

Diagnoza finansowa

Pierwszy krok do pokonania blokad i dobrych relacji z pieniędzmi

Droga Czytelniczko,

Ten workbook powstał z jednej obserwacji, którą robiłam przez 25 lat pracy jako księgowa: większość problemów finansowych nie leży w liczbach. Leży w tym, co myślimy o pieniądzach.

Widziałam przedsiębiorców, którzy mieli świetne produkty i pełne portfele zamówień – a mimo to panikę przed własnym zestawieniem przychodów. Widziałam freelancerki, które zarabiały dobrze, ale nigdy nie czuły się wystarczająco bezpieczne finansowo.

Połączenie mojej wiedzy księgowej z certyfikatem trenera mentalnego dało mi narzędzia, żeby patrzeć na finanse całościowo – na liczby I na głowę jednocześnie.

Ten workbook to Twoje pierwsze lustro. Nie ocenia. Nie poucza. Pokazuje – gdzie jesteś, co czujesz i co możesz zmienić.

Małgorzata Gosińska

Jak korzystać z workbooka?

1. Znajdź spokojne ****20–30 minut**** dla siebie.
2. Odpowiadaj ****szczerze**** – nikt tego nie ocenia, to tylko dla Ciebie.
3. Nie pomijaj żadnego pytania – każde ma swój cel.

CZĘŚĆ 1 — Gdzie naprawdę jesteś z pieniędzmi?

Trzy pytania o liczby. Bez oceniania – tylko uczciwy obraz sytuacji.

Pytanie 1

****Ile wynosi Twój średni miesięczny dochód netto**** (to, co faktycznie wpływa na konto)?

> 💡 ***Wskazówka: jeśli Twój dochód jest nieregularny, policz średnią z ostatnich 3 miesięcy.***

****Twoja odpowiedź:****

Pytanie 2

****Ile wynoszą Twoje stałe miesięczne wydatki**** (czynsz, rachunki, abonamenty, kredyty)?

****Twoja odpowiedź:****

Pytanie 3

****Ile pieniędzy zostaje Ci na koniec miesiąca?**** Czy wiesz to bez zaglądania na konto?

****Twoja odpowiedź:****

📌 *Co mówią te liczby? Jeśli nie znasz odpowiedzi na pytanie 3 bez zaglądania na konto – to właśnie jest punkt startowy. Nie wina, nie błąd. Po prostu punkt, od którego zaczynamy.*

CZĘŚĆ 2 — Jakie przekonania rządzą Twoim kontem?

Cztery zdania do dokończenia. Odpowiedz pierwszym skojarzeniem – bez cenzury.

Pytanie 4

Pieniądze to dla mnie...

Twoja odpowiedź:

Refleksja: Twoja pierwsza odpowiedź to Twoje głębsze przekonanie. Czy to słowo brzmi pozytywnie, neutralnie czy negatywnie?

Pytanie 5

Kiedy myślę o podniesieniu swoich cen lub wynagrodzenia, czuję...

Twoja odpowiedź:

Refleksja: Opór przed podnoszeniem cen to jeden z najczęstszych bloków mentalnych. Jak to jest u Ciebie?

Pytanie 6

Bogaci ludzie są...

Twoja odpowiedź:

Refleksja: To zdanie odślania przekonanie, którym możesz nieświadomie blokować własny sukces finansowy.

Pytanie 7

Zasługuję na zarabianie _____ złotych miesięcznie, ponieważ...

Twoja odpowiedź:

Refleksja: Wpisz kwotę, która wydaje Ci się uczciwa dla Ciebie. Następnie zapytaj siebie: dlaczego nie więcej?

CZĘŚĆ 3 — Co Cię blokuje – liczby czy głowa?

Czas na diagnozę. Na podstawie poprzednich odpowiedzi określ swój główny obszar do pracy.

Pytanie 8

Spójrz na swoje odpowiedzi z Części 1. **Czy liczby Cię zaskoczyły? Czy nie wiedziałas niektórych z nich na pamięć?**

Twoja odpowiedź:

Pytanie 9

Spójrz na odpowiedzi z Części 2. **Czy któreś zdanie wywołało w Tobie silną emocję – złość, wstyd, opór lub zaskoczenie?**

Twoja odpowiedź:

Mój typ — zaznacz jeden:

☒ TYP A — Brak wiedzy finansowej

Liczyby są dla Ciebie czarną magią. Nie wiesz dokładnie, ile zarabiasz netto, nie rozumiesz faktur ani zestawień. Potrzebujesz solidnych podstaw finansowych.

****Zaznaczyłam: TAK / NIE**** *(wykreśl niepotrzebne)*

☒ TYP B — Blok mentalny

Liczyby rozumiesz, ale emocje blokują Twoje działania. Boisz się podnosić ceny, czujesz że "nie zasługujesz", masz trudność z mówieniem o pieniądzach. Potrzebujesz pracy z przekonaniami.

****Zaznaczyłam: TAK / NIE**** *(wykreśl niepotrzebne)*

☒ TYP C — Oba obszary

Masz zarówno luki w wiedzy finansowej, jak i bloki mentalne. To najczęstszy typ – i jednocześnie ten z największym potencjałem zmiany.

****Zaznaczyłam: TAK / NIE**** *(wykreśl niepotrzebne)*

****Mój główny typ to:**** _____

Pytanie 10 — refleksja końcowa

****Gdybyś za rok miała powiedzieć, że Twoje finanse wyglądają zupełnie inaczej – co konkretnie by się zmieniło?**** Opisz to jak najdokładniej.

****Twoja odpowiedź:****

Co dalej?

Diagnoza to pierwszy krok.

Prawdziwa zmiana zaczyna się, gdy masz kogoś, kto łączy wiedzę o liczbach z pracą nad przekonaniami – i prowadzi Cię przez obie ścieżki jednocześnie.

Ja pomogę Ci ogarnąć jedno i drugie

Obserwuj mój profil na Instagramie

Małgorzata | Mentorka Finansowa | Trening Mentalny | Finanse

Regularnie publikuję posty o finansach i mentalności – praktycznie i bez zbędnego żargonu.

*Diagnoza finansowa

© Małgorzata | Mentorka Finansowa | Trening Mentalny | Finanse

Kopiowanie i rozpowszechnianie bez zgody autorki jest zabronione.