

Финтолк”

Курс

«Живем, а не выживаем:

простые принципы

финансовой грамотности»

Воркбук

1й месяц

МОЙ БАЛАНС

--

МОИ НАКОПЛЕНИЯ

ИТОГО:

--

МОИ ДОЛГИ

ИТОГО:

--

2й месяц

МОЙ БАЛАНС

--

МОИ НАКОПЛЕНИЯ

ИТОГО:

--

МОИ ДОЛГИ

ИТОГО:

--

3й месяц

МОЙ БАЛАНС

МОИ НАКОПЛЕНИЯ

МОИ ДОЛГИ

ИТОГО:

ИТОГО:

4й месяц

МОЙ БАЛАНС

МОИ НАКОПЛЕНИЯ

МОИ ДОЛГИ

ИТОГО:

ИТОГО:

5й месяц

МОЙ БАЛАНС

МОИ НАКОПЛЕНИЯ

МОИ ДОЛГИ

ИТОГО:

ИТОГО:

6й месяц

МОЙ БАЛАНС

МОИ НАКОПЛЕНИЯ

МОИ ДОЛГИ

ИТОГО:

ИТОГО:

7й месяц

МОЙ БАЛАНС

--

МОИ НАКОПЛЕНИЯ

ИТОГО:

--

МОИ ДОЛГИ

ИТОГО:

--

8й месяц

МОЙ БАЛАНС

--

МОИ НАКОПЛЕНИЯ

ИТОГО:

--

МОИ ДОЛГИ

ИТОГО:

--

9й месяц

МОЙ БАЛАНС

--

МОИ НАКОПЛЕНИЯ

ИТОГО:

--

МОИ ДОЛГИ

ИТОГО:

--

10й месяц

МОЙ БАЛАНС

--

МОИ НАКОПЛЕНИЯ

ИТОГО:

--

МОИ ДОЛГИ

ИТОГО:

--

11й месяц

МОЙ БАЛАНС

--

МОИ НАКОПЛЕНИЯ

ИТОГО:

--

МОИ ДОЛГИ

ИТОГО:

--

12й месяц

МОЙ БАЛАНС

--

МОИ НАКОПЛЕНИЯ

ИТОГО:

--

МОИ ДОЛГИ

ИТОГО:

--

Упражнения на поиск мотивации

Упражнение «Зачем мне это надо»

Моя цель:

.....

Почему она для меня важна?

.....

.....

.....

Мои внутренние мотивы:

1.

2.

3.

4.

5.

Моя цель:

.....

Почему она для меня важна?

.....

.....

.....

Мои внутренние мотивы:

1.

2.

3.

4.

5.

Упражнение «Зачем мне это надо»

Моя цель:

.....

Почему она для меня важна?

.....

.....

.....

Мои внутренние мотивы:

1.

2.

3.

4.

5.

Моя цель:

.....

Почему она для меня важна?

.....

.....

.....

Мои внутренние мотивы:

1.

2.

3.

4.

5.

Упражнение «В чем я хорош(а)»

Я сделал/ всегда делаю

....., потому что

....., потому что

....., потому что

....., потому что

....., потому что

....., потому что

Значит, для мотивации мне нужны:

.....

.....

.....

.....

.....

Используйте эти знания о себе, чтобы замотивировать себя на достижение финансовых целей.

Упражнение «Анализ оправданий»

Я не сделал/ не делаю

....., потому что

....., потому что

....., потому что

....., потому что

....., потому что

....., потому что

Изменить ситуацию мне помогут

.....

.....

.....

.....

.....

МОИ ДОХОДЫ

ИТОГО
в месяц:

МОИ РАСХОДЫ:

10% копилка

коммуналка

аренда

долговые
обязательства
(кредиты, ипотеки)

еда

учеба

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Упражнение «Моя карьера»

Моя специальность:

Для нее требуется знать и уметь:

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

Я набрала баллов

Моя будущая специальность:

Для нее требуется знать и уметь:

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

Я набрала баллов

Упражнение: актив или пассив?

Оцените свое имущество, ответив на эти вопросы. Придумайте, как превратить пассивы в активы.

Название:

- | | | |
|---|----|-----|
| 1. Приносит материальный доход (деньги)? | да | нет |
| 2. Приносит нематериальный доход (статус, заказы, имидж) который потом трансформируется в деньги? | да | нет |
| 3. Служит средством получения дохода? | да | нет |
| 4. Растет в цене быстрее инфляции? | да | нет |
| 5. Траты на обслуживание не превышают доход? | да | нет |
| 6. Не требует много времени на обслуживание (не больше 1 часа в неделю) | да | нет |

Название:

- | | | |
|---|----|-----|
| 1. Приносит материальный доход (деньги)? | да | нет |
| 2. Приносит нематериальный доход (статус, заказы, имидж) который потом трансформируется в деньги? | да | нет |
| 3. Служит средством получения дохода? | да | нет |
| 4. Растет в цене быстрее инфляции? | да | нет |
| 5. Траты на обслуживание не превышают доход? | да | нет |
| 6. Не требует много времени на обслуживание (не больше 1 часа в неделю) | да | нет |

Название:

- | | | |
|---|----|-----|
| 1. Приносит материальный доход (деньги)? | да | нет |
| 2. Приносит нематериальный доход (статус, заказы, имидж) который потом трансформируется в деньги? | да | нет |
| 3. Служит средством получения дохода? | да | нет |
| 4. Растет в цене быстрее инфляции? | да | нет |
| 5. Траты на обслуживание не превышают доход? | да | нет |
| 6. Не требует много времени на обслуживание (не больше 1 часа в неделю) | да | нет |

Название:

- | | | |
|---|----|-----|
| 1. Приносит материальный доход (деньги)? | да | нет |
| 2. Приносит нематериальный доход (статус, заказы, имидж) который потом трансформируется в деньги? | да | нет |
| 3. Служит средством получения дохода? | да | нет |
| 4. Растет в цене быстрее инфляции? | да | нет |
| 5. Траты на обслуживание не превышают доход? | да | нет |
| 6. Не требует много времени на обслуживание (не больше 1 часа в неделю) | да | нет |

Название:

- | | | |
|---|----|-----|
| 1. Приносит материальный доход (деньги)? | да | нет |
| 2. Приносит нематериальный доход (статус, заказы, имидж) который потом трансформируется в деньги? | да | нет |
| 3. Служит средством получения дохода? | да | нет |
| 4. Растет в цене быстрее инфляции? | да | нет |
| 5. Траты на обслуживание не превышают доход? | да | нет |
| 6. Не требует много времени на обслуживание (не больше 1 часа в неделю) | да | нет |

Название:

- | | | |
|---|----|-----|
| 1. Приносит материальный доход (деньги)? | да | нет |
| 2. Приносит нематериальный доход (статус, заказы, имидж) который потом трансформируется в деньги? | да | нет |
| 3. Служит средством получения дохода? | да | нет |
| 4. Растет в цене быстрее инфляции? | да | нет |
| 5. Траты на обслуживание не превышают доход? | да | нет |
| 6. Не требует много времени на обслуживание (не больше 1 часа в неделю) | да | нет |

Название:

- | | | |
|---|----|-----|
| 1. Приносит материальный доход (деньги)? | да | нет |
| 2. Приносит нематериальный доход (статус, заказы, имидж) который потом трансформируется в деньги? | да | нет |
| 3. Служит средством получения дохода? | да | нет |
| 4. Растет в цене быстрее инфляции? | да | нет |
| 5. Траты на обслуживание не превышают доход? | да | нет |
| 6. Не требует много времени на обслуживание (не больше 1 часа в неделю) | да | нет |

Название:

- | | | |
|---|----|-----|
| 1. Приносит материальный доход (деньги)? | да | нет |
| 2. Приносит нематериальный доход (статус, заказы, имидж) который потом трансформируется в деньги? | да | нет |
| 3. Служит средством получения дохода? | да | нет |
| 4. Растет в цене быстрее инфляции? | да | нет |
| 5. Траты на обслуживание не превышают доход? | да | нет |
| 6. Не требует много времени на обслуживание (не больше 1 часа в неделю) | да | нет |

Дата:

Handwriting practice area with 20 horizontal dotted lines.