

Harjoitus: Tunnista rahaan liittyvät uskomuksesi

Tavoite:

Opit tunnistamaan omia rahaan liittyviä uskomuksiasi.

Ohje:

Lue alta löytyvät väittämät. Pohdi, tunnistatko näitä ajatusmalleja.

Voit myös kirjata ylös sellaisia uskomuksia, joita et löydä listasta.

Rahaan liittyviä uskomuksia:

”Jos elää Kelan etuuksilla, ei voi saada raha-asioitaan hallintaan, koska tulot jäävät niin pieniksi.”

– Kyllä voi, vaikka se onkin haastavaa. Oman talouden hallinnassa ratkaisevat lopulta menot.

”Minulla on liikaa velkoja. En pääse niistä ikinä eroon, eikä minun kannata yrittää mitään.”

– Velkoja voi ja kannattaa aina selvittää. Esimerkiksi Takuusäätiö.fi voi auttaa.

”Rahatilanteeni on huono, enkä jaksa seurata menojeni. Ei kannata yrittää mitään, koska pystyisin korkeintaan pärjäämään jotenkuten.”

– Oman talouden hallinnassa ensimmäinen askel on menojen ja tulojen hallinta. Pystytkö esimerkiksi vaihtamaan työpaikkaa? Entä hankkimaan lisätuloja?

”Jos vain saisin isomman palkan ja lisää rahaa, voisin elää onnellisesti.”

– On totta, että riittävä toimeentulo parantaa hyvinvointia. Hyvät tulot tai iso omaisuus eivät silti poista tarvetta menojen ja tulojen seurantaan. Myös hyvätuloiset voivat ajautua taloudelliseen ahdinkoon. Kannattaa keskittyä omaan tilanteeseen ja mahdollisuuksiin.

”Säästäminen on ihan hirveän tylsää ja noloa!”

– Etsi sosiaalisen median kanavia, joissa säästetään. Voit yllättyä siitä, kuinka ajankohtaista ja kiinnostavaa se on. Seuraa ihmisiä, jotka ovat tehneet säästämisestä innostavaa. Anna innostuksen tarttua.

”Tiedän, että pitäisi säästää, mutta kun kaikilla muilla on uusia tavaroita.”

– On vaikeaa olla erilainen, jos läheiset käyttävät paljon rahaa. Tärkeintä on miettiä, kuka sinä olet ja minkälainen kulutus vie sinun tavoitteitasi ja hyvinvointiasi eteenpäin.

”En halua, että lapseni joutuvat kärsimään. En voi säästää kulutuksesta”.

– On totta, että jotkut tavarat ja maksulliset elämykset voivat olla lapsille tärkeitä. Mieti, millä muilla tavoin lapsesi voisivat saada onnellisuutta, kokemuksia ja itsevarmuutta. Mitä edullisia elämyksiä voisit järjestää? Mitä taitoja heillä on? Mitä taitoja voisit opettaa? Voitko panostaa edullisiin harrastuksiin ja koulunkäyntiin? Muista, ettei rahalla voi ostaa kaikkea.

Onko sinulla sellaisia rahaa koskevia uskomuksia, joita et löytänyt listasta?

Mitä ne ovat? Voisiko niitä haastaa jotenkin?