Мама в деле:

5 шагов к заработку в декрете



18+

Елена Неделько

Мама в деле: 5 шагов к заработку в декрете

«Автор»
2026

Неделько Е.

Мама в деле: 5 шагов к заработку в декрете / Е. Неделько — «Автор», 2026

Ты устала ждать. Ждать, когда подрастёт ребёнок, когда появится «свободное время», когда долги сами собой исчезнут. Ты листаешь ленту и видишь чужие успехи, а сама думаешь: «У меня так не получится. У меня же ребёнок на руках и кредитка в кармане».Эта книга — не про миллионы и не про «успешный успех». Она про первые 5 000 рублей, которые ты можешь заработать уже на этой неделе. Про то, как превратить «просто умение» в деньги. Про то, как выбраться из долгов, даже если сейчас кажется, что это яма без дна.Внутри — пять коротких глав. Без воды и мотивационных лозунгов. Только конкретные шаги, реальные примеры мам, которые через это прошли, и простые действия, которые можно сделать сегодня, пока ребёнок спит.Это не книга-волшебство. Это книга-план. Маленькие шаги, которые складываются в большую перемену.

© Неделько Е., 2026
© Автор, 2026

Содержание

Глава 1. Настрой и реалистичный план: с чего начать, когда «нет времени и сил» 5
Глава 2. Быстрый заработок без вложений: первые деньги уже на этой неделе 8
Конец ознакомительного фрагмента. 10

Елена Неделько
Мама в деле: 5 шагов к заработку в декрете

Глава 1. Настрой и реалистичный план: с чего начать, когда «нет времени и сил»

Эта глава — самая важная. Потому что без правильного настроя и простого плана любые советы из интернета останутся просто советами. Мы не будем требовать от вас подвигов. Наша задача — сделать так, чтобы вы начали, даже если у вас грудничок, усталость и долги.

1.1. Почему «идеальный момент» не наступит

Многие мамы думают: «Вот подрастёт ребёнок, выйду на работу, тогда и займусь заработком». Или: «Сначала разберусь с долгами, потом начну». Проблема в том, что идеального момента не будет никогда. Ребёнок будет расти, но появятся новые заботы. Долги сами не исчезнут. Ждать можно бесконечно.

Совет: начните с того, что есть. Не с 8 часов работы, а с 30 минут в день. Даже 20 минут — это уже движение. Разрешите себе делать медленно и по чуть-чуть.

Пример: Марина, мама двухлетки, полгода ждала, когда сын пойдёт в садик, чтобы найти работу. За это время долг по кредитке вырос. Когда она решила начать с малого — продала ненужные вещи и взяла один заказ на текст, — оказалось, что можно зарабатывать, даже пока ребёнок дома.

1.2. Как найти время, если его «нет»

В декрете время есть, но оно раздроблено на кусочки. Нужно не искать «свободный час», а использовать те 15–20 минут, которые появляются: пока ребёнок спит, играет сам, ест, или пока вы ждёте в поликлинике.

Совет: выпишите на листок, куда уходит время. Честно. Например:

· соцсети — 1 час в день;
· сериалы — 40 минут;
· бесцельное листание маркетплейсов — 30 минут.

Не нужно отказываться от всего. Просто заметьте: 30 минут из этого можно потратить на заработок.

Действие: в течение одного дня отмечайте, сколько времени вы проводите в телефоне «просто так». Затем выберите один отрезок (например, после обеда) и посвятите его маленькому шагу к доходу.

1.3. Определите свои сильные стороны — без ложной скромности

Многие девушки говорят: «Я ничего не умею». Это неправда. Вы умеете общаться, готовить, убирать, организовывать, слушать, писать, рисовать, вязать, разбираться в детских товарах, знаете язык или программу. Всё это можно превратить в услугу.

Совет: возьмите лист бумаги и напишите три списка:

1. Что я делаю хорошо (даже если кажется мелочью).
2. Что мне нравится делать (хобби, увлечения).
3. О чём меня чаще всего просят друзья и знакомые (совет, помочь, сделать).

Пересечение этих списков — ваша зона заработка.

Пример: Оля думала, что ничего не умеет. Но когда выписала списки, оказалось: она отлично готовит торты, любит фотографировать еду и часто помогает подругам с оформлением детских праздников. Через месяц она взяла первый заказ на торт и заработала 3 000 #.

Действие: прямо сейчас напишите 5 своих умений и 5 хобби. Не оценивайте, просто пишите.

1.4. Поставьте простую и реальную цель на месяц

Цель «заработать много денег» не работает — она слишком размытая. Нужна конкретная сумма и срок. Но сумма должна быть реалистичной. Если вы никогда не зарабатывали онлайн, не ставьте цель 100 000 # за месяц. Начните с 5 000–10 000 #. Это уже поможет закрыть часть долга или купить необходимое.

Совет: запишите цель так: «За месяц (до 30 числа) я заработаю 7 000 # на (продаже вещей / текстах / тортах / помощи с документами)». И повесьте листок на видное место.

Пример: Катя с долгом по кредитной карте поставила цель — 8 000 # за месяц. Она продала старый телефон и детскую коляску (5 500 #) и взяла два заказа на набор текста (2 500 #). Цель достигнута. На следующий месяц она поставила 12 000 #.

Действие: сформулируйте свою цель на ближайшие 30 дней. Сумма, срок, направление. Запишите.

1.5. Составьте план из маленьких шагов

Большие планы пугают. Маленькие — вдохновляют. Не нужно планировать всё на год вперёд. Составьте план на неделю: 3–5 маленьких действий, которые вы точно сможете сделать.

Пример плана на неделю:

· Понедельник: выписать 10 ненужных вещей и сфотографировать.
· Вторник: выставить 3 вещи на Авито.
· Среда: зарегистрироваться на одной бирже фриланса.
· Четверг: откликнуться на 2 простых заказа.
· Пятница: написать знакомой, которая давно просила помочь с текстом.

Совет: ставьте галочки напротив выполненных дел. Это даёт ощущение прогресса и поддерживает настроение.

Действие: возьмите лист и напишите 3 действия на эту неделю, которые приблизят вас к цели. Не больше. Сделайте первое — сегодня или завтра.

1.6. Что делать с усталостью и чувством вины

Усталость — нормальна. Чувство вины («я плохая мать, если думаю о работе») — тоже. Но помните: ваш заработок — это не про то, что вы бросаете ребёнка. Это про то, что вы делаете свою жизнь и жизнь семьи лучше. Даже 500 #, заработанные вами, — это ваша уверенность и вклад в закрытие долгов.

Совет: не сравнивайте себя с блогерами, которые «зарабатывают миллионы в декрете». Сравнивайте себя с собой вчерашней. Сегодня вы сделали один маленький шаг — вы уже молодец.

Действие: придумайте себе маленькое вознаграждение за каждый выполненный шаг (не еда и не трата денег, а что-то приятное: прогулка, любимый фильм, ванна с пеной).

Итог главы 1

· Не ждите идеального момента — начинайте с 20–30 минут в день.
· Найдите время, честно посмотрев, куда оно уходит.
· Выпишите свои навыки и хобби — вы точно что-то умеете.
· Поставьте конкретную и реалистичную цель на месяц (5 000–10 000 #).
· Составьте план из 3–5 маленьких действий на неделю.
· Не вините себя за усталость — хвалите за каждый шаг.

Главное действие прямо сейчас: возьмите лист бумаги и напишите свою цель на месяц и три маленьких шага к ней. Всё. Вы уже начали.

Глава 2. Быстрый заработок без вложений: первые деньги уже на этой неделе

Главная мысль этой главы простая: вам не нужно ждать, пока появится «нормальная» работа, портфолио или свободные деньги. Первые несколько тысяч рублей можно получить в ближайшие 7–10 дней, используя только телефон и то, что уже есть дома. Это не сделает вас богатой, но даст самое важное — уверенность, что вы способны зарабатывать, и первый реальный результат в борьбе с долгами.

2.1. Почему «быстрый» не значит «лёгкий миллион»

Важно сразу настроиться правильно. Быстрый заработок без вложений — это оплата за ваше время и внимание, а не за «секретные схемы». За полчаса простой задачи вы получите не 10 000 #, а 300–800 #. И это нормально. Зато эти деньги реальные, их можно вывести на карту и потратить на нужное. Относитесь к ним как к первому кирпичику, а не как к выигрышу в лотерею.

2.2. Путь №1: Продайте то, что уже лежит без дела

Это самый быстрый способ получить деньги буквально сегодня-завтра. У каждой мамы дома есть вещи, которые ребёнок перерос, техника, которой не пользуются, или одежда, которая стала не по размеру.

Что продаётся быстрее всего:

· Детские вещи, коляски, игрушки, стульчики для кормления.
· Старая электроника: телефоны, наушники, планшеты.
· Книги (по опыту, некоторые книги раскупают в первые полчаса после публикации).
· Брендовая одежда и обувь в хорошем состоянии.

Где продавать:

· Авито — лучше всего для электроники, мебели и брендовых вещей. Там есть удобная функция: система сама показывает рекомендованную цену на основе похожих объявлений, так что вы не продешевите.
· Юла — хороша для быстрых продаж недорогих товаров.

Простой лайфхак по цене: посмотрите, за сколько продают похожую вещь, и поставьте цену на 10–15% выше. Покупатели любят торговаться, и уступить 10% будет приятно обеим сторонам.

Пример: Девушка с кредитной картой выставила на продажу старый телефон, детскую коляску и 10 вещей из шкафа. За неделю она получила 8 500 # и смогла внести минимальный платёж, чтобы не уйти в просрочку.

Действие на сегодня: пройдите по квартире с пакетом и сложите в него 10 вещей, которые вам точно не нужны. Сфотографируйте их при дневном свете и выставите хотя бы 3 штуки на Авито или Юле.

2.3. Путь №2: Простые онлайн-задания с телефона

Если продавать пока нечего или хочется попробовать что-то ещё, начните с бирж, где не нужны портфолио и опыт. Задания там базовые: найти информацию, сравнить цены, расшифровать короткую аудиозапись в текст, написать отзыв.

Workzilla — самый понятный старт для мамы с ребёнком. Там не требуют портфолио, а задания можно выполнять прямо с телефона. За одну простую задачу (например, расшифровать аудио или найти информацию) платят 500–1000 #, и сделать её можно за полчаса. Многие мамы в декрете пишут в отзывах, что это их первый опыт заработка онлайн.

Kwork — здесь вы не ищете заказы, а сами создаёте услугу с фиксированной ценой. Например: «Напишу пост для соцсетей за 500 #» или «Сделаю простой набор текста за 700 #». Заказчики сами находят вас. Важный нюанс: сайт берёт комиссию (если вы поставили цену 500 #, на руки получите около 400 #), но зато регистрация и создание услуг полностью бесплатны.

Мобильные приложения для самых маленьких шагов:

· Яндекс Задания — простые задачи: определить категорию товара, расшифровать голосовое сообщение, пройти опрос. Платят немного (от 2 до 100+ # за задачу), но начать можно прямо сейчас, даже без компьютера.
· Fiwork — приложение, созданное специально для телефона. Все переписки и сделки внутри защищены, а задания приходят как уведомления.
· Alot.Pro — удобная штука: собирает заказы с разных бирж в одну ленту, чтобы вы не тратили время на поиски по десяти сайтам.

Важно: на некоторых площадках (например, Workzilla) может быть платная проверка или подписка для доступа к заданиям. Прежде чем платить, убедитесь, что это официальное условие площадки, а не требование «работодателя» из личных сообщений.

Пример: Мама с ребёнком 6 месяцев начала с лайков и подписок в соцсетях, когда малыш спал. Первые деньги были маленькими, но именно это дало ей уверенность: «Я могу зарабатывать, даже не выходя из дома».

Действие: зарегистрируйтесь на одной площадке (Workzilla или Kwork) и выполните одно самое простое задание. Не пытайтесь освоить всё сразу.

2.4. Про безопасность: как не потерять деньги, пока их зарабатываете

Когда вы в уязвимом положении (долги, декрет, нужда в деньгах), мошенники чувствуют это особенно хорошо. Запомните несколько железных правил.

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.