

Содержание

От автора. Где вы — там и источник.....7

ЧАСТЬ I. СУТЬ ЧЕЛОВЕКА И ДУША КВАРТИРЫ

1. **Нераскрытый потенциал жилища**..... 14
Глава про то, какие роли мы играем по жизни
2. **Место для идей**..... 20
Глава про то, как нас запутало разделение работы и жизни
3. **Наблюдения за собой**..... 29
Глава, в которой мы разглядываем человека — жителя квартиры
4. **Фокус на квартиру**..... 47
Глава, в которой мы разглядываем место, в котором живет человек
5. **Квартира для заработка**..... 66
Глава про ключевую мысль этой книги

ЧАСТЬ II. АДАПТАЦИЯ МИКРОКЛИМАТА ПОД РАЗНЫЕ ЗАНЯТИЯ

6. **Квартира для «пошуметь»**..... 78
Глава про то, как устраивать в квартире хардкор-метал-встречи и не огорчить при этом соседей
7. **Идеальная тишина**..... 93
Глава про то, как доказать теорему Ферма в окружении трех собак, двоих детей и дюжины очень участливых соседей
8. **Как сделать пространство светлым**..... 106
Глава про то, как собрать градиентный пазл и не ослепнуть
9. **Затенение помещений**..... 129
Глава про то, как создать полутемное пространство для хранения сапфиров
10. **Хитрая вентиляция**..... 140
Глава про то, как выжить в раздевалке с двумя десятками хоккеистов
11. **Обогрев квартиры**..... 158
Глава про то, как создать теплый оазис в двушке в феврале в далеком сибирском городе
12. **Микроклимат в комнатах**..... 177
Глава про то, как сделать из своей квартиры исцеляющий инкубатор

ЧАСТЬ III. АДАПТАЦИЯ АТМОСФЕРЫ ПОД РАЗНЫЕ ЗАНЯТИЯ

13. Вдохновляющее пространство.....	204
<i>Глава про то, как найти ответ на вопрос «о жизни, Вселенной и вообще», глядя на ковер в гостиной</i>	
14. Разгрузка мозга с помощью интерьерного дизайнера.....	219
<i>Глава про то, как зафандрайзить пару сотен миллионов долларов и не сгореть</i>	
15. Антураж для онлайн-сессий.....	247
<i>Глава про то, как с помощью фона убедить всех в своей экспертности</i>	
16. Мебель для домашних занятий.....	256
<i>Глава про то, как кодить сидя. Кодить лежа и стоя. Кодить на ходу, кодить в подвешенном положении</i>	
17. Гик-решения для квартиры.....	278
<i>Глава про то, как создать китайский конвейер в панельке и не открыть портал во времена Ивана Грозного</i>	
18. Искусство порядка.....	298
<i>Глава про то, как не сгинуть под завалами бисера и шелковых лент</i>	
19. Инклюзивная квартира.....	316
<i>Глава про то, как адаптировать жилое и рабочее пространство под человека со сверхспособностями</i>	
20. Агродвушка.....	333
<i>Глава про то, как выращивать еду в своей квартире</i>	

ЧАСТЬ IV. ЧУВСТВО ДОМА

21. Чудеса сожительства.....	350
<i>Глава про то, как выжить с любимыми в небольшом пространстве</i>	
22. Переселенцы.....	370
<i>Глава про то, как кочевники создают новый дом в любом месте</i>	
23. Принятие.....	380
<i>Глава про смещение парадигм</i>	
Заключение.....	385
Список чек-листов для выбора квартиры.....	388
Благодарности.....	390
Источники.....	393

От автора

Где вы — там и источник

Дорогие читатели! Я могу лишь догадываться, где вы сейчас находитесь, но, куда бы вас ни занесла эта нескучная жизнь, смею предположить: вокруг вас происходят самые разные события, подготовиться к которым было невозможно. Если и есть что-то неотчуждаемое у человека, живущего в нестабильные времена, так это способность в любой ситуации создавать вокруг себя дом: присваивать на какое-то время часть окружающего пространства и менять его. Это абстрактное подвижное поле становится секретным порталом в миры, тайно созидаемые без оглядки на внешнюю моду и потрясения. Здесь мы можем быть кем угодно, примерять на себя безграничное множество ролей, экспериментировать с идеями и занятиями. В этом месте мы разрешаем себе быть собой.

Так было всегда. Но сейчас я предчувствую особенный рубеж переосмысления сути жилого пространства. Это случится с рынком типовой недвижимости, многие десятилетия деградировавшей до спальных коробок, как раз в тот момент, когда программистами найдены и уже почти популяризованы механизмы, позволяющие штамповать хорошо продаваемые микрорайоны одним нажатием кнопки. В создании жилья больше недостаточно учитывать эргономику и микроклимат. Городские квартиры перестают быть местом для сна и хранения вещей. Они уже давно превратились в площадки для развития, обучения и зарабатывания денег. Да вот только они физически для этого не приспособлены: ни старые здания, ни те, что находятся только на этапе строительства. В них нельзя выращивать

еду, производить энергию, фильтровать воду или перерабатывать отходы. В них невозможно предаваться любовным ласкам без страха потревожить соседей. И, разумеется, они не приспособлены для продуктивной работы и творчества — именно поэтому и появилась эта книга. Культура проектирования продолжает игнорировать тот факт, что около 40% всех рабочих мест генерируется за счет малого бизнеса, около половины которого осуществляется из дома. И дело не в пандемии, растущем количестве вынужденных переселенцев, банкротстве компаний или растущей безработице. Нет, это просто эволюционное смещение парадигмы. Дом — это источник наших ресурсов, и у большинства он пока немного перекрыт.

Несколько лет назад я начала писать эту книгу и изучать тему работы из дома. Сначала это должно было быть пособие по устройству домашнего офиса: как настроить микроклимат, подобрать эргономичную мебель, организовать системы менеджмента. Я проводила серию интервью о домашних проблемах и видах деятельности и в конце концов увидела, что работа на дому — это огромный спектр занятий. И я спросила себя: что такое работа? Аналитик, тестирующий данные на удаленке, — это работа? А уборка и присмотр за детьми? А сбор пазлов? Словарь говорит, что работа — это действия, результат которых имеет материальное выражение; проще говоря, если вам удалось продать собранный пазл, то да — это работа. А если вам за уборку и стирку никто не заплатил, то это как бы хобби. Несправедливо, верно? И мало того что окружающий мир нивелирует этот ваш никому не заметный труд, так вы и сами наверняка себе пару раз говорили: ой, да я просто дома сижу, до тех пор пока не получаю зарплату — я не работаю. А потом вы не понимаете, откуда взялось ощущение тщетности действий, удовлетворение жизнью ускользает.

Лично я думаю, что с определением «работы» всё несколько сложнее. Деньги — это не единственный способ ее конвертации в ресурсы. Труд может быть обменян на время, продукты, информацию, другой труд, в конце концов. Всякое действие потенциально является инструментом для обеспечения

жизни — собственной или окружающих, а потому заслуживает комфортных внешних условий. Иными словами: всё, что вы делаете дома, может быть монетизировано, обменено на те ресурсы, которые необходимы вам для комфортной жизни и самореализации. А значит, пространство для домашних занятий должно быть организовано с не меньшей скрупулезностью, чем офисные здания или исследовательские центры.

Проблема работы в квартире заключается в том, что если над нормативными документами для офисных помещений трудилось много людей, то при проектировании жилья до сих пор не учитывается, что человек может восемь часов сидеть в комнате, не отрываясь от монитора. Мало кто продумывает вопросы индивидуальной контролируемой вентиляции или динамичного освещения либо заранее заботится о механическом подавлении шума. Психологические и физические различия в потребностях не принимаются во внимание. Люди, работающие из дома, сталкиваются с агрессивной микроклиматической средой, и никакой профсоюз или страховка не могут помочь им в случаях, когда соседский шум или перегретый воздух наносят моральный, телесный и в итоге финансовый ущерб.

Но даже у этой проблемы есть способы решения: качество среды можно настроить, если знать, как это делать.

В этой книге я расскажу вам о своей **методике проектирования пространства, основанной на изучении поведения человека**. Вы найдете здесь элементы доказательного дизайна (Evidence-based design, EBD), отголоски биофильной и интегральной философий, пассивного строительства и многое другое. Все вместе работает на одну задачу: сделать из квартиры машину для достижения поставленных ее жильцом целей. Это не имеет никакого отношения к стилям: мне глубоко безразлично, в какой цвет вы покрасите гостиную, если только выбранный оттенок не будет преследовать цель увеличения вашей производительности на 40%. Пожалуй, осознанность — это самый главный инструмент в описываемом здесь подходе. Вы когда-нибудь мастерили самостоятельно стул, стол или шкаф? Любой предмет мебели, сделанный собственными

руками, даже если вы его просто починили, будет вызывать у вас более трепетное отношение, потому что суть и смысл его вы воспринимаете глубже благодаря своему соавторству. В процессе работы над ним вы сталкивались со сложностями, принимали решения, в результате которых и получился этот стул. Когда все окружение продумано вами, вы будете ощущать себя по-настоящему **дома**. При этом неважно, кому принадлежит помещение, — даже просто переставляя мебель в соответствии со своим пониманием удобства, вы присваиваете себе авторство пространства и выстраиваете связь с ним.

99% интерьеров проектируется с упором на ограниченный ряд факторов: пол, возраст и стилистические предпочтения клиента. Я же предлагаю принимать во внимание большое количество ролей, которые человек исполняет дома, а в частности — рабочих ролей. И да, я считаю труд воспитания или ухода за больными — работой. Визуально сравнивая два интерьера, вы можете не понять, какой спроектирован по какому принципу, и только тот, кто им пользуется, почувствует разницу. Помните: кроме вас самих никто больше не станет вас столь кропотливо изучать. Да, вы по-настоящему интересны только самим себе, и осознание этого очень вам пригодится, когда вам в руки попадут удобные цифровые инструменты для самостоятельной генерации интерьеров (если еще не попали). Наблюдайте за собой, отслеживайте свои желания, потребности и привычки. Какие роли вы выполняете дома? Помогают ли они вам обеспечивать себя ресурсами?

Эти вопросы я задавала людям на интервью, и в книге будет множество примеров таких ролей в виде иллюстраций с перепланировкой одной и той же квартиры. Это небольшая квартира, в которой я живу в Мюнхене, — вы могли уже познакомиться с ней в первой книге, где я посчитала, сколько денег она у меня крадет из-за глупо расположенных стен. Сможете по нюансам планировки и оформления интерьера угадать, чья это квартира?



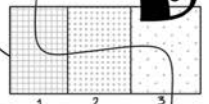
Кухня с магнитными замками, чтобы пес не хозяйничал, пока никого нет дома



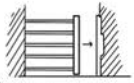
К кровати можно подняться по ступенькам. Оптимально для небольших собак



Естественное освещение в туалете через окно в верхней части стены

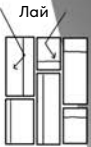


Три ступени грязезащиты на входе



Задвижка от собак

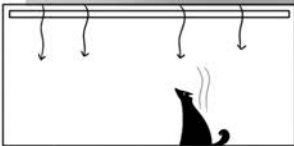
Шкаф для хранения собачьих вещей



Стена-диффузор для сокращения шума

Лежанки повсюду, чтобы собака была рядом с хозяином во время любого занятия

Отопление с потолка



Пробковый пол, чтобы собака не скользила и не повредила позвоночник



Фитнес-тренажеры для собак

Секретное место, чтобы прятаться от грозы

Тренажеры

Теплое лежбище для объятий с человеком

3 ЗОНА ДЛЯ НАДОДЕЛКИ

Кнопки для разговора



ЧАСТЬ I

Суть ЧЕЛОВЕКА
и душа КВАРТИРЫ

1. Нераскрытый потенциал жилища

Глава про то, какие роли мы играем по жизни

По внешнему виду квартиры можно многое понять о профессии человека, его привычках и ценностях, мечтах. Жилище, план которого показан на предыдущей странице, принадлежит фитнес-тренеру для собак. В нем есть ряд организационных приемов, ориентированных на содержание нескольких собак, до которых не каждый архитектор смог бы додуматься. Когда человек **эксплуатирует пространство**, в процессе он тестирует и адаптирует дизайн под реальность: где валяются вещи, по какой траектории он передвигается и почему. Он интуитивно прорабатывает все свои квартирные роли и сценарии и может даже не замечать ценности своих изобретений, однако найденные им приемы будут полезны и тем, у кого собак нет. Как избежать скользкого пола, например, или проводов под ногами, было бы полезно знать, если, например, у вас в квартире маленькие дети или пожилой человек с больными ногами. Если для обычного человека это способ достижения комфорта, то для собачника — вопросы выживания обитателей квартиры. Так что я и вам предлагаю изучить все свои домашние сценарии и роли, позаимствовав, если нужно, приемы у тех, чьи истории я расскажу позже.

Принятие хвоста

У моей бабушки есть кот. Как и все приличные коты, он неровно дышит к картонным коробкам, а к вопросу их присвоения подходит очень архитектурно. Он долго крутится, примеряя свое

упитанное тело под разными углами, а затем в нужных местах вносит небольшие коррективы, будь то дырка для хвоста или ниша для пухлой щеки. Должна сказать, зрелище поразительное: он в результате многократных подходов выгрызает форму коробочного пространства и укладывается в нее идеально, как, знаете, ложатся в тесный футляр дорогие часы.

Но вот в чем дело: чтобы выгрызть дырку для хвоста, надо совершить серьезный экзистенциальный скачок, т. е. понять и принять, что у вас есть хвост. Вы знаете, в чем ваш хвост? То, что вы на протяжении жизни тщетно стараетесь впихнуть в коробку, которая вам не по размеру? Это могут быть ваши вредные привычки или капризы. Я понимаю, от вредных привычек принято избавляться. Однако у меня есть предположение, что они могут сигнализировать о наших скрытых потребностях, пока еще не удовлетворяемых окружающим пространством.

Например, в спальне рядом с большим платяным шкафом на стуле все время сами собой возникают кучи вещей, и, как бы вы ни зачитывали до дыр Мари Кондо¹, они снова там. Все ясно — у вас вредная привычка «не убирать одежду на место», не так ли? Искоренять ее в этих ваших интернетах предлагается жесткими техниками расхламления, но что-то мне подсказывает: это не помогает. Давайте взглянем на эту привычку поближе: может быть, вам просто неприятно вешать в шкаф несвежую рубашку? Она была надета всего раз, но в стирку ей отправляться рано, а в шкаф как-то негигиенично? Так, может, дело не в дурном пристрастии к беспорядку, а в повышенной чистоплотности? Что же в ней дурного? Возможно, прежде чем выбрасывать половину гардероба, стоит организовать отдельный отсек в шкафу для **однажды надетых вещей**, и «привычка» устранилась сама собой.

Вы уже видите, в каком месте вашей картонной коробки нужно «выгрызть дырку», чтобы не пришлось сражаться с особенностями своей личности?

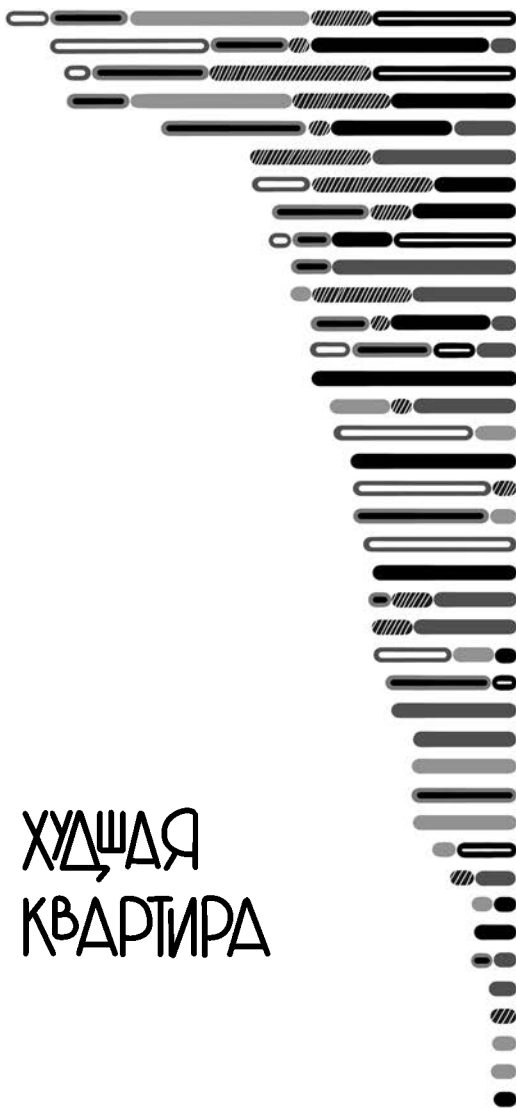
Перед кошками у вас, дорогие читатели, явное преимущество. У них есть только лапки и две пары клыков, а у вас и молотки

с отвертками, и бытовая роботизированная техника, и умение делегировать; а самое главное — у вас есть эта книга. Полагаю, глава про электронные платформы программирования света читателю-танцовщице может показаться мудреной. Но однажды ей захочется соорудить электронный эквалайзер с датчиками движения, чтобы во время танца в помещении менялся цвет и яркость освещения, и тогда она вспомнит, о чем прочла здесь. Наша новая реальность — **дом как источник всего: вдохновляющий родник самовыражения, последнее убежище, укрытие от хаоса, страха и неразумной ненависти.** Берегите свои дома, и пусть ваши дома берегут вас и ваши хвосты.

Домашние роли





В исходном состоянии все квартиры на самом деле друг на друга похожи. У них частенько одни и те же недостатки и примерно одинаковая форма внутреннего пространства: прямоугольная. Обитатели этих параллелепипедов тоже во многом сходятся: большинство хотят шуметь и смотреть на лес из окна. Ниже я оставлю памятку, в которую стоит заглянуть перед подписанием договора покупки или аренды. Я назвала этот чек-лист «Худшая квартира» — это собранный мною список самых частых проблем, о которых упоминают люди, говорящие, что их что-то в квартире раздражает. Важно тем не менее помнить, что фатальных ошибок в выборе квартиры не бывает. Даже на лестничной клетке реально обустроить покрывающие все ваши нужды апартаменты. Исключение составляют полутораметровые квартиры-гробы в Гонконге — с этим я пока не знаю, что делать.

На что мы обращаем внимание, когда выбираем себе место для жизни? Для начала надо разобраться, что для вас «жизнь». Многие полагают, что она состоит исключительно из сна, готовки и просмотра телевизора, и именно под это обустривают свои дома. А вы точно уверены, что это **ваша** модель уюта, а не ваших родителей или скандинавских маркетологов?



ХУДШАЯ КВАРТИРА

- Перебои с отоплением
- Шумная магистраль за окном
- Отсутствует вентиляция
- Дефектные наружные конструкции
- Южная сторона
- В помещении нет окон
- Сушка и стирка белья в квартире
- Все окна на одной стороне здания
- Слишком много электроприборов
- Слишком глубокие комнаты
- Подвальный этаж
- Шумные предприятия поблизости
- Под окнами много асфальта
- Шумные соседи
- Северная сторона
- Окна с подветренной стороны
- Тонкие перегородки
- Новостройка
- Большие окна
- Нет грязезащиты в подъезде
- Нет шумозащиты в перекрытиях
- Люди за окнами
- Фонари и реклама за окнами
- Большая квартира
- Мало зелени за окнами
- Высотное здание за окнами
- Окна, которые сложно мыть
- Простое остекление
- Мансардный или крышный этаж
- Квартира на углу здания
- Щели в деревянных перекрытиях
- Слишком много растений вокруг
- Высокие потолки
- Прямая или Г-образная форма здания
- Низкие потолки
- Темные цвета в интерьере
- Недалеко водоем
- Квартира над проездом
- Большая площадь наружных стен
- Птицы за окнами

-  В этой квартире будет темно
-  В этой квартире будет слишком сухой воздух
-  В этой квартире будет шумно
-  В этой квартире будет плесень
-  В этой квартире будет холодно
-  В этой квартире будет жарко
-  В этой квартире будет много уборки

У жизни есть множество граней, связанных с развитием, социализацией, восстановлением, — для каждого процесса есть своя роль и потребности, например:

- писателю в вас нужна тишина;
- владельцу кота — шкафы, которые просто так не открыть;
- а садоводу-любителю никуда без больших и солнечных подоконников.

На с. 11 вы угадывали владельца квартиры, определяя по косвенным признакам, кем является проинтервьюированный мною человек. Собачьи игрушки выдавали, что в квартире есть собака. А нехарактерные для обычного собачника тренажеры и покрытие пола указывали на то, что человек занимается своим питомцем профессионально. На той иллюстрации роль у человека всего одна, как у наемного работника в офисе: он менеджер, и точка. Скромное убранство казенного рабочего стола, который по этикету желательно держать пустым, практически никак не отражает его прочих ролей. Однако дома мы можем позволить себе раскрыться и позволяем проявиться сразу нескольким амплу одновременно.

На иллюстрации справа у жителя квартиры уже две роли. На самом же деле ролей у вас может быть бесконечное количество, и каждая из них описывает сферу ваших интересов и достойна иметь личное пространство.

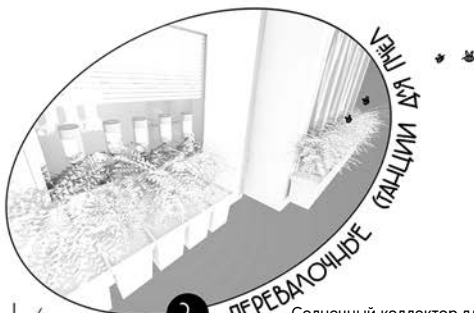
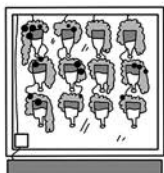
Днем шторы открыты: термальная масса на полу собирает тепло



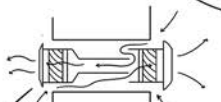
Ночью шторы закрыты, чтобы сократить теплопотери через окна



Оконные фермы из бутылок: клубника на белой глине



Солнечный коллектор для нагрева воды для душа над окном в гардеробной — козырек с термальными трубками



Вентиляция с рекуперацией тепла



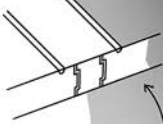
Свои овощи
Свои туалетные бумажки
Компостный круг
Ведра для биомасса

Сумка из переработанного пластика

CO₂-негативные отделочные материалы



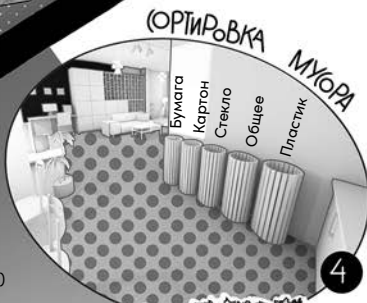
Диваны из старой ванны и другая апсайклинг-мебель



Разборная система теплого пола без мокрых работ — во имя сокращения строительного мусора

Минимум стен. Только функциональные пространства

Шкаф из быстро возобновляемых растений (конопля)



КОРТИРОВАКА МУСОРА
Бумага
Картон
Стекло
Общее
Пластик

Квартира Эколога-преподавателя



2. Место для идей

Глава про то, как нас запутало разделение работы и жизни

Что первично: мои интересы или пространство? Я подбираю и адаптирую окружающее пространство под род своей деятельности или меняю специализацию, потому что квартира подходит под определенное занятие и тем самым предлагает мне скрытую выгоду? Вам доступны оба инструмента, главное — их заметить. Живя в коробочных домах, мы ведем образ жизни, проникающий в сознание вместе с сопутствующими ожиданиями и моделью быта. Эти модели мы перевозим в каждую новую квартиру, даже когда она оказывается больше, красивее и лучше расположена, — если было тесно в предыдущем жилье, то и в новом покажется, что места недостаточно. Чтобы сбросить с себя шкурку старого опыта, предлагаю разобраться, почему он имеет на нас такое сильное влияние и какой потенциал ускользает незамеченным, пока мы пережевываем одни и те же неудобства.

Деспотия первого опыта

Феномен, когда переезжающий на новое место человек тащит с собой свои проблемы и привычки, я назвала термином из психологии — импринтинг². В данном контексте он означает первый опыт, от которого человек отталкивается, когда встречает что-то новое. Ваша первая квартира — «якорная». Если она была тесной и темной, то, выбирая новое место для жизни, вы будете оценивать его относительно своего якоря. Больше? Светлее? Значит, лучше. Поскольку реальной

стоимости недвижимости (с учетом коммунальных издержек, затрат на поиск парковки и прочих нюансов, о которых продавцы, как правило, не предупреждают) никто не знает — вы фактически не имеете возможности прикинуть, достойна ли квартира своей цены. Вы выберете ее по рыночному уровню, а удовлетворение или недовольство ею будет как раз зависеть от сравнения с вашим первым опытом. Еще раз, послушайте меня... если в вас впечаталась ущербная квартира, вы соглашаетесь на худшие условия за те же деньги, чем человек, закоренный на более комфортное жилье.

Но якорь можно подменить совершенно новым опытом. Например, переосмыслить концепцию: вдруг дом — это не просто место для сна и хранения вещей, а некая лаборатория по созданию себя? Представьте себе, что ваша квартира — это сервер, на который вы можете поместить любые знания, занятия и предметы. Для того чтобы сорвать старый якорь и установить новый, создание новой атмосферы в квартире должно быть настолько радикальным, чтобы даже не возникло конкуренции со старыми привычками. Это причина, почему необходимо искать в себе что-то уникальное.

Время экспериментов

В поиске нового «я» главное — не ждать сиюминутного результата. Движемся размеренно, шаг за шагом. Мне нравится монолог Жака Фреско про саму суть изобретательства. Он рассказывает: кто придумал колесо? По-видимому, в лесу на бревно упало дерево, перпендикулярно, словно качель-балансир. Если вы потянете на себя верхнее бревно, нижнее покатится, и тянуть первое станет легче. Вуаля, никто не изобретал колесо. Его открыли подобным способом, просто заметив, что привычные действия случайным образом могут происходить легче с помощью процессов, происходящих сами по себе. Человеческий мозг ничего не создает с нуля до тех пор, пока у него нет необходимого опыта или референса, т. е. мы не способны на что-то поистине новое³. Я не могу представить себе цвет, которого никогда

не видела. Музыканты перепевают старые мелодии, художники всё чаще обращаются к примитивному наскальному творчеству. Мы вдохновляемся тем, что уже знаем, и придумываем этому новое применение. Как же мы ограничены...

Однако работа без ограничений невероятно сложна. Я навсегда запомнила одну историю из художественной школы. Каждый раз на уроках композиции нам давали тему. И мы жаловались, что это не совсем та тема, над которой было бы интересно поработать. Именно этим и объяснялось, что идеи шли туго. Но однажды нам сказали: рисуйте что хотите. Эйфория от свободы испарилась быстро: мы впали в ступор. Оказалось, что ограничения задавали вектор, а без него нас ждало чрезмерное множество вариантов, и в этом парализующем многообразии сложно было сконцентрироваться и сделать первый шаг. Тяжело сделать выбор.

Но вы не переживайте: в квартирах достаточно границ. Не бойтесь улететь непонятно куда, вас непременно что-нибудь да остановит. Откажитесь лишь от ограничений в своей голове. К тому же к отсутствию лимитов быстро привыкаешь: уже на третий «свободный» урок мы пришли с огромным количеством идей. Нам, маленьким людям без опыта, все же было что сказать. А упражнение с выбором в будущем помогло увидеть, что огромное разнообразие окружает нас практически постоянно.

Эпоха наемного труда

Эпоха наемного труда притупила умение прислушиваться к собственному вдохновению. Изобретательность взамен на стабильность. Человек, потративший самое продуктивное время дня на чужие проекты, по вечерам заземляет себя различными хобби и восстанавливается общением с близкими, чтобы с утра снова отправиться завоевывать мир для кого-то другого. Собственные мысли и идеи скрыты под грудой пустых бытовых и бюрократических задач. Не кричите мне про то, что большинство людей любят свою работу и что заполнять

Посчитайте свое «Ы!»

Сколько вы сегодня реально зарабатываете за час работы?		Гипотетическая Тая	Вы
А	Количество часов, которые вы проводите за работой в день*	Введите свои данные →	8
Б	Рабочих дней в месяце	Введите свои данные →	22
В	Количество рабочих часов в месяц	$A \times B$	176
Г	Месячная зарплата (нетто — то есть то, что получаете на руки после налогов, страховых и отчислений в пенсионный фонд)	Введите свои данные →	60 000,00
Д	Ваш реальный заработок за час работы	G / B	340,91 RUB
Сколько вы инвестируете в свой рабочий час? — Передвижения		Гипотетическая Тая	Вы
Е	Количество часов в день, которые вы тратите на дорогу до работы (от двери до двери, включая поиск парковки)	Введите свои данные →	1,6
Ё	Потерянный потенциал в день (стоимость временных затрат на дорогу в день: туда и обратно)	$E \times D \times 2$	1022,73 RUB
Ж	Потерянный потенциал в месяц (стоимость временных затрат на дорогу в день: туда и обратно)	$E \times B$	22 600,00 RUB
З	Расстояние от дома до работы/объекта/клиента (км)	Введите свои данные →	6
И	Стоимость километража вашего автомобиля (если он есть). Фактически это сумма всех затрат на содержание**	Введите свои данные →	12,00 RUB
Й	Затраты на личный транспорт (если вы пользуетесь общественным транспортом, то стоимость проезда в день)	$I \times 3 \times 2$	144,00 RUB
К	Затраты на транспорт в месяц	$I \times B$	3168,00 RUB
Л	Общие инвестиции в передвижения за месяц	$K + Ж$	25 668,00 RUB
М	Ваши инвестиции в передвижения (пропорционально рабочему часу)	L / B	145,84 RUB
Сколько вы инвестируете в свой рабочий час? — Обустройство домашнего офиса		Гипотетическая Тая	Вы
Н	Общая площадь квартиры (м²)	Введите свои данные →	50
О	Площадь рабочей зоны (м²)	Введите свои данные →	15
П	Затраты на аренду квартиры, коммунальные услуги и интернет	Введите свои данные →	35 000,00 RUB
Р	Итого затраты на аренду, коммуналку и интернет для рабочей зоны	$O \times П / Н$	10 500,00 RUB
С	Месячные затраты на профессиональные страховки, лицензии и членские взносы, а также софт (то есть весь тот минимум, который необходим для легализации вашей деятельности)	Введите свои данные →	2500,00 RUB
Т	Затраты на рабочую мебель и светильники в месяц***	Введите свои данные →	270,00 RUB
У	Количество часов на уборку рабочей зоны в месяц	Введите свои данные →	7
Ф	Месячные затраты на уборку (если у вас есть уборщица, то расчет проще)	$D \times Y$	2386,36 RUB
Х	Общие инвестиции в обустройство домашнего офиса в месяц	$F + T + C + P$	15 656,36 RUB
Ц	Ваши инвестиции в обустройство домашнего офиса (пропорционально рабочему часу)	X / B	88,96 RUB
Ч	ИТАК, вы инвестируете**** в час своей работы вот столько →	$C + M$	234,80 RUB
Ш	А получаете на руки после налогов за рабочий час вот столько →	D	340,91 RUB
Щ	Ваш реальный доход за час составляет	$Ш - Ч$	106,11 RUB
Ъ	Ваш реальный доход в месяц составляет	$Щ \times B$	18 675,64 RUB
Ы!	А еще получается, что, исходя из ваших затрат, вам нельзя соглашаться на месячную оплату ниже, чем →	$4 \times B$	41 324,36 RUB

* Свои рабочие часы, кстати, можно считать с помощью приложений — трекеров времени. Они позволяют точно отслеживать, сколько времени вы потратили на какой проект. Если хотите провести полный анализ своего времени и понять, куда оно у вас утекает (полезно тем, кто совсем зашивается), можно трекать не только работу (просмотр сериалов, сон, разговоры по телефону).

** Формула расчета стоимости 1 км пробега автомобиля (стоимость эксплуатации) может выглядеть примерно так: $c = c(\text{топлива}) + c(\text{финансирования}) + c(\text{то}) + c(3/4 + \text{шины}) + c(\text{лицензирование} + \text{страхование}) / \text{пробег или количество моточасов}$. Но есть и онлайн-калькуляторы.

*** Для быстрого расчета месячных затрат на мебель и оборудование домашнего офиса поделите стоимость каждого предмета на количество месяцев его срока службы и сложите полученные суммы. Пример: если стул стоит 6000 рублей и служит 6 лет (60 месяцев), а светильник — 3000 рублей со сроком службы 3 года (36 месяцев), то месячные затраты будут: $(6000 / 60) + (3000 / 36) = 100 + 83,33 = 183,33$ рубля.

**** Обратите внимание, что мы здесь не считали затраты на постоянное повышение квалификации, книги, расходные материалы или на психологов, к которым мы бежим, когда с клиентом не очень повезло.

бумажки для банков и отвечать на письма страховых агентов — не такая уж сложная задача. Я вам не верю. Уж точно не верю в «счастливое большинство». Возможно, тенденция удаленной работы из дома могла бы выдернуть человека из беличьего колеса, но есть риск, что в квартире о нем «позаботятся» нескончаемые сериалы и социальные сети.

Прокрастинация — первый удар, встречающий человека, не привыкшего к самостоятельности. Первый, но не последний. Сегодня многие экономические эксперты пророчат смерть офисных центров, однако в своем реквиеме они забывают упомянуть, что в выделенных рабочих пространствах человек был в некотором смысле защищеннее, чем дома. Достаточно места для бумаг, принудительная вентиляция, профессиональное освещение, уборка — это кажется мелочами, только когда оно у вас есть. И в офисах эти удобства появились не по душевной доброте работодателя, а в результате многолетних сражений профсоюзов за права рабочих. А теперь эти рабочие отправляются к себе домой, чтобы снова оказаться в условиях непригодных либо для работы, либо для жизни, потому что первое начинает вытеснять второе. Вывод? Нужно апгрейдить свою квартиру под новую эпоху!

Как апгрейдить? Полки в книжных магазинах ломаются от книг по интерьерам. Но все они предлагают косметические меры: советы по сочетаниям цветов, стилям и брендам. Они вам не помогут, хотя такое внимание к внешнему убранству неслучайно, это исторически сложившийся прием социального самовыражения. Взгляните на описание древнеримского дома⁴:

«Войдя в такой старинный дом через вестибюль и оказавшись в открытом атриуме, посетители видели по бокам спальни и кладовые, а прямо перед собой, по другую сторону бассейна или фонтана, — нишу со статуями богов-покровителей. Это было место отца семейства, который иногда проводил там время,

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

e-Univers.ru