Test jezelf: Ontdek je geldgeschiedenis

Deze oefening is bedoeld om jezelf in grote lijnen bewust te worden van je **financiële opvoeding**. Vul alle vragen die van jou van toepassing zijn op jouw situatie zo uitgebreid mogelijk in.

Dit **geeft je inzicht** hoe je verleden invloed heeft op je huidige keuzes en mogelijkheden op dit bewuster te veranderen / aan te gaan passen in de toekomst m.b.t je geld uitgaven. Daardoor krijg je voor jezelf meer financiële vrijheid in de toekomst.

Je vult dit dus **voor jezelf** in. Het zijn veel vragen, dus doe bijvoorbeeld 5 vragen per dag; dan ben je na een week klaar en heb je meer inzicht in je geldkeuze en overtuigingen over geld uitgaven.

Als je er later dieper op in wil gaan om je gedrag / keuze m.b.t geldzaken verder te bespreken (wat kan ik doen om meer financiële vrijheid te krijgen) maak dan een afspraak hierover via de mail jelevenoporde@ziggo.nl om dit samen te bespreken.

# Verleden

1. Hoe was het financieel gezien, om in jouw gezin op te groeien?
2. Wat doen of deden je ouders voor de kost?
3. Wie had thuis de leiding over het geld?
4. Spraken je ouders met je over geld?
5. Voelde je je financieel veilig?
6. Hadden je ouders (vaak) ruzie over geld?
7. Waren er thuis zorgen over geld?
8. Waren er financiële problemen in het gezin?
9. Heb je broer en/of zussen? Werden jullie financieel gelijk behandeld (zakgeld, verjaardagen, cadeau e.d)?
10. Werd je tijdens je studie financieel gesteund door je ouders?
11. Zijn of waren je ouders spaarders of spenders?
12. Vond je dat je er qua geld bij hoorde op school?
13. Heb je je ooit financieel beoordeeld of minder gevoeld dan anderen?

# Heden

1. Woon je alleen, samen of met anderen?
2. Is (of was) geld een probleem in je relatie?
3. Heb je thuis ruzie over geld?
4. Ben je een spaarder of een spender?
5. Is je partner een spaarder of een spender?
6. Wie beheert bij jou thuis het geld?
7. Past die situatie bij jou?
8. Heb je op dit moment schulden en/of (terug) betalingsachterstanden?
9. Vind je je werk/studie leuk?
10. Is je inkomen voldoende?
11. Ben je tevreden over je inkomen? Zo niet, wat wil je dan wel?
12. Zit je in een overgangsfase privé of qua werk (scheiding, ontslag, promotie e.d)

# Toekomst

1. Wat is je overtuiging oer geld? Geef voorbeelden
2. Beschrijf je relatie met geld
3. Welk gevoel geeft geld je?
4. Is geld op dit moment een bron van stress of angst in je leven?
5. Zo ja, wat is je grootste zorg?
6. Wat zou je ten opzichte van geld het liefste willen veranderen?
7. Welk resultaat wil je bereiken?
8. Hoe zie jij je ideale geldleven eruit in de toekomst? Wees zo uitgebreid mogelijk.
9. Wat kan je zelf doen om dit te bereiken?
10. Waarmee kunnen anderen je helpen m.b.t geldzaken?

Test je overtuigingen over geld

In deze tetst gaat het om de herinneringen/gebeurtenissen die voor jou belangrijk zijn (geweest) met betrekking tot geldzaken en het gevoel dat je daarbij had en hebt. Begingewoon en kijk hoe het gaat. Sluit desnoods even je ogen om herinneringen, emoties en gevoelens boven te laten komen over gebeurtenissen die te maken hebben/hadden met geld (bijv. een ruzie tijdens vakantie maar ook het onverwachte Sinterklaas cadeau)

**Ervaringen uit het verleden werken namelijk door in de geldkeuzes die je vandaag maakt**. Daarna kan je aan de slag:

- Kloppen mijn overtuigingen (positief of negatief) over geld wel?

- In hoeverre speelt het verleden (nog) mee in mijn huidige uitgave patroon.

- Word ik hier gelukkig van?

- Hoe wil/kan/ga ik dit aanpakken?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Leeftijd | Gebeurtenis | Gevoel |
| 0-5 jaar |  |  |
| 5-10 jaar |  |  |
| 10-15 jaar |  |  |
| 15-20 jaar |  |  |
| 20-30 jaar |  |  |
| 30-40 jaar |  |  |
| 40-50 jaar |  |  |
| 50-60 jaar |  |  |
| 60-70 jaar |  |  |
| 70-80 jaar |  |  |
| 80-90 jaar |  |  |

Bron: Boek *Gek van Geld*, een positieve relatie met geld, voor de financiële vrijheid om te leven zoals je wilt. Schrijver: Eef Opdorp. ISBN: 978 900 0378 821