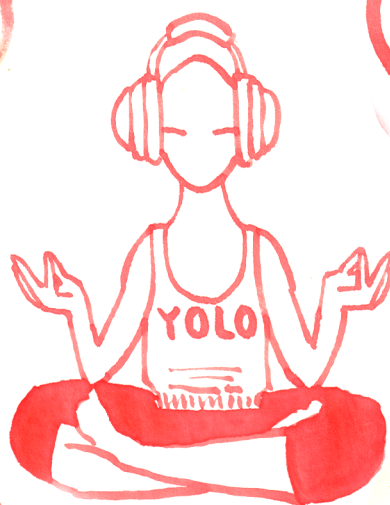




TRAMPKI
NA GIEŁDZIE

Finanse *bez spiny*



Malwina Duda

**Jak mądrze zarządzać finansami,
i nie zwariować?**

Malwina Duda

mgr psychologii

Z wyróżnieniem ukończyła psychologię o specjalności klinicznej na Uniwersytecie Dolnośląskim DSW we Wrocławiu oraz kurs PJM na poziomie średniozaawansowanym. Obecnie kształci się w nurcie Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach. Jest członkinią Polskiego Stowarzyszenia Terapeutów Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (PSTTSR).

Pracuje z dziećmi, młodzieżą i osobami dorosłymi, koncentrując się na zagadnieniach związanych ze stresem, problemami psychosomatycznymi oraz regulacją emocji i motywacji. Prowadzi indywidualne konsultacje, pomagając klientom zrozumieć mechanizmy powstawania stresu i jego wpływu na organizm. Na co dzień współpracuje ze szkołą jako psycholog, wspierając dzieci i młodzież w ich rozwoju emocjonalnym i społecznym. Prowadzi również praktykę psychologiczną, gdzie oferuje konsultacje dla dzieci, młodzieży, oraz dorosłych.

W swojej pracy kładzie nacisk na rozwijanie umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach, zarówno w życiu zawodowym, jak i prywatnym. Wierzy, że każdy człowiek posiada zasoby, które mogą pomóc mu pokonać trudności. Jej celem jest wspieranie klientów w odkrywaniu ich potencjału i budowaniu pozytywnego obrazu siebie.

Należy również do zespołu czasopisma online Praktyk rynku, gdzie pisze artykuły dotyczące psychologii w kontekście podejmowania decyzji i funkcjonowania w dynamicznym świecie finansów i tradingu.

Drodzy Studenci, Drogie Studentki!

Zacznijmy od zawarcia umowy: będziemy zwracać się do siebie pomijając zwroty typu „Pan”, „Pani”, czy „Państwo”. Ja jestem Malwina, i chociaż nie mam pojęcia, kto czyta mój tekst, to wyobrażam sobie, że skoro już po niego sięgnąłeś, to coś w tym obszarze finansów Cię zaciekało. Może chcesz coś zmienić?

Skoro już jesteśmy na „Ty”, chcę zaznaczyć, że będę zwracać się bezpośrednio do Ciebie. Tak, do Ciebie. Czyńąc to, będę używać rodzaju męskiego, jednak czytając tekst możesz zmieniać końcówki, przystosowując je do płci, z jaką się identyfikujesz.

O czym jest ten e-book? Na początku pracy nad nim sama nie znałam odpowiedzi. W głowie pojawiły się różne hasła i skojarzenia. Spisałam je, a następnie spróbowałam połączyć w spójną całość. Co wyszło? Szczerze mówiąc, misz-masz. Nawet gdy odłożyłam na bok mój krytycyzm wobec siebie samej, tekst mi się nie podobał. Zaczęłam więc od początku... I tym sposobem znalazłam się tutaj, zastanawiając się, jak chciałabym żeby ten ebook wyglądał. Pierwszym, co przyszło mi do głowy było, że ma być bez spiny. Drugim, że warto zastanowić się nad tym, jak to się dzieje, że podejmujemy w kwestii finansów konkretne decyzje i działania.

Na jakie pytania staram się odpowiedzieć w tej publikacji?

Czy kiedykolwiek zastanawiałeś się, skąd biorą się Twoje przekonania na temat pieniędzy? Czy są one dla Ciebie wspierające, czy raczej ograniczające w zarządzaniu finansami?

Podczas naszego spotkania będę starała się zachęcić Cię do refleksji nad tym, w jaki sposób Twoje myśli kształtują Twoje podejście do pieniędzy, oraz wpływają na budowanie stabilnej sytuacji finansowej. Poprzez proste ćwiczenia, do których Cię zaproszę, zidentyfikujesz swoje przekonania i dowiesz się, jak je modyfikować, by stały się sprzymierzeńcami w drodze do finansowego bezpieczeństwa i satysfakcji. Następnie przyjrysz się swoim wydatkom i zaplanujesz budżet!

Gotowy na pierwsze kroki w tej podróży? Zapraszam do lektury!

Malwina



Na początku chciałabym zaprosić Cię do pewnego ćwiczenia. Proszę, wyposaż się w kartkę i długopis lub urządzenie, w którym będziesz mógł zrobić notatki. Na górze kartki lub strony napisz słowo PIENIĄDZE. Następnie, pod tym wyrazem, zapisz co najmniej 10 skojarzeń, które przyjdą Ci do głowy. Nie zastanawiaj się, po prostu zapisuj to, co się pojawi: pojedyncze słowa, powiedzenia, cokolwiek przyjdzie Ci na myśl.

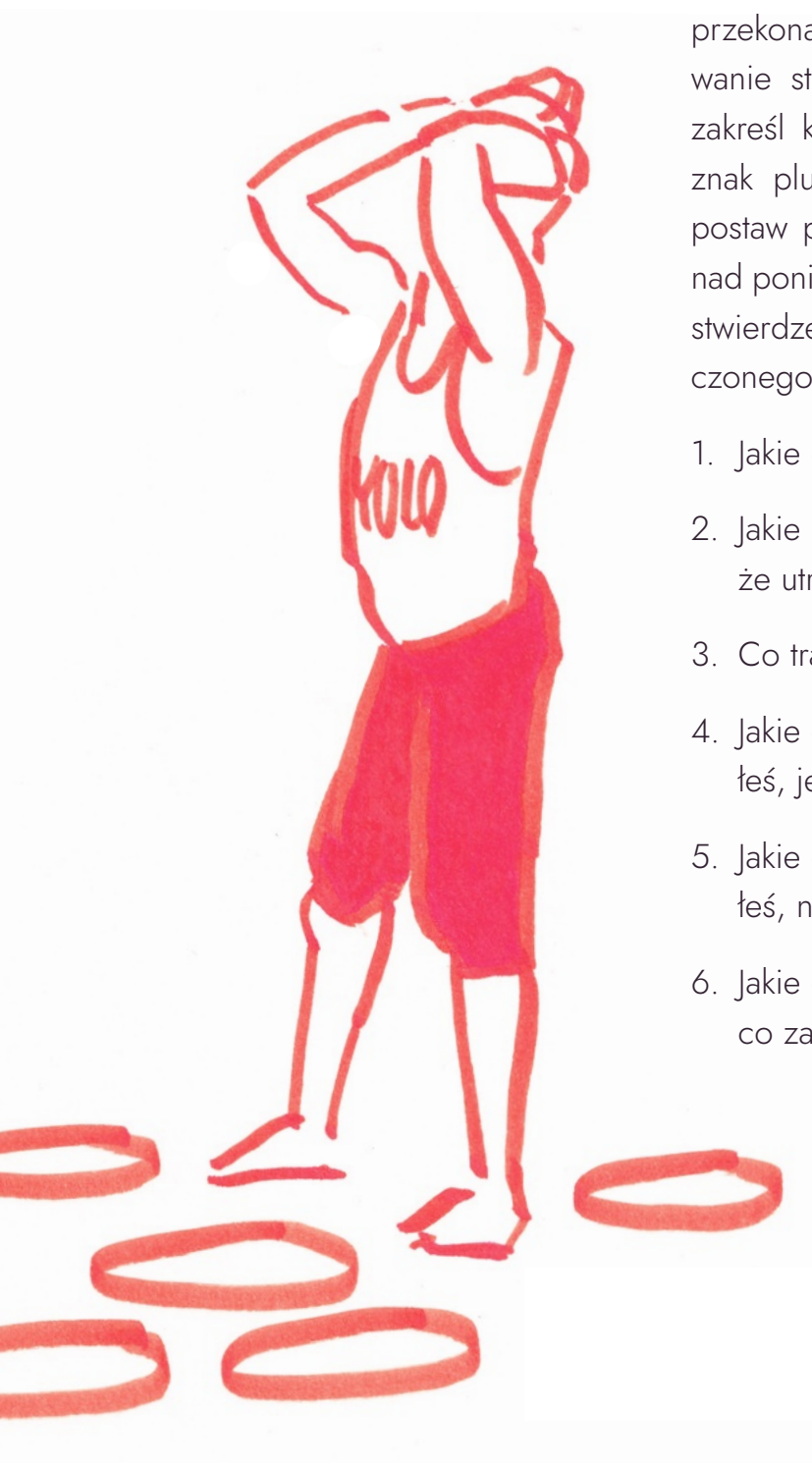
Masz to? Przejdźmy więc dalej. Pomyśl teraz, czy to, co napisałeś jest dla Ciebie wspierające w kontekście zarabiania, oszczędzania, inwestowania czy ogólnie zarządzania swoimi pieniędzmi. Jaki wydźwięk mają te myśli? Czy są pozytywne, negatywne czy neutralne? A może mają charakter wspierający, albo wręcz przeciwnie — ograniczający? Skąd się wzięły? Czy już je gdzieś słyszałeś?

To krótkie ćwiczenie miało na celu wprowadzenie Cię do tematu związanego z przekonaniami. Czym więc one są? Przekonania to inaczej myśli o sobie, otaczającym świecie, ludziach dookoła, a nawet pieniądzu, pracy, edukacji, formach spędzania wolnego czasu itp. Są to pewne generalizacje, które nabyłeś w ciągu swojego życia poczynając od najmłodszych lat.

Jako dziecko nie miałeś jeszcze własnego zdania o finansach, ale obserwowałeś, w jaki sposób zachowywali się i co mówili dorośli (szczególnie ci, którzy byli postrzegani przez Ciebie, również na poziomie nieświadomym, jako autorytety — rodzice, opiekunowie, i inne ważne osoby). Pozyskane informacje przyjmowałeś wówczas bezkrytycznie, a to, co mówili znaczący dla Ciebie ludzie, postrzegałeś jako prawdę. W taki sposób powstały najtrwalsze i zarazem najtrudniejsze do zmiany przekonania — tzw. „przekonania pierwotne”. Przykładami takich przekonań w obrębie finansów mogą być zdania takie, jak:

- Studia gwarantują zatrudnienie.
- Żeby dobrze zarabiać, trzeba ciężko pracować.
- Żeby coś w życiu osiągnąć, trzeba mieć znajomości.
- Pieniądze szczęścia nie dają.
- Bez pracy nie ma kołaczy.
- Muszę dużo zarabiać, aby zacząć oszczędzać.
- Inwestowanie jest dla bogatych.
- Pieniądze nie rosną na drzewach.
- Im więcej pieniędzy, tym życie jest lepsze.
- O emeryturze będę myśleć później.
- Nie mam z czego oszczędzać.

Traktowanie tych przekonań bezkrytycznie i przyjmowanie ich jako faktów może spowodować, że będą miały kluczowy wpływ na Twoje wybory i decyzje. Jednak nie musi tak być. Przekonania o pozytywnym, wspierającym wpływie warto pielęgnować, wzmacniać je. Natomiast te o charakterze ograniczającym warto przeformułować na bardziej korzystne.



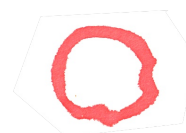
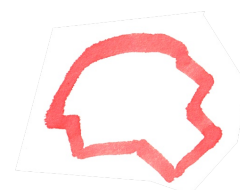
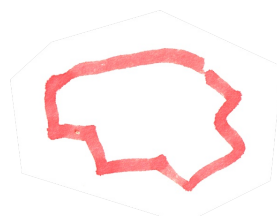
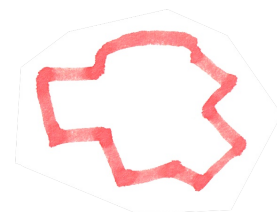
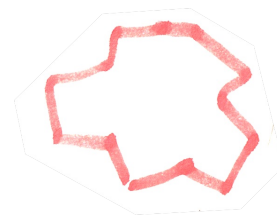
Wróćmy do ćwiczenia, które zaproponowałam Ci na początku. Masz za sobą krok pierwszy dotyczący identyfikacji przekonań związanych z pieniędzmi. Krokiem drugim będzie ich modyfikacja. Zakreśl te myśli, które według Ciebie wpływają na to, w jaki sposób gospodarujesz swoimi pieniędzmi. Które przekonania pomagają Ci, a które utrudniają budowanie stabilnej sytuacji finansowej? Te pierwsze zakreśl kolorem zielonym albo postaw przy nich znak plus, te drugie zaznacz na czerwono lub postaw przy nich znak minus. Zastanów się teraz nad poniższymi pytaniami, a następnie do każdego stwierdzenia zakreślonego na czerwono lub oznaczonego znakiem minus, dopisz swoją odpowiedź.

1. Jakie emocje odczuwasz czytając daną myśl?
2. Jakie korzyści masz z tego, że utrzymujesz tę myśl?
3. Co tracisz, myśląc w taki sposób?
4. Jakie dowody świadczą o tym, że to, co zapisałeś, jest prawdą?
5. Jakie dowody świadczą o tym, że to, co zapisałeś, nie jest prawdą?
6. Jakie emocje odczuwałbyś, gdybyś uznał, że to, co zapisałeś, nie jest prawdą?

Założmy, że powiedzenie: „Pieniądze szczęścia nie dają” jest moim przekonaniem pierwotnym, które ogranicza mnie w oszczędzaniu, a w związku z tym nie mogę sobie pozwolić na wyjazd w wymarzone miejsce. Poniżej moje odpowiedzi:

1. Odczuwam rezygnację i smutek, ponieważ ta myśl pokazuje, że pieniądze nie mają wpływu na jakość mojego życia.
2. Ta myśl pomaga mi w docenianiu wartości niematerialnych.
3. To stwierdzenie sprawia, że nie biorę pod uwagę korzyści wynikających z posiadania pieniędzy: poczucia komfortu, bezpieczeństwa oraz realizacji celów i pasji.
4. Wiele badań pokazuje, że powyżej pewnego poziomu dochodów, dodatkowe pieniądze nie zwiększają szczęścia w sposób proporcjonalny. Badacze mają odmienne zdania na temat konkretnego progu, powyżej którego dodatkowe pieniądze nie zwiększają już znacząco satysfakcji z życia. (Ty nie musisz powoływać się na wyniki badań. To moje skrzywienie zawodowe.)
5. Pieniądze dają mi możliwość korzystania z prywatnej opieki zdrowotnej, ułatwiają edukację i rozwój. Zapewniają większą swobodę przy dokonywaniu wyborów.
6. Mogłoby to podnieść poczucie sprawczości i wpływu na moje życie, a tym samym na pojawienie się uczucia zadowolenia i radości.

Twoja kolej! Jakie masz wnioski? Czy Twoje przekonania mają odzwierciedlenie w rzeczywistości?



Wykonaj teraz kolejny krok: spróbuj przeformułować te stwierdzenia. Pisząc o przeformułowaniu, mam na myśli taki dobór słów, za pomocą którego przekonanie stanie się wspierające. Wróć do mojego przykładu: „Pieniądze szczęścia nie dają”. Nowe przekonanie, które byłoby dla mnie korzystne i wspierające, brzmiałoby: „Pieniądze to nie wszystko, ale ułatwiają realizację marzeń, a w związku z tym przyczyniają się do odczuwania szczęścia”. Brzmi lepiej, prawda? Z pewnością jest bardziej wspierające w drodze do realizacji celu, w tym przypadku wymarzonej podróży. Czas, byś spróbował zmodyfikować swoje przekonania ograniczające. Pamiętaj o tym, aby przekonanie było jak najbardziej realne i miało charakter pozytywny, wspierający. Możesz to sprawdzić zadając sobie pytania, które zaproponowałam wcześniej.

Nieprzychylnie przekonania dotyczące pieniędzy to jedna z przeszkód w dążeniu do satysfakcji finansowej. Celowo używam słowa „satysfakcja”, ponieważ zarówno ja, jak i Ty, będziemy ją rozumieć inaczej. Dla mnie, na przykład, satysfakcja finansowa oznacza niezależność, możliwość odkładania pewnej sumy pieniędzy bez zagrożenia, że nie wystarczy mi do kolejnej wypłaty, możliwość podróżowania.

Przeznacz na ten etap ćwiczenia tyle czasu, ile potrzebujesz. Nie narzucaj sobie niepotrzebnej presji. I jak Ci poszło?

No dobra, pomyślisz: i co, to już? Od tej chwili wszystko w obrębie moich finansów będzie wyglądało inaczej? No, niekoniecznie. Utrwalane przez lata schematy myślenia

trudno jest zmienić w przeciągu jednej chwili. Będą wybrzmiewać w momentach zarabiania pieniędzy, próbach ich gospodarowania, wydawania czy oszczędzania. Dlaczego? Bo nasze myśli niosą ze sobą ładunek emocjonalny, który wpływa na nasze zachowanie. Dlatego aby coś zmienić, będziesz musiał ćwiczyć! Zauważaj to, co pojawia się w Twojej głowie. Tak: pojawia się! Twoje myśli nie są Tobą, a nawet więcej: nie wszystko, co pomyślisz, jest prawdą i nie wszystko musi się zrealizować! Zobacz: skoro mogę myśleć, że pieniądze szczęścia nie dają, równie dobrze mogę myśleć (z pewnym wysiłkiem, ale jednak), że pieniądze mogą ułatwić realizację marzeń, a w związku z tym przyczynić się do odczuwania szczęścia. Utrwalenie nowych przekonań może być początkowo dość trudne i nienaturalne, ale przecież tak jest z każdą nabywaną umiejętnością lub sytuacją, w której bierzemy udział po raz pierwszy.

W zmianie przekonań mogą być pomocne również afirmacje. Według Encyklopedii PWN, *affirmatio* z języka łacińskiego oznacza „potwierdzenie”, „przyjęcie”. Jest to „pozytywny stosunek do własnego życia przez odnalezienie sensu istnienia, pomimo rozczarowań, nietrwałości szczęścia i nieszczęśliwych przypadków”. Inaczej mówiąc: są to pozytywne stwierdzenia, które wywierają korzystny wpływ na samopoczucie, samoocenę i zachowanie człowieka.

Pamiętaj, aby dostosować treść afirmacji do Twoich potrzeb i wartości. Bardzo ważny jest sposób ich formułowania i autentyczność. Afirmacja to nie to samo, co myślenie magiczne. Nic się nie wydarzy bez Twojego działania. Jednak podobnie, jak w przypadku przekonań ograniczających, tak samo tutaj, w parze z Twoimi myślami podążają emocje, które przekładają się na zachowanie. Łatwiej jest jednak osiągać postawione sobie cele (również finansowe) i radzić sobie z różnymi wyzwaniami przyjmując perspektywę: „mam możliwość” i odczuwać przy tym zaniepokojenie, a nawet pewien poziom ekscytacji, zamiast: „to będzie trudne” z towarzyszącymi takiemu nastawieniu lękiem, stresem i obawą. Spróbuj stworzyć taką afirmację. Stosuj czas teraźniejszy i używaj słów o charakterze pozytywnym. Zapisz ją i regularnie wypowiadaj na głos.



Identyfikacja, kwestionowanie i modyfikowanie myśli, które nie są przystosowawcze, na takie o charakterze bardziej adaptacyjnym nosi w terapii poznawczo-behawioralnej nosi nazwę restrukturyzacji poznawczej. Na przykładzie finansów pokazałam Ci, w jaki sposób możesz przeformułowywać swoje myśli i tworzyć afirmację, aby negatywne przekonania na temat pieniędzy i ich gospodarowania zastąpić myślami, które pozwolą Ci na korektę zachowania w dotychczasowym sposobie zarządzania swoimi finansami. Pamiętaj jednak, że to nie jest sposób, który będzie odpowiedni w każdej sytuacji. W Twoim życiu zapewne będą pojawiły się sytuacje i myśli, którym towarzyszyć będą nieprzyjemne emocje. Pozwól sobie na ich przeżywanie, ponieważ są nieodłączną częścią Twojego istnienia. Oczywiście, nie byłabym sobą, gdybym nie podkreśliła, że w sytuacjach, które być może w danej chwili są w jakiś sposób przytłaczające, powodują szeroko rozumiane cierpienie czy dyskomfort emocjonalny, warto skorzystać z pomocy specjalisty.



Zrobić budżet to wskazać swoim pieniądzom, dokąd mają iść, zamiast się zastanawiać, gdzie się rozeszły.

— John C. Maxwell

Myślę, że słowa Johna C. Maxwella mogą stanowić dobry początek do drugiej części naszego spotkania, a mianowicie tematu zarządzania finansami. Zastanów się nad tym, co się dzieje z pieniędzmi, które otrzymujesz, czy to w postaci stypendium naukowego, wynagrodzenia za pracę czy prowadzenia własnej działalności. Czy zarządzasz nimi w sposób świadomy, planując wydatki, czy raczej wydajesz je pod wpływem impulsu, a następnie, gdy są Ci potrzebne, zastanawiasz się, co się z nimi stało?

Mogłoby się wydawać, że okres studiów nie jest najlepszym momentem na rozpoczęcie nauki odpowiedniego gospodarowania budżetem, ponieważ posiadane środki finansowe są dość ograniczone. Wręcz przeciwnie! Wiedza dotycząca zarządzania finansami osobistymi, czyli związana z tym, w jaki sposób pozyskiwać, gromadzić, oszczędzać, inwestować, a także wydatkować środki finansowe, jest istotnym elementem w życiu każdego człowieka wpływającym na wiele innych aspektów, w tym również na poczucie bezpieczeństwa, kontroli i sprawczości.

Od czego zacząć? Od analizy Twojej aktualnej sytuacji finansowej. Przyjrzyj się swoim dochodom i wydatkom. To jest ten moment, w którym znowu możesz sięgnąć po coś do notowania. Skoro czytasz tę publikację, nie czekaj na odpowiedni moment na zmianę, zacznij działać już teraz. Przeanalizuj wyciągi bankowe z ostatnich kilku miesięcy i zidentyfikuj, na co najczęściej przeznaczasz swoje pieniądze. Być może już na tym etapie będziesz mógł wskazać obszary, które powinny być lepiej zarządzane.



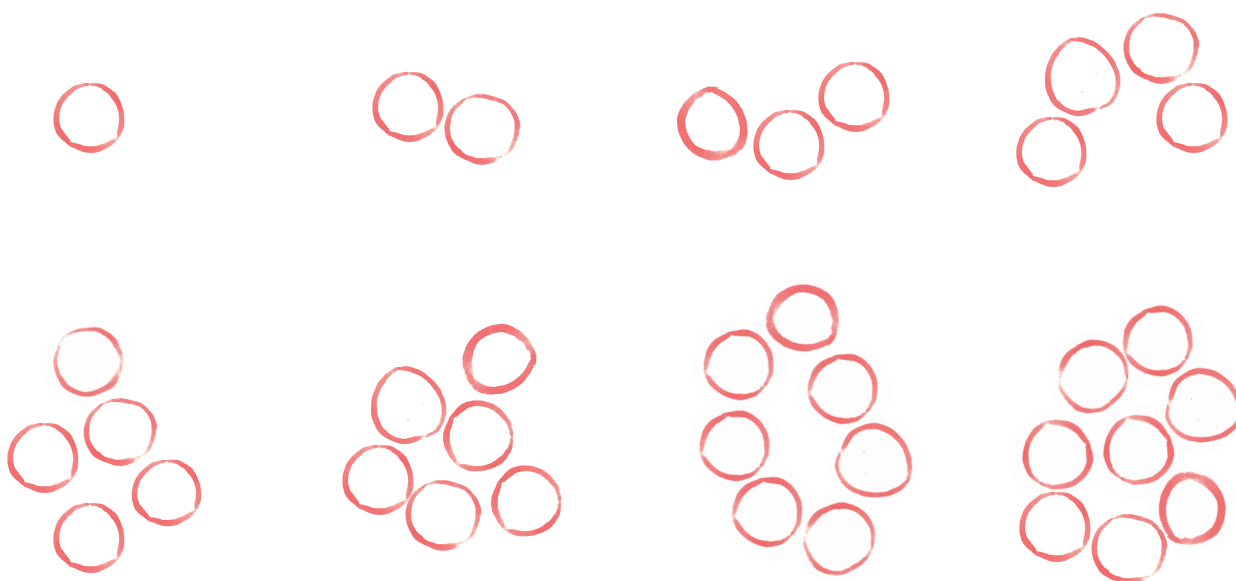
Kolejnym krokiem jest określenie celów finansowych. Na co chcesz, lub musisz, przeznaczać swoje pieniądze? Wypisz te cele, uwzględniając również zadłużenia oraz różnego rodzaju opłaty. Wyznaczając cele finansowe, opracuj te krótkoterminowe (pomogą utrzymać motywację) oraz długoterminowe, związane z Twoją przyszłością finansową. Jasno sformułowane cele ułatwiają podejmowanie konkretnych działań, które są elementem kolejnego kroku dotyczącego opracowania planu działania. Stwórz strategię osiągnięcia wyznaczonych celów. Możesz rozpocząć od zaplanowania budżetu. Uporządkuj swoje bieżące wydatki według hierarchii ważności: na samej górze listy umieść te wydatki, które są niezbędne (związane z potrzebami i zobowiązaniami np. rachunki, transport, żywność itp.), a niżej te, które nie są dla Ciebie niezbędne (tzw. zachcianki, np. codzienna kawa na mieście). Przelicz je. Które wydatki są cykliczne, a które okazjonalne?

W którym miejscu listy pojawiło się hasło: oszczędzanie? Jeśli się pojawiło: czy to na pewno odpowiednie miejsce? Jeśli się nie pojawiło, to jak wysoko na liście byś je umieścił? Zastanów się, czy istnieje jakiś sposób zwiększenia Twoich dochodów? Czy dostrzeżesz możliwość zmniejszenia ilości pieniędzy przeznaczanych na wydatki, które nie są dla Ciebie kluczowe? Sporządź swoją własną listę pomysłów na oszczędzanie (np. planowanie posiłków i tworzenie listy zakupów przed wyjściem do sklepu, zabieranie kawy z domu zamiast kupowanie jej na mieście, korzystanie ze zniżek studenckich itp.) — bądź kreatywny! Słyszałeś o efekcie latte? Jest to koncepcja, której twórcą jest David Bach, autor wielu książek o tematyce finansowej. Efekt latte odnosi się do wydawania regularnie niewielkiej

sumy pieniędzy, która po ograniczeniu może prowadzić do zgromadzenia zaskakująco dużej kwoty oszczędności. W praktyce można to przełożyć właśnie na kupno kubka kawy. Codziennie może to być mała kwota, ale już w perspektywie tygodnia, miesiąca i roku, zbiera się całkiem pokaźna suma, którą możemy np. zainwestować.

Czas na wdrożenie planu oraz monitorowanie i analizę postępów. Na tym etapie potrzebna Ci będzie konsekwencja i samodyscyplina. Monitoruj swoje wydatki. Może być w tym pomocna aplikacja do planowania budżetu. Będziesz mógł na bieżąco analizować to, na co wydajesz swoje pieniądze i gdzie mógłbyś zaoszczędzić. Pamiętaj, że oszczędzanie nie oznacza braku możliwości kupowania i przeznaczania pieniędzy na przyjemności. To również istotna część Twojego życia, wpływająca na poczucie komfortu i satysfakcji! Zachęcam Cię jednak do tego, abyś uwzględnił to w swoim planie budżetowym, a przeznaczone na ten cel środki wykorzystywał świadomie, a nie pod wpływem impulsu.

Koryguj swój plan, jeżeli uważasz, że coś należy zmienić. Koryguj także strategię adekwatnie do zmieniających się okoliczności. Każdy kolejny miesiąc nie będzie wyglądał tak samo jak poprzedni. W lutym na przykład opłaty za ogrzewanie będą większe, niż w lipcu, w innym momencie być może pojawią się jakieś uroczystości, na które będziesz musiał przeznaczyć określoną pulę pieniędzy, a być może któregoś miesiąca będziesz dysponował większą kwotą, którą będziesz mógł rozdysponować inaczej niż dotychczas. Obserwuj, analizuj, oceniaj i modyfikuj! To ćwiczenie może być pierwszym krokiem do rozwijania w sobie zdolności do podejmowania świadomych i skutecznych decyzji finansowych, czyli do kształtowania tzw. inteligencji finansowej.



Zarządzanie swoimi finansami to dynamiczny proces, który pomaga ograniczyć napięcia i dyskomfort w sytuacjach związanych z pieniędzmi, zaspokajać codzienne potrzeby, a także realizować ulokowane w dalszej przyszłości cele.

Na zakończenie chciałabym poruszyć z Tobą jeszcze jeden kluczowy aspekt zarządzania finansami, który dotyczy zagrożeń związanych z oszczędzaniem. W finansach, podobnie jak w psychologii i życiu codziennym, rzadko kiedy coś jest binarne, zero-jedynkowe. Wiele zależy od kontekstu, podejścia i indywidualnych potrzeb. Z jednej strony, oszczędzanie pieniędzy może zwiększyć poczucie bezpieczeństwa, spokój oraz większą niezależność i swobodę w podejmowaniu decyzji. Z drugiej jednak, nadmierna koncentracja na oszczędzaniu może przerodzić się w obsesyjną kontrolę wydatków, ograniczając radość z życia i prowadząc do frustracji.

Kiedy oszczędzanie staje się niebezpieczną pułapką? Podam kilka przykładów. Twoją uwagę powinna zwrócić rezygnacja ze wszystkiego, co dotychczas powodowało przyjemne emocje: unikanie wszelkich rozrywek (np. wyjścia ze znajomymi) oraz odmawianie sobie drobnych przyjemności (np. kawa na mieście), aby jak najwięcej zaoszczędzić. Takie postępowanie może doprowadzić do wykluczenia z życia towarzyskiego. Kolejnym przykładem może być odczuwanie niepokoju lub lęku w związku z wydawaniem zaoszczędzonych pieniędzy, a także doświadczanie stresu na samą myśl o przeznaczeniu oszczędności na realizację jakiegoś celu. Rygorystyczne podejście do ustalonego planu budżetowego, nieuwzględnianie zmieniających się warunków życia i brak przyzwolenia na jakiegokolwiek odstępstwa powinny być czerwoną flagą. W takiej sytuacji najprawdopodobniej najlepszym rozwiązaniem będzie modyfikacja sposobu zarządzania finansami i wprowadzenie do niego większej elastyczności, co pozwoli zachować prawidłowe podejście do finansów.

Posiadanie poduszki finansowej pozwala przetrwać trudne i nieprzewidziane momenty w życiu, takie jak utrata pracy czy choroba, ale także umożliwia realizację marzeń takich jak podróże lub dalsza edukacja.



Korzystaj ze zgromadzonych zasobów, jeśli tego potrzebujesz! Oszczędzanie powinno służyć poprawie jakości życia, a nie być celem samym w sobie. Równowaga jest ważna!

W ten sposób dobrnęliśmy do końca naszego spotkania! Jak się masz? Mam nadzieję, że coś z tego, co tu przeczytałeś, zostanie z Tobą na dłużej. Pamiętaj, że podejście do finansów to nie tylko rachunki i budżety, ale także sposób myślenia, który możesz rozwijać każdego dnia. Wiem z doświadczenia, że wprowadzenie świadomych zmian w zarządzaniu finansami może okazać się wyzwaniem. Wiem też jednak, że każdy krok, nawet najdrobniejszy, ma znaczenie. Pamiętaj o efekcie latte? Zacznij od analizy swoich przekonań, określ cele i działaj! Nie musisz robić wszystkiego naraz — istotna jest regularność i stopniowe wypracowywanie nowych nawyków. Pieniądze to tylko narzędzie. To Ty decydujesz, w jaki sposób je wykorzystasz. A skoro już tutaj jesteś i czytasz te słowa, to znaczy, że podjąłeś pierwszy krok. Trzymam za Ciebie kciuki!

Powodzenia!

Malwina

Jeśli spodobała Ci się ta publikacja, i chcesz znaleźć więcej podobnych treści, lub spotkać nas w trakcie któregoś z wielu organizowanych przez nas wydarzeń, możesz odwiedzić nas w internecie lub mediach społecznościowych.

Znajdziesz nas na TikToku, Instagramie, Facebooku, LinkedInie i w Google, wpisując:



**TRAMPKI
NA GIEŁDZIE**