

Bepaal je financiële doel

STAP 1

Zoek uit wat je bottom line is. Welk bedrag heb je maandelijks
NODIG om rekeningen, huur, hypotheek en kosten van
levensonderhoud te kunnen betalen?
Wat is het minimale bedrag dat je nodig hebt om te overleven?

STAP 2

Neem het bedrag dat je hebt berekend in STAP 1 en stel jezelf de
volgende vraag:

"Op een schaal van 1 tot 10, als ik de rest van mijn leven nooit
meer zou verdienen dan dit cijfer per maand, hoe tevreden zou ik
zijn? (10 is het meest tevreden en 1 is zeer ontevreden)"

Coaching by

Maaike
Kastrop

STAP 3

Wat is het maandelijkse inkomen dat voor jou **REALISTISCH**
VOELT om nu te kunnen verdienen?
Welk bedrag voelt voor jou haalbaar?

STAP 4

Neem het cijfer dat je hebt bedacht in STAP 3 en stel jezelf de
volgende vraag:

"Op een schaal van 1-10, als ik de rest van mijn leven nooit meer
zou verdienen dan dit bedrag per maand, hoe tevreden zou ik
zijn? (10 is het meest tevreden en 1 is zeer ontevreden)"

STAP 5

Verhoog nu het bedrag in STAP 3 met €1000 en herhaal de vraag.

"Op een schaal van 1-10, als ik de rest van mijn leven nooit meer
zou verdienen dan dit bedrag per maand ... Hoe tevreden zou ik
zijn? (10 is het meest tevreden en 1 is zeer ontevreden)"

STAP 6

Blijf het bedrag met €1000 verhogen, totdat je een tevredenheidsniveau van 9 of 10 hebt bereikt.
Schrijf het bedrag op waar je op uitkomt.

STAP 7

Met dat bedrag in gedachten, vraag jezelf eerlijk af hoe haalbaar dat bedrag voor je voelt op dit moment?

Schrijf eventuele angsten of negatieve gedachten op die bij je opkomen als je denkt aan werken aan dit financiële doel.

Je kunt bijvoorbeeld de angst ervaren: "om zoveel geld te verdienen, moet ik enorm veel opofferen."

Of misschien heb je het gevoel dat het bereiken van dit inkomensdoel zo onbereikbaar is, dat het geen zin heeft om zelfs maar te proberen om dat doel te bereiken.

STAP 8

Zoek nu je financiële sweet spot. Dit is het bedrag dat zich op de grens van opwinding en angst bevindt. Het is het punt waarop je gevoelens gaan van "dit is een bedrag waar ik ontzettend blij van word" naar "dit voelt eng en buiten mijn bereik".
Je zoekt dus naar het exacte bedrag waar opwinding verschuift in angst. Dit is JOUW financiële sweet spot.

DIT LEVERT DE OEFENING JE OP

- 1 Je winst. Dit bedrag helder hebben en opschrijven is zodat je weet: zolang mijn inkomen per maand daar boven ligt, zit ik goed. Dit is je vangnetcijfer.
- 2 Je antwoord uit STAP 2 heeft je geholpen om duidelijkheid te krijgen over hoe tevreden je bent met dit bedrag en om te voorkomen dat je genoeg neemt met een bedrag dat lager is dan wat je zou echt willen verdienen.
- 3 STAP 3 geeft je jouw financiële comfortzone - welke doelen voelen comfortabel op dit moment.
- 4 STAP 4 heeft je geholpen om duidelijkheid te krijgen over je "comfortzone"-doel en hoe je je daar echt over voelt, of het nu een doel is dat je echt opvrijscht of dat je genoeg neemt met minder dan wat je werkelijk zou willen.
- 5 STAP 5 en 6 helpen je om uit je financiële comfortzone te komen en te gaan nadenken over het bedrag dat je echt opwindt.
- 6 STAP 7 helpt je te bepalen hoe je je echt voelt bij je financiële droomdoel op dit moment en om het niveau van ongemak rond het bereiken van dit doel te beoordelen. STAP 7 zal je ook helpen licht te schijnen op enkele van de beperkende overtuigingen of negatieve energie die je misschien zojuist hebt ervaren met betrekking tot geld en het verkrijgen van rijkdom.
- 7 STAP 8 zal je helpen jouw huidige financiële sweet spot te vinden: een doel waar naartoe kan worden gewerkt, wat nu zowel opwindend als bijna een beetje eng aanvoelt. Dit is het doel waar we nu naar toe kunnen werken. Als we samen door het coaching-programma heen gaan, kan het zijn dat je sweet spot veranderd. Dit doel neemt toe naarmate je je mindset ten opzichte van geld begint te veranderen en je overtuigingen rondom geld verdienen versterkt.

Liefs. Maaike

Coaching by

Maaike
Kastrop