на удаленный формат особенно положительно влияет на женщин, совмещающих работу с уходом за ребенком. Гибкий график и отсутствие необходимости ежедневно ездить в офис позволяли женщинам более эффективно управлять своим временем, а значит, оставаться активными в профессии, не теряя одновременно присутствия в семье.

Кроме того, исследование показало, что удаленная работа способствует более равному распределению домашних обязанностей, особенно в тех семьях, где мужчины тоже имеют гибкий или частично дистанционный график. То есть женщинам становится легче не только сохранить карьеру, но также укрепить семейные отношения и создать баланс в паре<sup>1</sup>.

Большинство женщин переходят на удаленку, чтобы зарабатывать, оставаясь рядом со своей семьей, видеть, как растут дети, и иметь возможность позволить себе и близким все самое лучшее. В среднем мои ученицы выходят на доход 70 000–80 000 рублей в течение 3–4 месяцев, лучшие – до 200 000 рублей в течение 6–8 месяцев.

Обучая людей, я пришла к выводу, что лучшие результаты показывают те, кому это больше всего нужно. Человек с сильной мотивацией даже с более сложной стартовой позицией опередит других. Мамы, которым нужно кормить и одевать своих детей (а еще радовать их и заботиться об их будущем), тому лучшее подтверждение.

В каждой женщине есть огромное количество энергии. Так было всегда! Просто раньше этот запас расходовался иначе. Наши далекие предки тратили силы на труд в поле, наши бабушки – на физически тяжелую и длительную по времени работу на заводах, как и многие из наших мам. В большинстве из нас еще свеж отпечаток советской закалки родителей – они

---

<sup>1</sup> The Council on Contemporary Families, University of Texas at Austin. COVID-19 and Gender Equality: Remote Work and the Future of Dual-Earner Households, 2023.

целыми днями пропадали на работе, чтобы прокормить семью. И конечно, много энергии во все времена уходило на быт.

Совсем недавно было время, когда одежду стирали руками. Белое белье кипятили в кастрюле на газу. А чтобы убрать в квартире, на коленках обползали всю ее площадь. Сегодня, когда стирку, мытье посуды, уборку и прочие традиционно женские обязанности нам облегчает бытовая техника, свой потенциал можно направить на самореализацию. И неважно, сколько вам лет.

Удаленная работа позволяет людям лучше понять себя и найти дело по душе. Эта идея подтверждается и научными исследованиями. Согласно теории ERG Клейтона Альдерфера, потребности человека делятся на три группы: существование, связи и рост. Удаленная работа предоставляет гибкость и автономию, а потому помогает удовлетворить потребности в росте, позволяя людям развиваться и профессионально, и личностно. Это особенно актуально для тех, кто стремится к поиску своего призвания.

Мы живем в удивительное время. Возраст сейчас играет минимальную роль. Общаясь с человеком, ты не всегда можешь понять, сколько ему лет. Красотке, с которой вы вместе пьете кофе в центре города и болтаете обо всем, может оказаться как 25, так и за 40. Бородатому хипстеру на «лексусе», что подмигнул тебе на светофоре, может быть 30, а может и под «полтос». Сегодня выглядеть молодо может любой человек.

**Все зависит от состояния. Работая над своим состоянием, люди добиваются большего не только в работе. Они получают бонус в виде более высокого качества жизни.**

Циничное понятие «возраст дожития» постепенно уходит в историю. Потому что, сколько бы вам ни было лет, вы можете вести достойную, полную и счастливую жизнь. Это возможно при целенаправленной работе над собой. Для меня это отдельная задача, точка приложения усилий. Например, я ежедневно отслеживаю, в каком состоянии просыпаюсь утром. У меня есть своя система.

Каждый день я ставлю пометки. Это помогает анализировать, что в жизни приводит меня к счастью, что дарит энергию, а что, напротив, лишает сил. Для обозначения состояния я использую эмодзи. Так мои действия напоминают игру и не напрягают. Выполняя эту простую практику каждое утро, я постепенно становлюсь ближе к своей цели. Рекомендую и вам попробовать.

**В ресурсном состоянии, наполненный энергией и вдохновленный человек способен сделать себя счастливым, когда пожелает.**

Иметь активную жизненную позицию можно в любом возрасте – вот почему студентами моей академии становятся самые разные люди.

Если я скажу, что женщины в возрасте 55+ востребованы на рынке онлайн, вы мне поверите? А это так! Это открытие я совершила за время взаимодействия с компаниями, которые нанимают студентов моей онлайн-школы. Топовые проекты ждут наших выпускников, так как работы в онлайне сегодня очень много. И если в офлайне сотрудницы старше 55 лет – люди предпенсионного возраста, в онлайне на них смотрят как на перспективные кадры. Чаще всего это люди с большим жизненным опытом и высочайшим уровнем ответственности. Они дорожат своим местом. Им можно доверить особенно важные задачи и рассчитывать на прекрасное их выполнение.

Может быть, где-то ваш возраст играет не в вашу пользу, но точно не в онлайне. Возможно, когда вы устраиваетесь администратором в салон красоты, прожитые годы будут ощутимым недостатком. Но в онлайне и женщина предпенсионного возраста, и студентка первого курса равны!

**Онлайн – это пространство борьбы со стереотипами.**

Возможность добиться успеха в онлайне есть у всех. Но не все готовы воспользоваться этим шансом и изменить жизнь к лучшему. Почему? Для меня выгоды удаленной работы неоспоримы. Сегодня уже ничто не может заставить меня вернуться в офис. Но не все так явно видят преимущества онлайн. Что же удерживает людей от, возможно, самого главного прорыва в их жизни?

Для того чтобы написать эту главу, я на день вернулась на работу по найму. Мне хотелось вновь прочувствовать эмоции, которые я сама испытывала, работая «на дядю». В ходе этого эксперимента мне удалось убедиться в правильности своего решения. Я вспомнила, что именно заставило меня рискнуть, и в очередной раз сказала себе спасибо.

В обувном магазине утром вообще не было клиентов. Спустя два часа после открытия к нам зашел первый покупатель, который, впрочем, уже через несколько минут перекочевал в другой отдел. Все это время я была вынуждена находиться на рабочем месте. Чтобы не сидеть без дела, я поправила обувь на витринах, перепроверила коробки на складе, и все равно у меня осталась куча непродуктивного времени.

Поработав онлайн, сразу понимаешь ценность своей свободы. Я снова почувствовала, что прожигаю день зря. Сажу на рабочем месте и ничего не делаю, хотя могла бы погулять с мужем, сходить на фитнес и вообще делать все что угодно в свое удовольствие. Я привыкла работать, когда хочу, а не когда надо. Вот вам первый нюанс: **у человека не получится добиться успеха в онлайне, если его нужно заставлять работать**

## **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.