

# Hábitos Monetarios

## Preguntas para discutir:

1. ¿Cómo tu hábito dominante te ayuda, o te complica la vida: con un presupuesto realista.... mantenerlo razonablemente, donar a caridades o individuos... mantenerse libre de deudas no razonables.....tomar decisiones de trabajo/carreras... disfrutar de la vida... desarrollar y mantener relaciones saludables...tener la vida que quieres...tener el futuro que quieres?
2. ¿Qué hábito es el más dominante cuando todo esta muy bien en tu vida y te sientes muy feliz?
  - ¿Cómo esto te afecta la manera en que gastas, ahorras, inviertes, das a otros y manejas las deudas?
  - ¿Cómo esto te impacta en tu: trabajo/carrera, afecta tus relaciones que tienen que ver en tu vida?
3. ¿Qué hábito es más dominante cuando estás estresado o cansado?
  - ¿Cómo esto afecta la manera en que gastas, ahorras, inviertes, das a otros y manejas tus deudas?
  - Como esto te impacta en tu trabajo/carrera, afecta tus relaciones e influye en tu vida?
4. ¿Cuáles son algunas de las acciones que puedes usar para evitar que un hábito te aleje de tus metas?
5. ¿En quién puedes confiar para ayudarte a reforzar tus hábitos positivos o te ayude a modificar tus desafíos?

6. ¿Qué persona, emoción o situación puedes identificar con tus hábitos?
- Por ejemplo, escuchas la voz de tu madre, padre, u otra persona en tu mente que te esté motivando o amenazando?
  - ¿Puedes recordar comentarios de tu pasado que refuerzan algunos de tus hábitos del dinero?
  - ¿Cuáles de estos mensajes están guiando tus comportamientos? ¿Tienen estos mensajes todavía algún valor para ti?
  - ¿Cómo estos mensajes te ayudan o cómo te mantienen alejados de tus metas?
7. Si compartes la responsabilidad de gastos, ahorros y decisiones financieras de tu vida personal o profesional con otro(s) ¿cómo pueden tus hábitos del dinero ayudarte a balancear o a complementar cada uno? ¿Pueden las semejanzas o las diferencias causarte conflictos?

**Si tienes cartas en la pila de “A veces soy así” pregúntate a ti mismo:**

¿Cuándo tiendes tú a usar este hábito? ¿Quién está contigo? ¿Cuál es tu situación? ¿Está funcionando esto para ti? ¿Podría esto hacerte sentir más feliz y en control con tu balance del hábito si usaras tú este hábito menos o más?

**Después de repasar tus hábitos dominantes, lee la interpretación de las cartas de otros hábitos para ver como estos se relacionan contigo. Piensa en estas preguntas:**

- ¿Cómo la combinación de mis hábitos me ayudara a vivir la vida que quiero y a alcanzar mis metas?
- ¿Cómo trabaja mi combinación de hábitos en contra de mis metas financieras de la vida?
- ¿Estoy satisfecho(a) con mi balance de hábitos?
- Si tu respuesta es “no” ¿cuáles hábitos podrías usar más o usar menos para alcanzar ese balance?
- ¿Cómo estos hábitos podrían causar tensión, quejas, o discusiones en algunas de mis relaciones?

**Si tu respuesta es sí, contesta la próxima pregunta.**

- ¿Podría beneficiarme si me ajusto mis hábitos del dinero o manejo la situación en una manera diferente?
- ¿Estás usando un hábito más de lo debido? Revisa el otro lado de la carta para sugerencias para hacer cambios. Comienza con una o dos para empezar.

Escribe sugerencias, o cosas de las cartas que te gustaría recordar:

**Espontaneo:**

Si te identificas con los desafíos relacionados con hábitos de espontaneo, considera alguna de las siguientes sugerencias.

Usa depósitos directos y pagos automáticos pre-establecidos. Ahorra una cantidad específica cada semana, aunque sea \$1/semanal.

Haz una lista de actividades alternas que puedas realizar en lugar de ir de compras.

**1. ¿Cuál es el mensaje(s) más fuerte acerca del dinero?**

La primera línea de la carta te habla de como tú piensas y reaccionas acerca del dinero.

Para el espontaneo: el mensaje dice: "El dinero te inspira a disfrutar del momento."

Escribe el mensaje aquí:

**2. ¿Cómo te podrían percibir otros?**

De las cuatro palabras en la carta, ¿cuál o cuáles podrían describir la manera en que otros te perciben?

¿Por qué diferentes personas podrían usar palabras distintas?

¿Qué palabra(s) describe(n) como te ves a ti mismo? ¿Por qué te puedes percibir diferente a como otros te perciben?

**3. Lee las ventajas.**

¿Cuáles ventajas tienes tú ? (no todas aplican)

¿Puedes pensar en otras ventajas?

**4. Lee las desventajas.**

¿Con cuáles tu te relacionas? (no todas aplican.)

¿Puedes pensar en otras?

**Si no tienes un hábito en tu pila de “Asi soy yo” ¿dónde pueden estar estas cartas?**

Si la mayoría de las cartas que no se encuentran en el hábito de “Asi soy yo” están en la pila de “Yo no soy así” pregúntate a ti mismo(a). ¿Hay alguna buena razón para no usar este hábito en este momento de tu vida. Revisa las cartas amarillas de interpretación para este hábito para saber cuales ventajas puedes estar perdiendo.

**¿Qué beneficio tendrías sólo por usar este hábito más seguido?**