

MODUL 3

BANII

Exercitii:

Realitatea actuala

Identificarea Credintelor Negative

Discreditarea Credintelor Negative

Succesul si Abundenta

Sarbatoreste-te pe tine Insati!

Tel deliberat Investitii

Tel deliberat Recompense



1. Realitatea Actuala A Banilor

1. Ce fel de indoieli sau griji ai in momentul de fata?

2. Ce fel de sentimente manifesti fata de bani? (Foloseste-te de Fisa cu 42 Emotii Negative din BONUSURI)

3. Ce fel de probleme intalnesti zilnic referitoare la bani?

4. Ce anume eviti in relatia cu banii? Ce anume nu vrei sa infrunti/recunosti si doresti sa eviti?

2. Identificarea Credintelor Negative

ACEST EXERCITIU SE FACE PE TIMELINE/LINIA VIETII , raspunzand la urmatoarele intrebari:

1. Care este prima ta amintire referitoare la bani? (Cine era acolo? Ce ai auzit, ce ai simtit, ce ai vazut?)
2. Ce te-au invatat parintii tai cu privire la bani? Era vreunul din ei cheltuitor sau econom?
3. Cum vorbeau parintii sau bunicii tai despre bani? Se intelegeau sau se certau? Erau banii un subiect tabu?
4. Care era sentimentul raportat la bani atunci cand ai crescut? (Teama, Respect, Evitare, Respingere, Sila, Vinovatie etc)
5. Ti s-au spus vreodata minciuni referitoare la bani?
6. Cand ai simtit prima data ca nu meriti bani?

Scrive aici lista cu credinte negative pe care le-ai identificat in urma exercitiului Timeline (incearca sa scrii cate o credinta negativa in urma descoperirii raspunsului la fiecare intrebare de mai sus):

3. Discreditarea Credintelor Negative

1.CREDINTA NEGATIVA

2. EVIDENTA DISCREDITARE

3. CREDINTA POZITIVA

4. Succesul si Abundenta

Ce înseamna succesul și abundența pentru tine? Cum ar arăta pentru tine?
Cum s-ar simți? Ia-ți ceva timp și gândește-te la răspunsul tău:

Ce ți-ar aduce ție acel succes și acea abundență?

Ce s-ar schimba în viața ta dacă ai deveni de succes și adulent/ă? Cine ai fi? Ce ai face? Cine ar fi sau nu ar fi lângă tine?

Ce te-ar costa să ai parte de succes și abundență?

Unde resimți rezistență? Ce te oprește să faci acei pași spre a deveni un succes și abulent din punct de vedere financiar?

5. Sarbatoreste-te pe tine Insati!

Notează 5 lucruri minunate pe care le-ai realizat în ultimele 12 luni

În ce domenii ale vieții tale ești foarte încrezător/încrezătoare? De exemplu: ai talent pt acel lucru sau îl faci fără efort.

Ce model/mentor ai la care te poți întoarce pentru inspirație pentru succes financiar? Ce valori îi recomandă, ce calități au aceștia?

Cum îți sărbătorești succesele? Ce ritualuri ai pentru asta? Dacă nu ai niciunul, care ar fi un ritual pe care l-ai putea adopta?

Tel deliberat INVESTITII

Lucram pe un singur tel deliberat intregul modul (folositi Lista de Intrebari din Bonusuri Introducere)

Tel SMART

Realitatea

Optiuni

Actiuni

Timp/Target

Tel deliberat RECOMPENSE

Lucram pe un singur tel deliberat intregul modul (folositi Lista de Intrebari din Bonusuri Introducere)

Tel SMART

Realitatea

Optiuni

Actiuni

Timp/Target