

7. Woche: Die unendlichen Möglichkeiten

Deine Notizen zum Video

Notiere Dir hier alle für Dich wichtigen Informationen und Erkenntnisse aus dem Video. Sollte der Platz nicht ausreichen, findest Du am Ende dieses Praxisteils noch weitere Zeilen.

Die wichtigsten Kernaussagen

- Geld ist neutral. Erst durch die Bedeutung, die wir ihm beimessen, bekommt es seine Wirkung
- Geld entstand aus dem Anliegen heraus den Tauschhandel zu vereinfachen
- Geld ist nichts weiter als ein Papierschnitzel oder eine Zahl im PC. Erst durch das Vertrauen was wir dem Geld geben, bekommt es seinen Wert
- Wir vertrauen darauf, dass wir im Tausch gegen diesen Schein etwas bekommen
- Dieses Vertrauen und die Einstellung von uns selbst zum Geld, bestimmen, ob wir Geld als etwas positives in unserem Leben ansehen oder als etwas negatives
- Geld ermöglicht uns so gut wie alles im Leben. Es macht definitiv nicht glücklich, doch es schafft die Freiheit alles tun und lassen zu können was wir wollen, wodurch wir glücklich werden können
- In unserer Welt gibt es nichts negativ besetzteres als das Thema Geld
- Einzig und allein unser Denken und unsere Einstellung zum Geld bestimmen wieviel wir an Geld besitzen
- Oftmals versuchen wir emotionale und soziale Bedürfnisse durch Konsum zu befrieden, was nicht nachhaltig funktioniert
- Je schwerer es Dir fällt eine Geld-Diät einzuhalten, umso deutlicher zeigt es, wie abhängig Du bist konsumieren zu müssen
- Konsum kann genauso eine Sucht sein und zu Problemen führen, wie Alkohol, Drogen oder Zigaretten

Das Zitat der Woche

„Reichtum besteht nicht darin, viel zu besitzen, sondern sich wenig zu wünschen.“

Esther de Waal

Die Schritte zur Veränderung

Tag 1: Die neuen Dingen (Teil 1)

Schaue Dir die drei Videos für den heutigen Tag an. Welche drei Einsparideen findest Du am besten aus jeder Kategorie? Welche eigenen Ideen kommen Dir bei den Aufzählungen in den Sinn?

Angebote

- _____

- _____

- _____

Meine eigenen Ideen sind ...

Sammeln

- _____

- _____

- _____

Meine eigenen Ideen sind ...

Planung

- _____

- _____

- _____

Meine eigenen Ideen sind ...

Tag 2: Die neuen Dingen (Teil 2)

Schaue Dir die drei Videos für den heutigen Tag an. Welche drei Einsparideen findest Du am besten aus jeder Kategorie? Welche eigenen Ideen kommen Dir bei den Aufzählungen in den Sinn?

Einmal statt zweimal kaufen

- ---

- ---

- ---

Meine eigenen Ideen sind ...

Optimale Nutzung

- ---

- ---

- ---

Meine eigenen Ideen sind ...

Vorteile nutzen

- _____

- _____

- _____

Meine eigenen Ideen sind ...

Tag 3: Die neuen Dingen (Teil 3)

Schaue Dir die vier Videos für den heutigen Tag an. Welche drei Einsparideen findest Du am besten aus jeder Kategorie? Welche eigenen Ideen kommen Dir bei den Aufzählungen in den Sinn?

Alternativen

- _____

- _____

- _____

Meine eigenen Ideen sind ...

Selbermachen

- _____

- _____

- _____

Meine eigenen Ideen sind ...

Gewohnheiten

- ---

- ---

- ---

Meine eigenen Ideen sind ...

Ohne Geldaufwendung

- ---

- ---

- ---

Meine eigenen Ideen sind ...

Tag 4: Die neuen Dingen (Teil 4)

Schaue Dir die drei Videos für den heutigen Tag an. Welche drei Einsparideen findest Du am besten aus jeder Kategorie? Welche eigenen Ideen kommen Dir bei den Aufzählungen in den Sinn?



Anzahlreduzierung

- _____

- _____

- _____

Meine eigenen Ideen sind ...

Vergleiche

- _____

- _____

- _____

Meine eigenen Ideen sind ...

Mehrfachverwendung

- _____

- _____

- _____

Meine eigenen Ideen sind ...

Tag 5: Die ersten Ergebnisse

Gehe Deine Aufzeichnungen dieser Woche noch einmal durch und beantworte folgende Fragen:

1) Welche Sparansätze kannst Du sofort umsetzen?

2) Welche Sparansätze willst Du langfristig in Dein Leben integrieren?

3) Welche Sparansätze hast Du aus der letzten Woche (Woche 6 – Deine Möglichkeiten) bereits umgesetzt?

Solltest Du überhaupt noch keinen einzigen Ansatzpunkt umgesetzt haben – woran liegt das?

TURBO

Tag 6: Die Geld-Diät

(Teil 1) Beginne ab nächsten Montag eine Geld-Diät. Gebe die nächsten 30 Tage nur Geld für die unbedingt notwendigen Anschaffungen aus. Frage Dich bei jedem Produkt, ob es wirklich notwendig ist oder ob Du es nur haben möchtest, weil Du Lust drauf hast. Frage Dich auch, was wäre, wenn Du dieses Produkt jetzt nicht kaufen würdest.

Geld-Diät begonnen am: _____

Geld-Diät beendet am: _____

(Teil 2) Stelle Dir nach Beendigung der Geld-Diät folgende Fragen:

1) Hast Du die Geld-Diät begonnen und vollständig durchgezogen? Wenn nein, wieso nicht?

2) Welche Erkenntnisse gewinnst Du aus dieser Übung?

3) Wieviel Geld hast Du eingespart, indem Du wirklich nur das unbedingt Notwendige gekauft hast? _____

Gepard

Tag 7: Die Vertiefung

Schaue Dir das Video dieser Woche noch einmal an.

Welche neuen Erkenntnisse hast Du daraus gewonnen? Welche Erkenntnisse hast Du aus den Übungen diese Woche gewonnen?

Gepard

GESCHAFFT!

Wenn Du Dir das Video zweimal angesehen und all die Aufgaben dieser Woche bearbeitet hast, dann kannst Du wirklich stolz auf Dich sein! Du bist einen weiteren Schritt nach vorne gegangen! Du bist in Deiner Persönlichkeit gewachsen! Mache weiter so!!!

Jede Entscheidung etwas zu tun oder nicht zu tun, bewirkt eine Veränderung in Deinem Leben!

Wie willst Du Dich diese Woche belohnen?

Meine Belohnung diese Woche ist _____
