

Домашний бюджет на месяц:

тетрадь расходов
и решений



Мария Вересова

**Домашний бюджет на месяц:
тетрадь расходов и решений**

«Автор»

2026

Вересова М.

Домашний бюджет на месяц: тетрадь расходов и решений /
М. Вересова — «Автор», 2026

Когда деньги приходят в разные дни, счета меняются, а часть расходов возникает неожиданно, месячный бюджет полезнее строить от фактов, а не от идеального плана. Эта тетрадь помогает увидеть доступные деньги, ближайшие обязательства и решения текущего периода. Внутри 55 практик: стартовый финансовый снимок, календарь поступлений и платежей, резервирование, учёт ежедневных и нерегулярных трат, возвратов, наличных и общих расходов. Для обычного, перегруженного месяца, периода с неопределённым доходом или пропуском записей предложены отдельные маршруты. Готовые формы, недельные обзоры, комплект из 12 страниц, быстрый вариант на одном листе, учебный пример и ситуационные разборы позволяют выбрать нужную глубину учёта. Полный, упрощённый и аварийный режимы можно менять по ходу месяца.

© Вересова М., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Как пользоваться этой тетрадью	5
Что считать месяцем	6
Минимальный набор данных	7
Три режима ведения	8
Нейтральный язык вместо вины	9
Обозначения, которые используются в книге	10
Четыре правила подсчёта	11
Маршруты работы с тетрадью	12
Обычный месяц	13
Месяц с неопределённым доходом	14
Месяц с большим числом общих расходов	15
Перегруженный месяц	16
Месяц после финансового сбоя	17
Четырёхнедельный ритм	18
До начала или в первый день	18
После первой недели	19
В середине месяца	20
После третьей недели	21
В последние дни	22
Часть I. Настройка месяца	23
Практика 1. Граница текущего месяца	23
Практика 2. Финансовый снимок первого дня	24
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Домашний бюджет на месяц: тетрадь расходов и решений

Как пользоваться этой тетрадью

Эта книга помогает разобраться с конкретным ближайшим месяцем, а не с «идеальными финансами вообще»: какие деньги придут, какие платежи уже известны, какие нерегулярные расходы могут возникнуть, на что уходят деньги каждый день и какие решения предстоит принять сейчас.

Здесь нет инвестиционных рекомендаций, обещаний быстро исправить доход, советов по выбору кредитов или налоговых схем. Если у вас есть просрочки, судебные требования, риск отключения жизненно важных услуг, угроза потери жилья, сложные долги или спорные обязательства, используйте тетрадь, чтобы собрать факты. Решение таких вопросов лучше принимать с профильным специалистом и по актуальным официальным документам.

Главное правило тетради: каждая запись должна помогать сделать следующий выбор, а не служить контролю ради контроля. После каждой записи задавайте один вопрос: «Что эта информация меняет в моих действиях в этом месяце?» Иногда ответ — «ничего», и это тоже полезный результат.

Что считать месяцем

Периодом может быть календарный месяц, отрезок от зарплаты до зарплаты или другой устойчивый цикл длиной примерно четыре–пять недель. Важно выбрать одну границу и не менять её посреди работы. Если деньги приходят несколько раз, месяц всё равно остаётся единым периодом; внутри него отмечают даты поступлений.

Минимальный набор данных

Для старта достаточно пяти вещей:

сумма денег, доступная на первый день периода;

ожидаемые поступления и их даты;

обязательные платежи и крайние даты;

ежедневные траты хотя бы крупными категориями;

решения, которые нельзя откладывать до следующего месяца.

Не требуется восстанавливать всю финансовую историю. Начните с текущего положения. Если часть данных неизвестна, запишите диапазон или отметку «уточнить» с конкретной датой проверки.

Три режима ведения

Полный режим подходит, когда вы готовы записывать каждую трату и раз в неделю проводить подробный обзор.

Упрощённый режим учитывает только остаток, обязательные платежи и несколько крупных категорий. Он надёжнее подробного учёта, который ведут от случая к случаю и вскоре забрасывают.

Аварийный режим нужен в перегруженные недели. В нём вы фиксируете только поступления, обязательные списания, крупные траты и остаток. Когда нагрузка снизится, вернитесь к обычному режиму, не восстанавливая каждую мелочь.

Нейтральный язык вместо вины

Вместо «потратил слишком много» пишите наблюдаемое: «на доставку ушло 4 200 рублей, это на 1 700 больше выбранного ориентира». Вместо «я безответственный» — «три платежа не были внесены в календарь». Число и действие можно изменить; обвинение мешает увидеть решение.

Обозначения, которые используются в книге

Доступно сейчас— деньги, которыми можно распоряжаться в данный момент.

Ожидается— поступление, которое вероятно, но ещё не пришло.

Зарезервировано— сумма, которую вы не считаете свободной, потому что она предназначена для конкретного платежа.

Свободный остаток— доступно сейчас минус ближайшие зарезервированные платежи.

Нерегулярный расход— расход, который возникает не каждый месяц или меняется настолько, что его трудно считать фиксированным.

Решение месяца— выбор, который меняет сумму, дату, объём или способ оплаты в текущем периоде.

Четыре правила подсчёта

1. Ожидаемое поступление указывают в плане, но не прибавляют к доступным деньгам до фактического зачисления.

2. Перевод между своими счетами, снятие наличных и пополнение своей карты не считают ни новым поступлением, ни расходом. Расход возникает, когда деньги действительно потрачены.

3. Покупка остаётся расходом до момента фактического возврата или компенсации. Полученную сумму записывают отдельно и связывают с исходной операцией.

4. Зарезервированная сумма может физически находиться на обычной карте, но не входит в свободный остаток.

Для общей сверки используйте формулу:

Расчётный остаток = стартовый подтверждённый остаток + фактически полученные поступления – фактически оплаченные расходы.

Внутренние переводы в эту формулу не входят. Если расчётный и фактический остатки не совпадают, сначала ищите пропущенную операцию, двойной учёт, комиссию, наличные или платёж в обработке. Не исправляйте категории вымышленными строками.

Если вы не планируете проходить все пятьдесят пять практик подряд, сначала выберите подходящий маршрут и рабочий ритм в следующих двух разделах.

Маршруты работы с тетрадью

Пятьдесят пять практик не нужно выполнять подряд за один вечер. Выберите маршрут, который соответствует ситуации месяца. Номера ниже ссылаются на основные практики книги и не образуют дополнительных упражнений.

Обычный месяц

В начале периода выполните практики 1, 2, 7, 8, 9, 14 и 22. Они задают границы, остаток, даты, поступления, счета и способ записи. В конце первой недели используйте практики 46–48. В середине месяца вернитесь к практикам 31–40 и разберите одну категорию или одно решение. За пять дней до конца начните практики 51–55.

Такой маршрут занимает мало времени, потому что большая часть записей делается один раз, а затем обновляется по факту. Не нужно каждую неделю заново переписывать весь план.

Месяц с неопределённым доходом

Сначала выполните практики 2, 7, 8, 10, 11 и 14. Стройте два расчёта: на подтверждённых поступлениях и на подтверждённых плюс вероятных. Решения, которые возможны только во втором расчёте, помечайте как условные.

Раз в несколько дней обновляйте не общий «прогноз месяца», а короткий отрезок до следующего надёжного поступления. Главные вопросы такого месяца:

- какой платёж наступает раньше денег;
- какая сумма уже зарезервирована;
- какое поступление ещё нельзя считать доступным;
- какое необязательное решение зависит от поступления;
- кто должен уточнить дату или сумму.

Месяц с большим числом общих расходов

Используйте практики 5, 41–45 и карточку общего расхода. Для каждого платежа достаточно согласовать предмет, сумму, доли, того, кто платит первым, и срок компенсации. Не превращайте общий реестр в журнал личных покупок участников.

Лучше один раз в неделю закрывать взаимные расчёты, чем обсуждать каждый небольшой перевод. Исключение — крупные суммы, по которым задержка компенсации меняет возможность оплатить обязательный счёт.

Перегруженный месяц

Начните сразу с аварийного режима. Выполните практики 2, 7, 10, 11 и 49. Записывайте только движения, влияющие на безопасность текущего месяца: поступления, обязательные списания, крупные покупки, общие расходы и остаток перед ближайшим платежом.

Когда нагрузка снизится, не переходите автоматически в полный режим. Сначала проверьте, нужен ли подробный учёт для какого-либо решения. Если нет, упрощённого режима достаточно до конца периода.

Месяц после финансового сбоя

Если уже есть пропуски, неожиданные списания или несоответствие остатков, начните с практик 2, 12, 26, 27, 29 и 50. Цель — получить надёжную точку отсчёта на сегодня. Восстанавливайте только ту часть истории, которая помогает найти ошибку, возврат, общий расход или обязательный платёж.

Четырёхнедельный ритм

До начала или в первый день

Сделайте снимок на начало месяца, внесите поступления и счета, проверьте нерегулярные события и выберите режим учёта. При необходимости ограничьте первый проход примерно сорока минутами. Всё неясное переносите в список уточнений, а не превращайте в повод отложить начало работы.

После первой недели

Проверьте даты, фактические поступления, прошедшие счета и одну категорию. Пересчитайте резерв до следующего надёжного поступления. Измените максимум два решения.

В середине месяца

Посмотрите на свободный остаток и события следующих двух недель. Закройте общие компенсации, уточните неизвестные счета, выберите судьбу одной необязательной покупки.

После третьей недели

Перейдите от планирования к завершению: проверьте последние авто списания, ожидаемые возвраты, операции на границе периода и остаток на обязательные расходы.

В последние дни

Сделайте предварительный итог, затем закройте категории, сохраните рабочие решения и перенесите незавершённые вопросы. Не пытайтесь искусственно потратить «оставшееся по категории» и не создавайте жёстких ограничений на следующий месяц только ради красивой цифры.

Часть I. Настройка месяца

Практика 1. Граница текущего месяца

Зачем

Если использовать разные границы, записи становятся несопоставимыми. Эта практика задаёт один рабочий период и помогает однозначно отнести платёж к текущему или следующему месяцу.

Сделайте

1. Выберите первый и последний день периода.
2. Запишите, почему эта граница удобна: календарь, дата основного дохода, семейная договорённость или иной устойчивый цикл.
3. Отметьте все поступления, которые могут попасть на границу периода. Не переносите их мысленно: укажите фактическую или ожидаемую дату.
4. Определите правило для операций на границе периода. Например: покупка относится к дню оплаты, а не к дню доставки; возврат учитывается в день фактического зачисления.

Запись месяца

Период: с ... по ...

Основная причина выбора границы: ...

Операции на границе, которые нужно проверить: ...

Моё правило учёта оплаты и возвратов: ...

Проверка результата

Вы можете однозначно ответить, входит ли любая дата в текущий период. Если нет, уточните правило сейчас, а не при подведении итогов.

Практика 2. Финансовый снимок первого дня

Зачем

План начинается с реального положения на сегодня, а не с будущей зарплаты. Снимок отделяет доступные деньги от ожидаемых и от сумм, которые уже имеют назначение.

Сделайте

Запишите остатки во всех местах, откуда вы действительно оплачиваете повседневные расходы: наличные, основные карты, отдельный семейный счёт, электронный кошелек. Не включайте имущество и средства, которыми не собираетесь пользоваться в этом месяце.

Затем для

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.