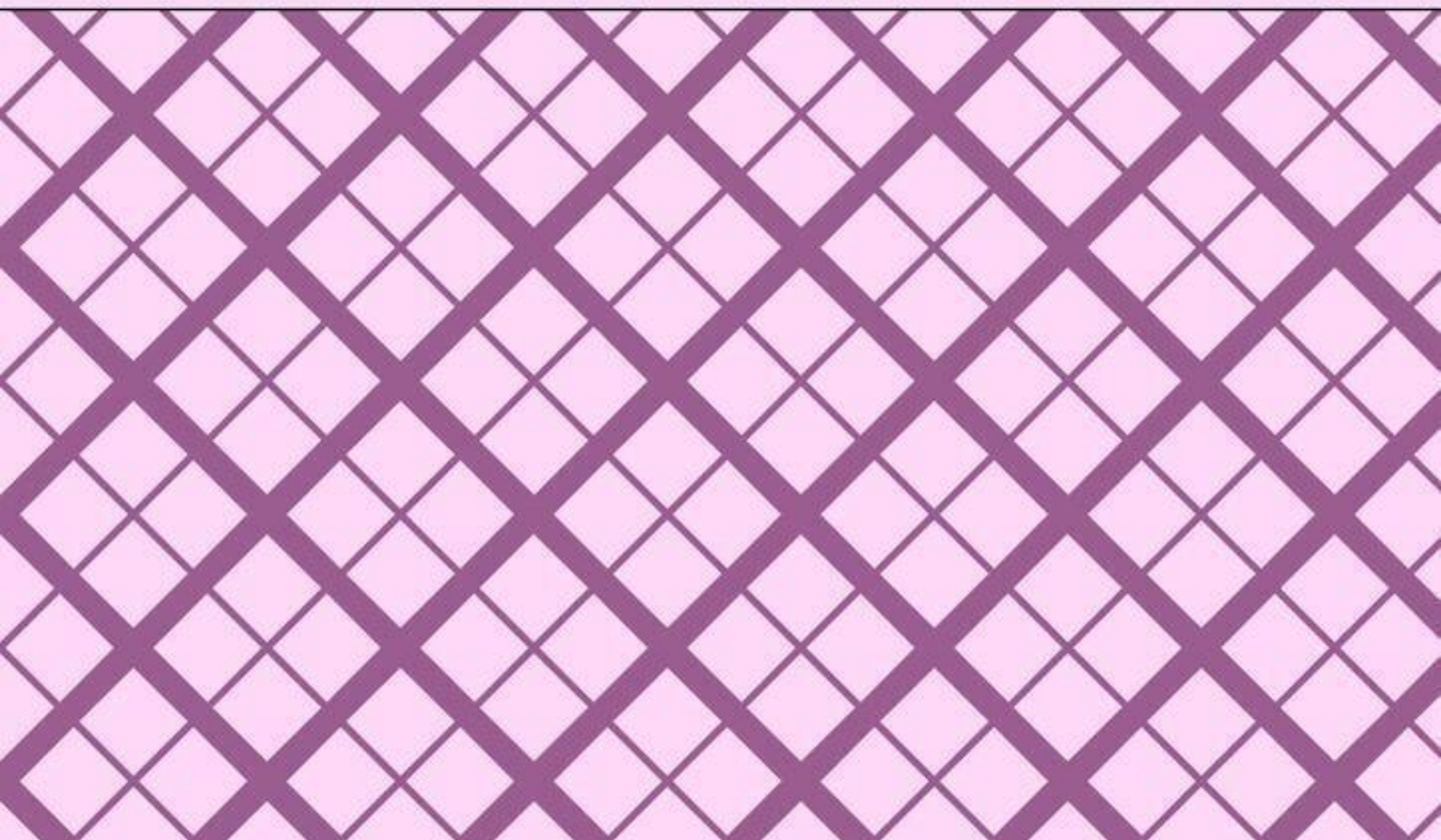


12+

Наталья Иваненкова

Комбо- стратегия

Как женщине за 50 перестать бояться
увольнения, создать три источника дохода
и начать жить в своё удовольствие



Наталья Иваненкова

**Комбо-стратегия. Как женщине
за 50 перестать бояться
увольнения, создать три
источника дохода и начать
жить в своё удовольствие**

«Издательские решения»

Иваненкова Н.

Комбо-стратегия. Как женщине за 50 перестать бояться увольнения, создать три источника дохода и начать жить в своё удовольствие / Н. Иваненкова — «Издательские решения»,

Вам за 50. Вы работаете годами, а денег едва хватает. Впереди — мизерная пенсия. Мысль «неужели это всё?» не даёт спать. Автор книги, Наталья Иваненкова, прошла этот путь сама. Сегодня её доход — 120 000 рублей из трёх источников: офлайн, онлайн и сетевой бизнес. Эта книга — не теория. Это пошаговый план на 12 месяцев для обычной женщины, у которой нет стартового капитала, команды ассистентов и двадцатилетней прыти. Не поздно. Не стыдно. Не страшно. Начните сегодня.

© Иваненкова Н.

© Издательские решения

Содержание

КОМБО-СТРАТЕГИЯ	6
2. Цифры, которые режут глаз	9
Конец ознакомительного фрагмента.	12

Комбо-стратегия Как женщине за 50 перестать бояться увольнения, создать три источника дохода и начать жить в своё удовольствие

Наталья Иваненкова

© Наталья Иваненкова, 2026

ISBN 978-5-0070-7284-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

КОМБО-СТРАТЕГИЯ

Как женщине за 50 перестать бояться увольнения, создать три источника дохода и начать жить в своё удовольствие

Об авторе

Наталья Васильевна Иваненкова — менеджер по работе с холдингами в одной из ведущих российских телекоммуникационных компаний. За плечами 23 года в найме, из них 15 — в крупном телекоме. Она знает, что такое офисная рутина, бесконечные совещания, руководство с меняющимся настроением и чувство «а что дальше?».

В 53 года, за 7 лет до пенсии, Наталья поняла: так больше нельзя. Она начала искать выход. Методом проб и ошибок, через страх и усталость она создала свою «Комбо-стратегию» — систему из трёх источников дохода, которая приносит ей 120 000 рублей в месяц и, главное, спокойствие и свободу.

«Комбо-стратегия» — её первая книга. Она написана для тех, кто устал бояться и готов изменить свою жизнь. Без розовых соплей, без обещаний «миллиона за месяц». Честно, по делу, с верой в каждую читательницу.

Аннотация

Вам за 50. Вы работаете годами, а денег едва хватает. Впереди — мизерная пенсия. Мысль «неужели это всё?» не даёт спать.

Автор книги, Наталья Васильевна Иваненкова, прошла этот путь сама. Два года назад она сидела на кухне и плакала от безысходности. Сегодня её доход — 120 000 рублей из трёх источников: офлайн, онлайн и сетевой бизнес.

Эта книга — не теория. Это пошаговый план на 12 месяцев для обычной женщины, у которой нет стартового капитала, команды ассистентов и двадцатилетней прыти.

Не поздно. Не стыдно. Не страшно. Начните сегодня.

ВВЕДЕНИЕ: Когда одного источника дохода недостаточно

1. Та самая тишина в голове

Знаете тот момент, когда вы остаётесь одна в тишине? Не засыпаете, а просто сидите на кухне после рабочего дня. Голова гудит от цифр, отчётов и бесконечных совещаний. Тело ноет от кресла, в котором вы провели 23 года. И тут вас накрывает мысль: «А что дальше?»

Не так давно я представила свой завтрашний день: офисная рутина, руководство, которое считает, что делает мне одолжение зарплатой, и чувство, что жизнь проносится мимо, как рекламные щиты за окном электрички. Я работаю, чтобы платить по счетам. А счета приходят, чтобы я снова шла на работу. Замкнутый круг.

А теперь представьте обратное. Вы теряете работу. Но внутри — тишина. Не паника, а спокойствие. Потому что через день вы уже знаете, где заработать на продукты. А через неделю — на ипотеку. У вас есть не одна соломинка, а целый стог, на котором вы лежите в тени. Это не фантастика. Это комбо-стратегия. И это единственное, что за последние два года вернуло мне вкус к жизни.

2. Мой личный ад под названием «Найм»

Меня зовут Наталья. Мне 53. Я из того поколения, для которого «стабильная работа» была синонимом «хорошей жизни». Последние 15 лет я работаю менеджером по работе с холдингами в одной из ведущих российских телекоммуникационных компаний. До этого были другие места, но суть одна: офисная рутина, руководство, которое считает, что делает мне одолжение зарплатой, и чувство, что жизнь проносится мимо.

Каждое утро я чувствую себя не специалистом, а роботом. Офисная рутина, долгая дорога, 8 часов выполнения чужих задач, чтобы к вечеру просто рухнуть на диван. Зарплаты едва хватает, чтобы свести концы с концами. Мы с мужем откладываем поездки «на потом». Внукам я покупаю самое дешёвое, потому что «дорого». А в голове — тихий ужас: до пенсии ещё 7 лет, а сил уже нет. И эта пенсия... мизерная, после которой меня ждёт не «золотая осень», а выживание.

Год назад я лежала ночью и поняла: жизнь прошла мимо. Я была на работе. Вся моя молодость, здоровье, энергия ушли в чужой карман. А итог — подорванное здоровье и нищета в старости. Это был не кризис среднего возраста. Это был страх, что я всё проиграла.

3. Я перерыла весь интернет

Я стала одержима идеей «как заработать иначе». Наверное, не осталось ни одного вебинара, который бы я не посетила. «Стань блогером за месяц», «Инвестируй с нуля», «Открой онлайн-школу». Я пролистала сотни курсов. Умные дяди и тёти с идеальной укладкой вещали, как легко разбогатеть. Но всё это было либо про одно направление, либо про «волшебную таблетку».

Я прочитала 50 книг. В них всё красиво: «Как стать фрилансером», «Как построить команду», «Как запустить бизнес». Но никто не объяснял главного: как это совместить с обычной работой, когда тебе за 50 и ты уже устала ещё до начала дня?

Где инструкция для тех, у кого нет «стартового капитала», команды ассистентов и двадцатилетней прыти? Где правда о том, что первые три месяца будет тяжело и больно? Я не нашла такой книги. И тогда я решила, что напишу её сама. На основе своего опыта, своих ошибок и своих побед.

4. Что вы получите

Я не даю гарантий «миллион за месяц». Я даю систему, которая работает. Если вы готовы признать, что один источник дохода — это ловушка, и готовы вложить немного времени в своё будущее, вот что вы получите.

Понимание главной ошибки: вы перестанете винить себя в том, что мало зарабатываете. Поймёте, что проблема не в вас, а в системе «одна работа».

Три полноценных ручейка дохода: вы научитесь черпать деньги из офлайн-работы (она не враг), онлайн-заработка (без выгорания) и сетевого бизнеса (через построение команды).

План на 12 месяцев: никакой воды. Я распишу, что делать в понедельник утром, через месяц и через год.

Психологическую свободу: вы перестанете бояться руководства, сокращений и будущего. Вы снова станете хозяйкой своей жизни.

Время для себя: я покажу, как выкроить 2—3 часа в день, чтобы через полгода уйти на заслуженный «полу-пассив» и заняться внуками, путешествиями и любимым хобби.

Важно: первые 30 дней вы будете учиться дышать по-новому. Не ждите денег сразу. Но через 3—6 месяцев вы проснётесь с мыслью: «У меня всё получится».

5. Краткий план книги

В книге 10 глав. Это как этапы большого пути, который я прошла сама.

Главы 1—2: разрушаем главную иллюзию о «безопасной» работе. И честно рассказываю, как я, Наталья, интроверт и трудоголик, доползла до дна и начала подниматься.

Глава 3: вы увидите карту местности. Три столпа: офлайн (ваша опора), онлайн (ваш рост) и сетевой (ваша команда).

Главы 4—6: пошаговая сборка каждого из трёх источников. Без сложного языка, без маркетинговой чуши. Делай раз, делай два.

Глава 7: секретное оружие. Как заставить эти три источника работать не против вас, а вместе. Как получать клиентов на онлайн из офиса, а партнёров — из онлайн.

Глава 8: готовый план на 12 месяцев. Просто календарь: что читать, что делать, на что обращать внимание.

Главы 9—10: мои шишки и ваши перспективы. Ошибки, которые стоили мне нервов, и результаты, ради которых стоило жить.

В конце — чек-листы и шаблоны. Берите и делайте.

Как читать эту книгу

Если вы в самом начале — читайте от корки до корки.

Если вы уже работаете в найме — начните с Главы 5 (про онлайн-заработок).

Если вы уже что-то пробовали в интернете — сразу к Главе 6 (про команду).

Если времени в обрез — прочитайте Главы 3, 7 и 8. Это скелет системы.

Финальное слово перед началом

Милые мои, я не обещаю лёгкой жизни. Первые месяцы вы будете засыпать с ноутбуком и думать: «Зачем я в это ввязалась? Проще было смотреть сериал». Вы будете уставать. Вы будете хотеть всё бросить.

Но я обещаю другое. Через три месяца вы заметите, что перестали бояться понедельника. Через шесть — что у вас появились «лишние» деньги, и вы наконец-то позволите себе то, о чём мечтали. Через год — вы не узнаете себя в зеркале. Потому что вы начнёте жить полной грудью. Для себя. Для мужа. Для внуков.

Я, Наталья Васильевна, обычная женщина, менеджер в телекоме, которая устала быть рабом, сделала это. Значит, и у вас получится. Будет страшно. Но мы пойдём вместе.

Давайте начнём.

ГЛАВА 1: Почему один источник дохода — это ловушка

1. Открытие: та ночь, которая всё изменила

Я никогда не забуду ту ночь. Было около двух часов, я лежала с открытыми глазами, а муж мирно посапывал рядом. В голове крутилась одна и та же пластинка: «Работа. Дом. Сон. Работа. Дом. Сон».

А потом я представила себя через семь лет. Мне 60. Пенсия — копейки. Здоровье подорвано сидячей работой и бесконечным стрессом. Вместо путешествий — поликлиника. Вместо подарков внукам — подсчёт копеек в кошельке. Я заплакала. Тихо, чтобы никого не разбудить. От безысходности.

В тот момент я поняла одну страшную вещь: я не живу. Я существую. Я — лошадь, которая тянет воз чужого дяди, а в конце пути её ждёт не пастбище, а живодёрня.

Это не было преувеличением. Статистика не врёт. Исследования показывают, что почти половина людей в нашей стране не проживут и двух недель без зарплаты. Две недели! Представляете? Мы работаем годами, а наш финансовый запас измеряется днями.

Вот она, ловушка. И в ней — миллионы. Я была одной из них.

2. Цифры, которые режут глаз

Я люблю цифры — работа в телекоме приучила. И когда я начала смотреть правде в глаза, мне стало не по себе.

Возьмите среднюю зарплату. По официальным данным, по стране это около 65 тысяч рублей. Но мы-то знаем, что большинство получает 30—50 тысяч. И эти деньги приходят раз в месяц. Потерял работу — через две недели уже нечего есть.

А теперь про пенсию. Средняя пенсия — 15—20 тысяч. Это 25—30 процентов от зарплаты. Вы работали 40 лет, отдавали здоровье, нервы, время, а на выходе — чаевые. Мне 53, до пенсии семь лет, и я с ужасом понимала: то, что государство мне даст, даже коммуналку не покроет.

Инфляция. В последние годы цены растут на 8—12 процентов в год. Если вы откладываете по 10 тысяч в месяц, через год это уже 8 тысяч по покупательной способности. Через пять — 6 тысяч. Через десять — 3 тысячи. Мы не копим. Мы медленно беднеем.

И самое обидное — время. В сутках 24 часа. Спим — 8. Работаем — 8. Дорога, еда, душ, уборка — ещё 5—6. Остаётся 2—3 часа. И куда они уходят? На телевизор, на телефон, на бесцельное листание ленты. Я смотрела на свой вечер и думала: я могла бы за эти два часа строить своё будущее. Но я просто отдыхала от рабства.

Цифры не врут. Если у вас один источник дохода, вы — в зоне риска. Всегда.

3. Кто сидит в этой ловушке? Узнайте себя

Я огляделась вокруг и поняла: нас много. Мы все такие разные, но зависимость от одной зарплаты делает нас одинаково уязвимыми.

Офисный работник — это я. 23 года в найме. Умная, опытная, востребованная. Но каждый день одно и то же. Руководство капризничает — я молчу, потому что боюсь потерять единственный доход. Зарплата растёт на 5—10 процентов в год, а цены — на 12. Каждый год я становлюсь чуть беднее. И чувствую, как силы уходят. Я в клетке с золотыми прутьями.

Предприниматель-неудачник — мой бывший коллега Сергей. Ему 42 года, у него ипотека и двое детей. Он уволился с работы, где получал 70 тысяч, вложил накопления в небольшой бизнес по доставке обедов. Первые два месяца было оживление — заказы от друзей, знакомых, коллег по старой работе. Но когда сарафанное радио иссякло, новых клиентов не появилось. Он не знал, как привлекать людей, не разбирался в рекламе, боялся вкладывать ещё больше. Через четыре месяца деньги кончились, долги по ипотеке остались. Сергей вернулся в найм, но на должность младшего специалиста с зарплатой 45 тысяч — с чего начал 15 лет назад. Его главная ошибка была не в том, что он попробовал свой бизнес. Ошибка в том, что он бросил стабильный доход полностью, без подушки, без проверки гипотезы на старте, без запасного аэродрома. И теперь он злится на себя и говорит: «Бизнес не для меня». А на самом деле ему не хватило системы и подготовки.

Фрилансер на выживание — моя знакомая Лена. Она ушла из офиса в свободное плавание, думала, будет легко. А теперь работает по 60 часов в неделю, доход скачет, отпуск взять не может — денег нет. Она не предприниматель. Она наёмный работник без трудовой книжки, соцпакета и гарантий.

Мама в декрете — дочь моей подруги, Оксана. Ей 28, двое детей. Муж зарабатывает, даёт деньги «на хозяйство». А на себя попросить — стыдно. Она талантливая, умная, но полностью зависима финансово. Если муж уйдёт — всё. Ничего не останется. Ни квартиры, ни навыков, ни уверенности.

Рабочий человек — мой дядя Витя. Он всю жизнь на стройке. Сильный, выносливый. В 55 лет спина сказала «привет». Теперь он не может работать физически, а другой профессии нет. Пенсия мизерная, здоровье подорвано. Он не заслужил такого финала, но он в него попал.

Узнали себя? Я — узнала. Во всех. И поняла: ловушка не в профессии. Ловушка — в зависимости.

4. Чем это пахнет? Риски, о которых молчат

Когда у вас один источник дохода, вы ходите по краю пропасти. Давайте честно посмотрим, что может случиться.

Риск номер один — потеря работы. Компанию купили, отдел сократили, руководство не взлюбило, кризис, пандемия, автоматизация. В понедельник у вас есть зарплата, в среду — нет. Через две недели — кончились деньги. Через месяц — долги. Через три — могут выселить из квартиры. Это не сценарий фильма ужасов. Это жизнь сотен тысяч людей каждый год.

Риск номер два — выгорание. О, это моя любимая боль. Через 5—7 лет офисной работы большинство превращаются в зомби. Сначала ты любишь работу. Потом привыкаешь. Потом ненавидишь. А потом не можешь уйти, потому что других денег нет. Ты ползёшь в офис как на каторгу, болеешь, срываешься на близких, пьёшь таблетки от давления. И ничего не можешь с этим сделать.

Риск номер три — инфляция. Вы работаете всё больше, а покупаете всё меньше. Не верите? Возьмите чек пятилетней давности и сходите в тот же магазин. Ваша зарплата выросла на 20 процентов. Цены — на 50. Вы стали беднее. Каждый год. Незаметно.

Риск номер четыре — болезнь. Знаете, что будет, если я слегу с пневмонией на два месяца? Через месяц меня уволят. Или перестанут платить. А счета придут. Лекарства нужны. Еда — каждый день. Один серьёзный больничный — и вы в финансовой яме без верёвки.

Самый страшный — пятый риск. Психологическая зависимость. Вы боитесь руководства. Вы не можете сказать «нет» дополнительной работе. Вы терпите хамство, переработки, несправедливость. Потому что если уволитесь — конец. Вы становитесь рабом. Не метафорически. Буквально. У вас нет свободы выбора.

Вот она, цена одного источника дохода. Слишком высокая цена, вам не кажется?

5. Три истории, которые меня потрясли

Я не буду вам рассказывать про абстрактных людей. Я расскажу про тех, кого знаю лично.

История Виктора. Ему 47 лет, он инженер-конструктор на заводе. Работает там 18 лет. Зарплата 75 тысяч — за эти годы выросла, но не сильно. Ипотека — 42 тысячи в месяц, ещё два года платить. Машина в кредит — 12 тысяч. Старший сын в университете, помогает ему, но сам подрабатывает курьером. Младшая дочь в школе — кружки, репетиторы. Запас денег — от слова «совсем». Что откладывать, если всё уходит на платежи и еду?

В прошлом году завод купила другая компания. Началась оптимизация. Виктор попал под сокращение одним из первых — возраст 47 лет, зарплата выше среднего по цеху, проще взять молодого. Уволили в пятницу. В понедельник он уже рассылал резюме, но везде один ответ: «Вы нам перезвоните». Конкуренция огромная, а его компетенции — старые версии программ, которые уже никто не использует.

Через месяц он не смог платить по ипотеке. Банк начал слать уведомления. Через два месяца подключил коллекторов. Через три — пришло предсудебное уведомление. Они с женой продали машину за полцены, чтобы закрыть хотя бы часть долга. Но это не спасло.

Сейчас Виктор на больничном — давление, бессонница, депрессия. Жена работает за 35 тысяч в магазине. Они продают вещи с «Авито». Семья на грани. Из-за чего? Из-за одной потери работы. Потому что не было подушки. Ни одного другого источника.

История Ирины. Ей 32, бухгалтер. Пять лет на одной работе. Сначала любила, потом привыкла, потом возненавидела. Зарплата 50 тысяч, работа с 9 до 19, руководство — тиран. Она заболела язвой от стресса. Хочет уйти — но не может. Кредит за квартиру 45 тысяч. Если уволится — нечем платить. Она не живёт. Она выживает. На работе, которая её убивает.

История Анны. Ей 34 года, двое детей — 6 и 4 года. Она вышла замуж рано, в 23 года. До декрета работала администратором в салоне красоты, но потом осталась дома — муж сказал:

«Сиди с детьми, я заработаю». Он зарабатывал 90 тысяч, хватало на ипотеку, машину, детские кружки. Анна думала, что всё надёжно.

Через 7 лет брака муж сказал: «Я ухожу». К другой. Алименты назначили 12 тысяч, но платит от случая к случаю — то 5, то 10, то ноль. У Анны нет своей квартиры — жили в его, купленную в браке, но суд ещё идёт. Нет накоплений — муж контролировал деньги. Нет работы — 7 лет без стажа. Нет навыков — администрирование салона забылось, новому не училась.

Сейчас она с детьми живёт у родителей в двушке. Пять человек в двух комнатах. Она пытается найти удалённую работу — но везде нужен опыт, портфолио, знание программ. Она не знает, с чего начать. Ей стыдно просить деньги у мамы. Стыдно смотреть в глаза дочери, когда та просит новые кроссовки, а ответ: «Потом, дочка, как-нибудь потом».

Она потеряла не только мужа и деньги. Она потеряла веру в себя. И всё потому, что зависела от одного человека, одной зарплаты, без своей подушки, без своего дела.

Эти три истории объединяет одно: одна точка отказа. Одна потеря — и всё рухнуло. Если бы у них было два-три источника, риски снизились бы на 80 процентов. Они бы остались в игре.

6. Почему мы все так делаем? Ответьте себе честно

Вы сейчас думаете: «Натаалья, если твоя комбо-стратегия такая хорошая, почему все её не используют?»

Я честно отвечу.

Первое — лень и зона комфорта. Зарплата приходит сама. Не нужно думать, где взять деньги. Ты просто приходишь в офис, сидишь свои часы, получаешь. Это иллюзия безопасности. Иллюзия, в которой удобно спать. А делать что-то сверху, по вечерам, тратить последние силы — это тяжело. Проще нажать на кнопку телевизора.

Второе — страх. «А вдруг у меня не получится? А вдруг я потеряю и то, что имею? А вдруг я опозорюсь?» Страх — великий парализатор. Он шепчет: «Сиди тихо, не высывайся». И мы слушаем.

Третье — я просто не знала, как. И это отдушина. Я пересмотрела сотни вебинаров, но никто не давал чёткого плана. Как с нуля? С чего начать в понедельник утром? Сколько времени тратить? Я бродила в темноте и натывалась на стены.

Четвёртое — окружение. Коллеги смеются: «Ты что, в сетевой подалась?» Муж ворчит: «Опять ты за компьютером, лучше бы отдохнула». Друзья не понимают. Социальное давление сильное. Легче быть как все.

Это всё — правда. Я через это прошла. Но теперь я знаю: каждый из этих барьеров можно преодолеть. Информацией, планом и маленьким шагом каждый день.

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.