

Podcast: Rodzicem Jestem

Tytuł: "Jak dbać o rodzinne finanse?"

Numer odcinka: RJ #38

Sylwia Blum-Gregorczyk, Ola Rother

Gość: Anna Czereszewska

Cześć. Dziś przygotowaliśmy dla Ciebie kolejne nagranie z serii Rodzicielskich Drogowskazów. W tej serii odcinków przypominamy nagrania rozmów z pierwszej w Polsce podcastowej konferencji Kierunek Szczęście.

Dzisiejsza rozmowa będzie dotyczyła chyba najbardziej przyziemnego tematu w porównaniu z wszystkimi poprzednimi, o którym rozmawialiśmy. Oczywiście zdrowie fizyczne czy organizacja i planowanie też nie należą do metafizycznych obszarów, ale jeśli zaczynamy rozmowę o pieniądzach, to często wydaje nam się, że temat został sprowadzony do parteru. Ale czy pieniądze naprawdę tak działają czy to tylko nasze przekonania? Właśnie o tym między innymi będzie dzisiejsza rozmowa. To znaczy o tym czym są dla nas pieniądze i jak je postrzegamy, ponieważ nawet w tak przyziemnym temacie jak pieniądze nie może zabraknąć spojrzenia w siebie, na swoje myśli i przekonania.

Dlaczego jest to takie ważne? Nasze pokolenie 30 i 40-latków jako dzieci bardzo często słyszało stwierdzenia, które stawiały pieniądze i bogactwo w negatywnym świetle. Mówiło się, że jak ktoś miał więcej pieniędzy, to na pewno kombinował i nie zdobył ich uczciwie. W końcu pierwszy milion trzeba ukraść. A jeśli jeszcze nie ukrywał swojej zamożności, tylko wręcz przeciwnie pokazywał ją, to już w ogóle był wytykany palcami. Lepiej było być przeciętnym i nie afiszować się z bogactwem. I wcale nie mamy tutaj na myśli milionów na koncie.

A jak jest dzisiaj? Ile z tych przekonań przetrwało w nas? Czy Ty też tak uważasz? Czy wszyscy bogaci ludzie są nieuczciwi i do tego na pewno są skąpi? Bo przecież ten co ma pieniądze niechętnie dzieli się nimi z innymi. Czy rzeczywiście? Jeśli Twoje przekonania

dotyczące pieniędzy są właśnie takie, to raczej mało prawdopodobne jest to, że sama będziesz kiedyś bogata. Dlaczego? Bo uważasz, że uczciwą pracą tego nie osiągniesz.

Drugim istotnym elementem, który powinnaś wziąć pod uwagę przy zarządzaniu finansami, jest kwestia ich znaczenia dla Ciebie. Jak istotną rolę pełnią w Twoim życiu? Mówi się, że pieniądze szczęścia nie dają, jednak chyba większość osób uważa pieniądze za ważny element swojego życia. W końcu dają pewne poczucie bezpieczeństwa. Przecież każda z nas chce zapewnić dzieciom warunki, w których nie będą musiały się martwić czy będzie obiad w domu albo czy rodziców będzie stać na nowe buty lub kurtkę. Wszystkie chcemy dać swoim dzieciom to co najlepsze i dla każdej z nas może to oznaczać zupełnie coś innego. Ważne jednak, żebyś zdała sobie sprawę, na którym miejscu w Twoich priorytetach życiowych znajdują się pieniądze. Od tego będzie zależało nie tylko to jak Ty będziesz do nich podchodzić i czy będziesz się skupiać na ich pomnażaniu, oszczędzaniu, czy też wydawaniu, ale też jak Twoje dzieci będą je traktować.

Pamiętaj, że dzieci najlepiej uczą się przez modelowanie. Nie nauczysz swoich dzieci oszczędzania, jeśli sama nie będziesz tego robić. Twoje dzieci nie będą potrafiły zarządzać swoimi pieniędzmi, jeśli ich nie będą miały lub nie będą mogły podejmować decyzji na co je wydawać. Wróć do tego co sama wyniosłaś z domu, do tego jak Twoi rodzice podchodzili do finansów. Czy miałaś swoje kieszonkowe? Mogłaś wydać przysłowiowe pieniądze z komunii na to co sama chciałaś? W jaki sposób wpłynęło to na to czym dzisiaj są dla ciebie pieniądze?

Zaczęłyśmy dosyć duchowo, więc teraz przejdziemy do tej bardziej przyziemnej części tematu, o której usłyszysz w rozmowie z Anią. Zapraszamy do wysłuchania rozmowy z Anią Czereszewską.

SYLWIA: Gościem dzisiejszej rozmowy jest Ania Czereszewska. Ania prowadzi bloga Dzieci i pieniądze. Jest mamą dwójki dzieci, które nazywa zaradnymi finansowo i w tych kwestiach wspiera też rodziców w przekazywaniu umiejętności finansowych dzieciom. Witam Cię Aniu. Bardzo Ci dziękuję, że zgodziłaś się wziąć udział w naszej konferencji. Konferencji, która nosi tytuł Kierunek Szczęście i pokazuje nawyki, które nas do tego szczęścia i do życia pełnią życia, jakkolwiek to brzmi, zbliżają.

Nawyk, z którym się nam kojarzysz to finanse i właśnie o tym chcieliśmy dzisiaj z Tobą porozmawiać. Jednak zanim przejdziemy do tego tematu to chciałabym, żebyś nam opowiedziała kim jesteś i czym się zajmujesz.

ANIA: Cześć jestem Ania Czereszewska i jestem psycholożką i terapeutką. Właściwie główny obszar mojej pracy to praca z dorosłymi, rodzicami, ale też pracuje obecnie z seniorami. Częścią mojej pracy jest blog i działalność w internecie. Myślę, że mogę powiedzieć, że pracuję bardziej z rodzicami niż z dziećmi, nad takim ogólnym hasłem dobrobytu, dobrostanu i w to się wpisują pieniądze. Choć zaczynałam kiedyś z trochę innego punktu kiedy myślałam o pieniądzach, a teraz skłaniam się do tego, żeby pieniądze, finanse umieścić właśnie w pojęciu dobrobytu. Jak nas zbliżają do takiego dobrobytu. Co nam pieniądze dają właśnie w tym zakresie myślenia o szczęściu.

Więc tak ogólnie mogę powiedzieć, że pracuję z ludźmi nad tym, żeby im było spokojniej, lepiej, żeby byli w równowadze, czuli się zadowoleni, szczęśliwi w swoim życiu.

SYLWIA: Dziękuję. Wspomniałaś o szczęściu, o tym, że jest skorelowane z pieniędzmi, chciałabym poznać Twoją definicję szczęścia. Czym dla Ciebie jest szczęście?

ANIA: Najpierw pomyślałam sobie, że nie mam definicji, a potem sobie przypomniałam, że jednak szczęście zaczynam łączyć coraz bardziej z akceptacją, z byciem tu i teraz po prostu. Nie wybieganiem za bardzo w przyszłość, ani nie zamartwianiem się przeszłością, takim byciem tu i teraz i akceptacją. Chyba najbardziej pasuje to słowo. Zauważeniem, że to jaka jestem jest okej i że dużo rzeczy też jest okej. Chyba najbardziej to.

SYLWIA: Bardzo ciekawa definicja szczęścia, bardzo mi się podoba. Naszymi gośćmi w większości są osoby, które są rodzicami, właściwie mamami. Jak to było u Ciebie z macierzyństwem? Jak sobie je wyobrażałaś, a jaka była rzeczywistość?

ANIA: Ciekawe pytanie. Nie pamiętam czy ja sobie je jakoś szczególnie wyobrażałam. Mam chyba bardziej taki ogólny obrazek tego, że bardzo chciałam macierzyństwa, że to będzie takie radosne, wspaniałe. Chociaż zdawałam sobie sprawę, że to też jest trudne i potrafi być męczące. Miałam poczucie, że może być różnie, że to nie jest do końca taki sielski obrazek, ale chyba najbardziej zaskoczyło mnie to, jak szybko się pewne rzeczy zmieniają. Pamiętam jak w ciągu pierwszego roku życia mojego synka próbowałam

znaleźć jakiś schemat, porządek. Kąpać go o stałej godzinie, posiłki też podawać w jakimś rytmie, ale widziałam, że to mi się nie sprawdza. Teraz z perspektywy czasu myślę, że ten rytm był chyba bardziej potrzebny mnie. Po trzech miesiącach mój syn wchodził w kolejną fazę kiedy mniej spał, inaczej się trochę zachowywał i ten rytm, który wypracowałam brał w łeb i musiałam od nowa pewne rzeczy sobie organizować. Więc chyba to mnie zaskoczyło, myślałam, że da się to podpiąć pod jakiś plan, a się nie dało.

Tak samo córka mnie zaskoczyła. Zachowywała się zupełnie inaczej jako noworodek, na przykład więcej spała, miała nawet takie trzygodzinne drzemki systematycznie, codziennie. Chyba to było dla mnie zaskoczeniem, żeby się nie nastawiać po prostu, bo dzieci są naprawdę różne. To co sobie wymyślałam było weryfikowane i elastyczność się najbardziej przydała. W sensie, żeby nie iść za schematami, na przykład kąpać dziecko wieczorem, bo mój syn bardzo źle to znosił i po jakimś czasie jak zobaczyłam, że to jest męka dla niego i dla mnie, to kąpałam go rano, gdzie on był w zupełnie innym nastroju.

Też przedefiniowanie sobie pewnych rzeczy, zmiana dla siebie. Miałam w sobie taką myśl "jak to dziecko nie kąpać na wieczór?", ale później sobie pomyślałam, że dla niego jest wszystko jedno kiedy go kąpie. Ważne, żeby po prostu był czysty, raz dziennie umyty całkowicie. Chyba to było dla mnie takim wyzwaniem, że miałam jakiś schemat w głowie, a życie robiło coś innego i trzeba było po prostu to elastycznie zmieniać.

SYLWIA: To słowo elastyczność bardzo wiele razy się przewinęło. Ta elastyczność była u Ciebie naturalna czy to właśnie dzieci Cię jej nauczyły?

ANIA: Myślę, że dzieci, życie. Bardzo dużo mi dawały właśnie takie plany. Lubię planować i teraz właściwie uczę się tego, żeby planować mniej i nie wybiegać za bardzo myślą w przyszłość i właśnie, żeby nie iść w takie stałe schematy. Z jednej strony, gdy mam pewne rzeczy wypracowane to mi ułatwia życie, ale trzeba zwracać uwagę na to, że jeżeli się sytuacja zmieni, to może to co wcześniej miałam w swoim repertuarze się po prostu może nie sprawdzać. Teraz bardzo dużą uwagę zwracam na to czy dana rzecz, dane zachowanie czy nawet nawyk, sprawdza się w tym momencie czy jednak potrzebuje większej elastyczności, jakiejś zmiany. Bo lepiej mi będzie sobie radzić i dbać o siebie, gdy po prostu zauważę, że jednak jest inna sytuacja i i to co do tej pory robiłam już się nie sprawdza. Więc to sobie wypracowałam. To nie było na mnie takie naturalne.

SYLWIA: Myślę, że to co powiedziałaś w kontekście nawyków jest bardzo przydatne. Nawet założenia, oceniane przez nas jako dobre nawyki, warto czasami weryfikować i sprawdzać czy nadal u nas są dobre i czy nam pomagają, czy nie zaczęły przeszkadzać w zależności od sytuacji, która się zmieniła. Przejdźmy do finansów. Czym Aniu dla Ciebie są pieniądze?

ANIA: To jest takie pytanie, nad którym się cały czas zastanawiam. Mam poczucie, że moja definicja pieniędzy i to jak na nie patrzę się zmienia. Zaczynałam bloga trochę z taką myślą, że pieniądze warto mieć, umieć o nich decydować, wiedzieć jak je oszczędzać i jakoś chyba bardziej skupiłam się na tym jak radzić sobie, gdyby ich mogło zabraknąć. To też było związane z naszą sytuacją rodzinną, kiedy mieliśmy pod górkę, tak powiem w skrócie. Bardzo czułam te trudności finansowe i stąd była taka pierwsza chęć właśnie stworzenia bloga.

A w czasie kiedy już go stworzyłam i wraz z jego rozwojem, też rozwojem mnie jako mamy, psychologa zaczęłam sobie zdawać sprawę, że pieniądze są ważnym dla mnie środkiem, ale jednym z wielu. Jednym z narzędzi, na które mogę liczyć i to nie musi być taki środek czy zasób, którego się boję stracić. Tak na dobrą sprawę mam jeszcze inne narzędzia, które mi pomagają.

Więc od takiego widzenia pieniędzy jako coś strasznie istotnego, potrzebnego, przechodzę do myślenia o pieniądzach jako takiego narzędzia, które przydaje mi się jak najbardziej, ale nie chcę go traktować w kategoriach strachu, lecz jako takiego zasobu wśród innych moich narzędzi, innych elementów mojego koszyczka, z którym idę przez życie.

SYLWIA: A jakie to narzędzia?

ANIA: Dużym moim zasobem uważam, że jest moja świadomość, zastanawianie się generalnie po co mi dane rzeczy, po co mi pieniądze, co chcę tym uzyskać. Takie zejście do tego czego potrzebuje. To pytanie siebie: po co mi to? czego chce? czego potrzebuje? co chcę uzyskać? Kontakt ze sobą - to jest drugie moje takie ważne narzędzie, żeby zauważyć co się ze mną dzieje, jaki jest mój oddech. Co się dzieje z moim ciałem. Na ile na przykład jest tak, że ze stresu czy z chęci wyładowania jakiegoś emocjonalnego, szybkiego poradzenia sobie, szukam danych rozwiązań. Czasami jak jestem zdenerwowana, czy idę z dziećmi do sklepu, to widzę, że jednak w nerwach zupełnie

inaczej się zachowuję. Nie mam poczucia, że robię impulsywne zakupy, bo akurat to jest moja mocna strona, że nigdy nie wydawałam impulsywnie. Zawsze mi towarzyszyła taka niechęć do wydawania. Jestem dosyć oszczędną osobą, chociaż to też jest dosyć skomplikowane, bo na wydatki związane z książkami czy z własnym rozwojem mogę nie oszczędzać, a w innych rzeczach już bardziej. Ale generalnie mam taką ostrożność w wydawaniu pieniędzy. Ale też na przykład czasami widzę, że jeżeli się denerwuję czy jestem w stresie, to wtedy chciałabym już na szybko jakiegoś rozwiązania, a później się zastanawiam, że nie o to mi na dobrą sprawę chodziło. To co na pierwszą myśl przychodzi mi do głowy to może będzie jakieś krótkoterminowe rozwiązanie, ale na dobrą sprawę wcale nie rozwiąże tego na czym mi zależy. Tak bardzo ogólnie, bo nie przychodzi mi do głowy jakiś konkretny przykład.

Takie impulsywne zakupy w tym kontekście mogą być formą dawania sobie przyjemności i ulżenia w napięciu. Moim przykładem jest chyba czekolada z orzechami. Pamiętam, że kiedyś poszłam do sklepu i bardzo chciałam się poczuć energetycznie, a bardzo lubię czekoladę z orzechami i dzięki temu, że się zastanowiłam po co mi to, to w końcu nie kupiłam czekolady, tylko sałatkę i do tego orzechy, więc połączyłam to jakoś.

Nie wiem na ile ten przykład oddaje to o co mi chodziło, ale czuję, że taka świadomość i kontakt z sobą pomaga mi podejmować takie decyzje, które dają mi dłuższe wsparcie. Jeszcze ważną umiejętnością, której się ciągle uczę jest proszenie o pomoc, korzystanie ze wsparcia znajomych, rodziny. To jest taka rzecz, która też bardzo dużo mi daje i staram się korzystać z tego raczej szybciej niż później. Jak sobie myślę, że dam sobie radę, nie ma co o tym z kimś gadać, to właśnie może jednak jest moment, żeby z kimś pogadać. I często doświadczam, że nawet nie chodzi mi o to, żeby ktoś mi doradził, dał jakieś rozwiązanie, ale że jak powiem o co mi chodzi, pogadam z kimś, dostanę taką życzliwość i empatię, to łatwiej jest mi samej się skontaktować ze sobą i zrozumieć o co mi chodzi i czego ja właściwie potrzebuję. To też jest bardzo ważna rzecz, tym ważniejsza dla mnie, że sobie to wypracowuje, bo byłam przyzwyczajona, że mam sobie radzić sama i to było przekonanie, które długo mi towarzyszyło.

Miałam pomysł na jeszcze jedną rzecz, ale chyba mi uciekł w tym momencie. Może mi się przypomni później.

SYLWIA: Słuchając Ciebie brzmi mi to tak troszkę jak budowanie relacji z finansami.

ANIA: Trochę tak.

SYLWIA: Bardzo dużo jest w tym takiej relacyjności, siebie i to taki głębszy temat, a nie tylko pieniądze.

ANIA: Mam poczucie, a właściwie wiem, że o finansach mniej mówię w kontekście tego gdzie zainwestować, gdzie oszczędzać. Bardzo ważnym dla mnie narzędziem jest budżet i go prowadzę coraz chyba dokładniej albo świadomiej. Natomiast kwestie takie jak dbać o odsetki, o inflację, o takie rzeczy, to jest dla mnie trochę dalej. Najpierw chcę wiedzieć po co mi to, co mogę rozwijać u siebie. Na przykład wiem też, że jestem osobą, która dosyć dobrze sobie radzi z kontrolą finansów, czego przykładem jest właśnie budżet, natomiast jeśli chodzi o zarabianie większych kwot czy jak to łączyć z tym, żeby dawać innym wartość czy w ogóle wspierać innych, a nie tylko się skupiać na pieniądzach, to tą umiejętność cały czas rozwijam. Jak mówisz o relacji to ja się zastanawiam czym dla mnie są pieniądze. Myślę, że to też daje dużą jakość.

SYLWIA: Już o wielu korzyściach dbania o finanse powiedziałaś. Czy jest jeszcze coś innego o czym nie wspomniałaś co daje nam takie uporządkowanie kwestii finansowych?

ANIA: Zastanawiam się co powiedziałaś, na co zwróciłaś uwagę, a co mogę powiedzieć jeszcze więcej. Powiedziałaś trochę o budżecie.

SYLWIA: O organizacji, że to organizuje wiele rzeczy.

ANIA: Dla mnie budżet przede wszystkim wiąże się nie z samym faktem, że zbieram rachunki i spisuje ile wydałam, bo to jest jedna rzecz. Pamiętam jak kiedyś prowadziłam coś takiego, tylko że to się nijak przekładało na jakość mojego życia finansowego. W sensie szłam do sklepu, robiłam zakupy, wydawałam, później to wszystko spisywałam i się dziwiłam dlaczego tak dużo wydaje, chociaż rejestr prowadziłam. Później, po jakimś czasie zorientowałam się, że jeszcze do tego jest potrzebny plan i ustalenie priorytetów. To jest dla mnie też bardzo istotne, żeby wiedziała właściwie po co chcę mieć pieniądze, po co mi jest ta konkretna ilość potrzebna i właściwie na co chcę w pierwszej kolejności wydawać, o jaki obszar chce się zatroszczyć. To mi też ułatwia podejmowanie decyzji, bo jeżeli jestem w sklepie i się zastanawiam czy kupić to czy tamto, to jak wiem, że w budżecie mam taki limit, to nie wydaje więcej. Jak jest dla mnie ważne, żeby zadbać o swój komfort, to jestem skłonna zafundować sobie masaż czy

kupić coś co da mi jakąś taką przyjemność i zadba o mnie. Wiem po co chcę wydawać pieniądze i co jest dla mnie ważne, żeby sobie tą kolejność ustawić i to mi pomaga dbać właśnie o to moje życie finansowe. Więc plan, ale też przede wszystkim świadomość moich osobistych celów, priorytetów.

SYLWIA: Już o wielu wyzwaniach dbania o finanse powiedziałaś. Czy jest jeszcze coś innego o czym nie wspomniałaś?

ANIA: To mogą być bardzo różne wyzwania, bo podejścia do finansów są różne. Moim wyzwaniem było prowadzenie takiego systematycznego budżetu i robienie tego z planem. Uczyłam się tworzyć budżet i cały czas się uczę go robić. Dlatego, że zmienia się też moja sytuacja i to co mówiłam, co działało wcześniej już teraz mniej się sprawdza. Tworzę swój arkusz kalkulacyjny i go też dostosowuje. Niektóre kategorie wyrzucam, coś przeorganizuje dlatego, że jest inaczej. Wyzwaniem dla mnie było również prowadzenie budżetu w taki sposób, żeby on był pomocą, a nie obciążeniem. Nauczyłam się na przykład robić tak, że jak mam rachunek to zapisuje od razu ten wydatek, bo to jest dla mnie najprostsze. Widzę też jak pandemia mi trochę pomogła, tzn. jednak pomaga mi kiedy mam zakupy w wyznaczone dni. To też jest coś co się u mnie zmienia. Kiedyś było tak, że kupowałam niewiele, a często, bo widziałam, że to się u mnie sprawdza. Na przykład, gdy planowałam większe zakupy to po jakimś czasie okazało się, że za dużo kupuje lub nie ma sensu dla mnie robienie dużych zakupów raz na miesiąc, bo mi ochota przejdzie na to co sobie zaplanowałam. Więc planuję teraz na trzy dni na przykład i staram się kupować mniej, bo widzę, że to był też taki trochę nawyk albo rzecz z mojej przeszłości, że nie chciałam, żeby zabrakło nam jedzenia. Mam wrażenie, że to jest jakaś moja historia rodzinna i kupowałam dużo, żeby nie zabrakło, po czym to dużo wyrzucałam po jakimś czasie, bo albo ktoś nie miał ochoty albo faktycznie się marnowało zanim zdążyłam coś przygotować.

Wyzwaniem było dla mnie też to, żeby po prostu kupować tyle ile jest potrzeba i żeby sprawdzać właśnie z czego wynikają moje decyzje. Czy właśnie chcę, żeby niczego nie zabrakło. Po czym sobie uświadomiłam, że nawet gdy zabraknie to jest sklep blisko i zawsze mogę pójść i kupić albo mogę sprawdzić co mam w domu i spróbować zrobić sobie, jak to mówię mystery box z Master Chefa, niespodziankę i przygotować posiłek z rzeczy, które mam w domu. Zazwyczaj te posiłki są bardzo ciekawe, kreatywne i naprawdę smaczne. Już się nauczyłam, że sprawdzam założenia, które miałam kiedyś i

one nie są aktualne do mojej sytuacji, naprawdę się nie muszę jakoś martwić czy bać, że mi nie starczy, bo tyle mamy dookoła rzeczy, że mamy raczej ich nadmiar niż brak. To było moim osobistym wyzwaniem, żeby tak wydawać, planować, żeby się nie marnowało.

Jedna rzecz to jest oszczędzanie i oszczędzać na przykład, żeby mieć na jakiś fundusz awaryjny, czy mieć zabezpieczenie na niespodziewane sytuacje, ale druga rzecz to zwracać uwagę czy przypadkiem nie skupiam się tak strasznie na oszczędzaniu, żeby nie kupować za dużo, a potem wyrzucać jedzenie do kosza. To był dla mnie taki osobisty kawałek. To z takich moich osobistych wyzwań. Możliwe, że inne osoby też tak mają.

Myślę też, że wyzwaniem może być planowanie i finanse w rodzinie wtedy, kiedy partner ma jakieś inne podejście do finansów. Może być tak, że jeden kawałek mamy wspólny, ale w innych obszarach już się nie zgadzamy. Ktoś woli kupować więcej słodczy albo chce więcej wychodzi na miasto i mniej gotować i to się wiąże z finansami. Kwestia tego jak to połączyć, jak o tym rozmawiać, może być wyzwaniem. Widzę, że to też jest taki kawałek, który bywa trudny w rodzinach, związkach.

SYLWIA: Dla mnie samo określenie planowanie, budżetowanie, Excel, tabelki są wyzwaniem. Wydaje mi się to strasznie czasochłonne.

ANIA: I tak i nie. Na początku na pewno. Pamiętam, że siedziałam trochę nad tym i trochę czasu mi zajęło, żeby to jakoś szło. Jednak po kilku latach po pierwsze mam arkusz, który się już za dużo nie zmienia, więc go kopiuje po prostu z miesiąca na miesiąc. Czyszczę poprzednie dane, wpisuje przychody, wydatki mam mniej więcej na podobnym poziomie rozplanowane, więc zajmuje mi to pół godziny raz w miesiącu. A na bieżąco widzę, że lepiej jest mi wpisywać wydatki po wyjściu ze sklepu, zajmuje mi to minutę. Nie mam Excela tylko arkusze Google, więc mam to w telefonie, dlatego też mogę to zrobić natychmiast i to wcale mi dużo czasu nie zajmuje. Obliczenia robi mi program. Gdy sama musiałam to liczyć, kiedy początkowo posługiwałam się gotówką po to, żeby trochę zobaczyć jak mi idzie wydawanie, to faktycznie zajmowało dużo czasu. Ale później już jak się wdrożyłam, przeszłam na arkusze, zdecydowanie mniej.

Początki mogą być wyzwaniem, ale myślę też, że to co mi ułatwia to jest myśl, że mogę to robić powoli, krok po kroku. Nie muszę teraz nagle całego życia zmieniać. Jak nie lubiłam nigdy budżetu to wcale nie muszę teraz z ołówkiem w rękę notować każdy

wydatek, tylko mogę zrobić jedną najprostszą rzecz, przede wszystkim zobaczyć jakie ma się pieniądze do dyspozycji, przychody i wydatki. To pierwsza rzecz, którą możesz zrobić. Jak się z tym oswoisz i zobaczysz, że coś tam nie klika, to możesz sprawdzić jak Ci pójdzie na przykład ustawienie limitu. Ile chciałabyś wydawać na miesiąc w danej kategorii. Można na początek sprawdzać jedną kategorię. Albo nawet nie na cały miesiąc, tylko raz w tygodniu zobaczyć ile wydasz i czy Cię to zdziwi czy nie. Taka obserwacja siebie.

Faktycznie, jeżeli ktoś chce wprowadzić coś nowego i jest to odmienne od tego co zazwyczaj robi, to może być to wezwaniem. Ale z wyzwaniem się oswoja robiąc krok po kroku.

SYLWIA: A masz jakiś sposób na te małe krocзки? U mnie jest tak, że jak próbuję wprowadzić nawet jakiś prosty nawyk, ostatnio picie wody w większych ilościach, to bardzo chcę, staram się tą wodę nosić przy sobie, ale zapominam, że ją jeszcze trzeba wypić. Podobnie z tymi paragonami - wiem, że u mnie 8/10 razy zapomnielibym tego paragonu wklepać.

Masz jakiś sposób na to, żeby pamiętać właśnie o tych malutkich kroczkach, które tak naprawdę zajmują dziesięć-piętnaście sekund, ale trzeba o nich pamiętać?

ANIA: Myślę, że warto sprawdzać to co pomaga. Wiem, że jeśli chodzi o wprowadzanie nawyków czy zmian, pomaga podpięcie tego pod jakieś inne zachowanie, które już mamy wyćwiczone i które robimy. Mnie pomogło to, że mając zawsze telefon ze sobą, po prostu biorąc rachunek od kasy, trzymając go w ręku zaraz go wklepywałam w telefon. Będąc nawet czasami w sklepie albo wychodząc ze sklepu. To mi pomogło, że byłam jeszcze w sytuacji zakupowej i po prostu dołączałam do tego wpisanie paragonu, więc nie czekałam.

Był też taki moment, że odkładałam paragony do pudełka i wyznaczałam sobie czas raz na tydzień w niedzielę wieczór i je spisywałam. To też dawało mi efekt, tylko później zauważyłam, że za dużo czasu mi to zajmuje.

Warto zobaczyć z jakiego powodu Ci trudno. Myślę sobie, że łatwiej rozmawiać o konkretach niż ogólnikach. Jeżeli jest trudność z wbiciem paragonu, to z czego to wynika. Czy dlatego, że w sklepie jesteś zajęta czy w ogóle może nie lubisz bawić się liczbami, nie lubisz tego robić i Cię to od razu drażni. Są też takie programy czy



aplikacje, w których bodajże można zrobić zdjęcie paragonu czy coś w tym stylu i to się prawie, że automatycznie wprowadza. Nie śledzę tych aplikacji, dlatego że mam swoją i ona mi się sprawdza, dlatego nie mam potrzeby szukania, ale jest bardzo dużo różnych aplikacji, które naprawdę ułatwiają takie takie rzeczy.

Ja też bym patrzyła na to, że jeżeli dla kogoś problemem jest wpisywanie rachunków, a chciałby jakoś panować nad tym, to na dobrą sprawę to wcale nie jest jedyna opcja. Innym sposobem jest posługiwanie się na przykład gotówką i wtedy ustalamy sobie tak zwany budżet kopertowy, tzn. ile chcemy wydać w danym czasie np. w ciągu tygodnia. Uważam, że czasami lepiej robić krótsze odcinki czasowe niż dłuższe. I zobaczyć ile się wydało. Nawet nie trzeba tego paragonu wpisywać, tylko włożyć go do koperty i ilość ubywającej gotówki pokazuje czy się w tym budżecie mieszczą.

Miałam też kiedyś taki plan, że nie spisywałam rachunków, tylko ustalałam sobie ile jestem w stanie wydać na tydzień, nawet dziennie. Szłam do sklepu i wiedziałam, że mam np. 50 zł wydać w ramach jedzenia, to już miałam dla siebie informację, że jak wydałam 50 zł, to jutro też mogę wydać 50 zł. Ale jak wydałam dzisiaj 60 zł, to jutro muszę trochę ostrożniej robić zakupy. Rachunek tutaj już nie był mi tak bardzo potrzebny, bo widziałam po ubywającej gotówce i po moich założeniach, że muszę po prostu zwrócić uwagę jak i na co wydaje.

Więc może być bardzo różnie. Jak kogoś odstrasza pewna rzecz, to lepiej robić to co przychodzi z łatwością, więc szukamy u Ciebie tego co Ci przychodzi łatwiej.

SYLWIA: Czyli nie skupiamy się na tym, że mi nie idzie, tylko szukamy rozwiązania, które mi będzie służyć.

ANIA: Tak, wtedy mniej jest zachodu i lepsze są efekty.

SYLWIA: Jakie codzienne działania mogą nas wspierać w budowaniu właśnie finansowych nawyków? Jakie to są te małe kroczki, o których wspominałaś?

ANIA: Mnie przychodzą do głowy takie rzeczy, które się z finansami mało kojarzą. To jest dbanie o swój komfort, na przykład dbanie o to, żeby oddychać głęboko, pełną pierśią. To są takie rzeczy związane z tym, że się dobrze czuje sama ze sobą i nie zbiera mi się stres, napięcie. Badania potwierdzają, że jednak jak mamy podejmować decyzje finansowe to im więcej mamy w sobie zapasów energetycznych, tym bardziej te nasze

decyzje mogą być przemyślane i łatwiej się wtedy zastanowić po co mi to. Jak sprzedawca mi mówi, że jeszcze coś tam mamy w ofercie, w promocji, to mogę się zastanowić czy chcę z tej promocji skorzystać, czy to jest mi potrzebne. To co mi bardzo pomaga dbać też o nasze finanse to jest utrzymywanie codziennie mojego komfortu. Staram się spać tyle, żeby się wyspać. Ostatnio staram się wstawać rano i próbować się rozciągać, zadbać o ciało tak, żeby ono było w dobrym nastroju.

Bardzo zwracam uwagę jednak na to jak nasze ciała się zachowują, bo jesteśmy istotami cielistym i dużo informacji idzie nam z ciała. Lubimy myśleć, że jesteśmy istotami racjonalnymi, myślącymi, które się posługują rozsądkiem, a tak naprawdę jesteśmy bardzo podatni na to co się dzieje właśnie z naszym ciałem. Bardzo lubimy iść na skróty, żeby nie wykorzystywać naszej energii, nie wydawać jej. W związku z tym nawet na zakupach jesteśmy bardzo podatni na takie rzeczy jak zapach, ułożenie towarów przy kasie, na półkach. To są takie rzeczy, które wydaje nam się, że nie mają znaczenia, ale one mają bardzo duże znaczenie i im jestem w lepszej formie psychicznej, fizycznej, tym łatwiej będzie mi zastanawiać się nade mną i nad tym co chcę zrobić z pieniędzmi.

To są takie mam wrażenie nieoczywiste nawyki, ale widzę po sobie, że jak jestem zdenerwowana i spięta, to myślę, że to nie jest dobry czas na to, żeby planować i podejmować decyzje. Jak widzę, że jestem zestresowana, spięta, jak mam w sobie taką chęć zbluzgania wszystkich albo nawrzcucia i takiego trochę obrażania się czasami na różne rzeczy, to widzę, że to jest taki stan, w którym lepiej, żebym nie podejmowała decyzji, bo one będą trochę na tu i teraz. Na to, żeby mi było szybciej, łatwiej, a niekoniecznie na to, żeby mi było długoterminowo spokojniej. Wiem, że jak jestem w takim stanie, to muszę naprawdę zadbać o powrót do równowagi i wtedy będzie mi łatwiej znaleźć rozwiązanie, o której mi tak naprawdę chodzi.

SYLWIA: Jaka była Twoja historia? Jak to było u Ciebie z finansami? Nauka porządkowania tego przychodziła Ci naturalnie czy był to nowy proces dla Ciebie, którego nadal się uczysz? Jak to wyglądało u Ciebie?

ANIA: Na pewno non stop się uczę i rozwijam. Jeżeli mogę wspomnieć o mojej książce, która się pisze, to widzę, że przy pracy weszłam w nowe rejony, które dały mi do zrozumienia czym są dla mnie pieniądze. Właśnie to co powiedziałaś, mówię, że tworzę relacje z pieniędzmi. Pieniądze właśnie się wzięły z relacji i one nadają naszym relacjom

nowe znaczenie, więc ja się tego bardzo dużo uczę. Bardzo duży sens ma dla mnie właśnie zastanawianie się czym są pieniądze.

Naturalne było dla mnie to, że lubię sobie planować, organizować. Lubiłam zawsze liczby, lubiłam liczyć i cyferki zupełnie nie sprawiały mi kłopotu. To było dla mnie naturalne i to bardzo mi pomaga w tworzeniu budżetu i planowaniu. Jednak musiałam się tego uczyć. Z domu wyniosłam dwa różne, że tak powiem przekonania związane z pieniędzmi. Z jednej strony są ważne, ale są też nieważne. Trzeba je oszczędzać, ale i trzeba je wydawać i nie można ich kisić. Moja historia była trochę pogmatwana i ja sobie też musiałam to uporządkować. Na pewno mam cechy, które mi pomagają, jak to, że nie lubię wydawać, zastanawiam się nad wydatkami, lubię się w ogóle zastanawiać nad sobą. To mi bardzo pomaga planować i decydować o pieniądzach, ale musiałam się tego uczyć i myślę, że się cały czas tego uczę.

Na przykład teraz pandemia też dała mi dużo refleksji i pokazała, że moje umiejętności bardzo się sprawdzają w tym momencie. Jednak w tym czasie kiedy też finansowo było trudniej w naszej rodzinie, dzięki temu, że miałam budżet, planowałam, ustalałam priorytety, to funkcjonowanie mojej firmy i naszej rodziny jakoś się za bardzo nie zmieniło. Ale jest to cały czas proces, którego się uczę. Myślę sobie, że przez te 5 lat od kiedy zakładałam bloga, kiedy miałam takie oświecenie finansowe i poczułam, że już teraz wiem co robić, bardzo wiele rzeczy nauczyłam się o pieniądzach, o sobie i mam wrażenie, że mnie to bardzo ubogaca i daje mi dużo nowych informacji i ułatwia mi życie z samą sobą, z finansami i życie w rodzinie.

SYLWIA: Bardzo bliskie jest to o czym mówisz w naszym działaniu. Jak zaczynaliśmy z Olą naszą przygodę, na początku to miał być portal z materiałami dla dzieci do pobierania, a poszło zupełnie w innym kierunku, bo odkrywając siebie, chcąc coś przekazać innym, zatrzymujemy się, zgłębiajemy to i to jest fantastyczne. Chcąc rozwijać innych rozwijamy siebie. Nie ma chyba innej drogi.

Wspominasz bardzo często, że masz zaradne finansowo dzieci. Dla jasności dzieci są w wieku 7 i 9 lat. Ania jak Ty to zrobiłaś?

ANIA: Może powiem tak, że moja definicja zaradności jest bardzo szeroka i uważam, że każdy jest zaradny na swój sposób. Na pewno robiłam to w ten sposób, że moje dzieci dosyć szybko zaczęły dostawać swoje pieniądze. Syn dostał kieszonkowe już w wieku 3

lat. Ale to też była dla mnie droga do uczenia się jak to robić, jak z nim rozmawiać o pieniądzach. Ja też cały czas zmieniam moje podejście do kieszonkowego. To jest też taki temat, o którym rozmawiamy. Czasami jest tak, że oni nie dostają pieniędzy, kiedy chcą, a czasami dostają kiedy poproszą. To nie jest takie sztywne, to jest elastyczny temat.

Traktuje pieniądze jako coś o czym możemy rozmawiać w rodzinie, do czego moje dzieci też mają dostęp i mogą o nich decydować. Nie tylko o swoim kieszonkowym, ale także o wydatkach rodzinnych czy teraz jak mieliśmy remont to mogły sobie wybrać jak ich pokój ma wyglądać. Daję im taką przestrzeń, żeby w ogóle decydowały o różnych rzeczach, nie tylko o pieniądzach. Staram się mieć taki spokój, że decyzje jakie one podejmują są też dla nich najlepsze na dany moment. Jak dziecko ma 3 lata to może kupować impulsywnie, może pójść i kupić pierwszą rzecz, która mu się podoba, a później się tym nie bawić. Albo jak pójdzie do sklepu to, że je może obezwładnić ilość zabawek i będzie mu trudno i że dużo jest w tym emocji i te zakupy będą po prostu bardzo różne.

Uważam, że moje dzieci są zaradne dlatego, że mają pole do ćwiczeń. Mogą ćwiczyć się w tych decyzjach, bo mogą je same podejmować. Nie jest tak, że każda ich decyzja mi się podoba czy bym wydała tak samo. Wydałabym na pewno inaczej, bo mam znacznie więcej lat i doświadczenia, ale wiem, że oni się po prostu tego muszą nauczyć. To co też pomagam mi mieć ten spokój to, że staram się zwracać uwagę kiedy i w jakich okolicznościach oni podejmują różne decyzje. Czasami jak się martwię, że może za dużo poszło na słodycze, to sobie przypominam, że mój syn przykład potrafił odłożyć całe kieszonkowe, żeby kupić sobie słuchawki za prawie 100 zł, bo mu się bardzo spodobały. Albo oszczędzał na Lego i był w stanie poprosić różne osoby z rodziny, żeby mu w tym pomogły. Mam poczucie, że zostawiam im swobodę, przestrzeń, żeby one czuły, że to są ich decyzje, to jest ich sprawa i to jest okej móc wydawać trochę po swojemu. Staram się pamiętać, że to są naprawdę różne decyzje w różnych sytuacjach. Na przykład one potrafią się dzielić z sobą, potrafią sobie coś kupić, dać sobie pieniądze, ale też widzę w tym, że każde z nich ma swoje skłonności, preferencje i predyspozycje. Staram się też pamiętać, że oni mają mniej niż 10 lat i ich priorytety, sytuacja się zmieni. A to co jest dla mnie ważne, żeby w sobie miały to takie właśnie zaufanie do siebie, poczucie, że ważne jest to co myślą. Ważne jest to co dla nich istotne i rodzice będą ich wspierać czy zauważać, nie będą ich ograniczać. Mam takie poczucie, że gdyby coś się działo to oni

przyjdą do nas po pomoc. Nawet jak sobie narobią jakiś kłopotów, chociaż myślę, że żadnych kłopotów teraz sobie nie zrobią, bo nie mają nawet takich zasobów, to że jednak dzięki zaufaniu, takiej przestrzeni, szybciej też sobie poradzą, bo będą wiedzieli, że mogą do nas przyjść.

To, że moje dzieci są zaradne finansowo związane z tym, że po prostu uważam, że każda ich decyzja jest okej i że to oni bardziej mają decydować co im pasuje. Bywały takie momenty kiedy na coś wydali i później się okazało, że to nie pasuje. Albo coś bardzo chcieli, zaczęliśmy o tym rozmawia i okazało się po minucie, że jak się przyjrzeni tej zabawce to jednak stwierdzili, że to nie jest dla nich. Co ja zrobiłam? Myślę, że po prostu dałam przestrzeń do tego, żeby oni się zaczęli zastanawiać co jest dla nich ważne.

SYLWIA: A w takim razie jak sobie poradziłaś z takimi sytuacjami, kiedy dzieci chciały coś co Tobie się nie podobało, było strasznie drogie. Nie wiem Twoja córka miała styczność, ale ceny zabawek LOL surprise są kosmiczne, nieadekwatne na pewno do tego czym są te zabawki, a mimo wszystko jak w takiej sytuacji ma zareagować rodzic? Mamy domek LOL surprise za blisko 1000 zł. Wiemy, że to nie jest warte tej ceny, ale dziecku bardzo zależy, marzy o nim, mówi o nim cały czas, jest to dla niego ważne. Jak tutaj pomóc rodzicom przy podejmowaniu takich decyzji? Czym powinniśmy się kierować?

ANIA: Przede wszystkim zaczęłabym się zastanawiać jako rodzic czy chcę to kupić czy chcę wydać tyle pieniędzy czy mam te pieniądze. Każdy z nas może mieć inną sytuację finansową. Dla niektórych tysiąc złotych może być dużo, a dla innych to może być mało. Nawet sprawdzić na ile to się odbije na finansach domowych, bo jesteśmy jako rodzice odpowiedzialni. Może być taka opcja i ja też z tego korzystam, że mogę powiedzieć nie wiem. Nie wiem czy chcę Ci to kupić, muszę się zastanowić. Nie trzeba w ogóle od razu mówić tak lub nie, można powiedzieć poczekaj, to jest dużo pieniędzy i ja nad takimi kwotami potrzebuję porządnie się zastanowić. Druga kwestia to czy dziecko chce wydawać nasze rodzinne pieniądze czy dziecko ma ten 1000 zł i chce go wydać. Jeżeli to są jego pieniądze, dostało je, to jest jego decyzja.

SYLWIA: Nawet, jeżeli nie podoba Ci się to, że to przekazuje na przykład wartości niezgodne z Tobą?

ANIA: To jest trudne, ale ja mam swoje wartości, moje dziecko ma inne wartości. Moje dziecko ma przykładowo 6 lat i dla niego LOL to jest w tym momencie cały świat. Będzie mogło z koleżankami się bawić, będzie miało o czym rozmawiać. Będzie będzie czuło, że jest wśród koleżanek, które mają LOL, a nie tych, które go nie mają, bo są nie wiadomo jakie. To są wartości mojego dziecka. Jeżeli ono ma pieniądze, bo odkładało, uzbierało, dostało od dziadków z okazji urodzin i chce, ma środki to jest to jego decyzja. Przynajmniej moje zdanie jest takie.

SYLWIA: Jest bliskie memu, aczkolwiek wiem, że rodzice mają problem z takim podejściem, bo nie jest ono nam znane. Myśmy w dzieciństwie rzadko mieli możliwość podejmowania decyzji. Przynajmniej ja mam takie doświadczenia. I też przychodzą takie myśli, przekonania, że może to nie jest ta droga, że może sześciolatek nie powinien decydować o takich kwotach, nawet jeżeli to są jego.

ANIA: To też jest kwestia rozmowy z dzieckiem czy naszych uzgodnień. To może zupełnie inaczej brzmieć, jeżeli dziecko dostaje pieniądze, ale wcześniej z nim rozmawiamy, widzę że zbierasz na coś, ale dla mnie ważne jest, żeby tego nie kupować. Można o tym rozmawiać. Dziecko samo do sklepu nie pójdzie i nie kupi, więc tutaj udział rodzica może być potrzebny. My jako dorośli prawdę mówiąc mamy bardzo dużo możliwości, żeby dziecku uniemożliwić ten zakup. I to jest kwestia zastanowienia się o co nam chodzi. Czy chodzi nam o to, żeby dziecko po prostu pewnych rzeczy nie zrobiło i jak to wpłynie na naszą relację. Przed czym chcemy je uchronić, co chcemy mu właściwie dać. Jak zaczniemy odpowiadać na te pytania to się może okazać, że nam jest ciężko z tym 1000 zł, bo trzeba bardzo długo pracować, żeby ten 1000 zł zarobić, a dziecko po pierwsze dostało i w 5 minut wyda, a 10 minut później już się nie będzie tym bawić. Nas będzie skręcać, bo dla nas ten 1000 zł ma zupełnie inną wartość emocjonalną niż dla dziecka. To jest znowu duża robota na sobie, o co mi chodzi i co ja chcę właściwie dziecku dać.

Można też do tego podchodzić tak, że jeżeli jest nam ciężko z tym ile dziecko wydaje i czujemy dyskomfort dając dziecku kwotę powyżej iluś, już nam jest źle, bo się obawiamy, że dziecko to wyda źle. To albo nie dajemy mu takich kwot albo też możemy rozmawiać z dziadkami na przykład, że może lepszym pomysłem jest odkładanie tego na konto oszczędnościowe, na fundusz, który dziecko będzie miało w wieku 18 lat utworzone, jak to robią czasami w Stanach. Albo zamiast dawania pieniędzy pójść z

dzieckiem do sklepu, żeby ono sobie coś wybrało i rozmawiać z nim o tym. Lub zafundować mu jakieś fajne doświadczenie, wyjazd gdzieś, wycieczkę albo dzień z dziadkami. Chodzi o to, żeby pokazywać, że pieniądze nie muszą być jedyną drogą do tego, żeby dziecko rozwijać czy sprawiać mu przyjemność. Pod tym LOL może kryć się to, że dziecko chce się czuć przynależne do innych, że są reklamy, które bardzo na dzieci oddziałują. Każda droga może być dobra dla naszego dziecka. W tym sensie, że jeżeli dostało pieniądze i to wcześniej jakoś nie było zaopiekowane czy wyjaśnione czy nie było o tym rozmowy i dziecko wyda pieniądze i sobie to kupi, to ono może się poczuć spełnione, zobaczy jak to jest podejmować swoje decyzje. Ale jeżeli uznamy, że my nie chcemy tego zakupu robić, to nadal możemy dbać o relacje z dzieckiem, być z nim blisko, kiedy mu jest trudno z powodu odmowy i to też może być doświadczenie, które dziecku coś da. Tak naprawdę mogą być tu bardzo rozmaite możliwości, rozwiązania. Warto po prostu sobie zadać pytanie o co mi chodzi z tym wydatkiem dziecka.

SYLWIA: Czyli znowu wracamy do siebie, a nie do dziecka. W jaki sposób Ty Aniu wprowadzasz nowe nawyki, nawet niekoniecznie finansowe? Co Tobie ułatwia wprowadzanie nowych nawyków, które chcesz wdrażać w swoje życie?

ANIA: Chyba taka wyrozumiałość dla siebie, że mogę robić naprawdę powoli pewne rzeczy i mogę robić jedną rzecz naraz. Nie muszę od razu przeorganizować swojego życia, tylko zmienić jakiś ułamek. Na przykład rano zamiast sięgać po telefon mogę się przeciągać, żeby zacząć dzień trochę inaczej. Albo właśnie, to jest odkrycie moich ostatnich dni, ustalić sobie czego nie chcę robić, na przykład nie chcę przez kilka godzin pod rząd siedzieć na Facebooku, ale chce przeznaczyć na to ileś czasu i sprawdzać to sobie. Po prostu staram się robić pewnych rzeczy mniej i zastanawiać się czego chcę robić więcej. Na przykład wyłączenie podążania za powiadomieniami z maila nie rozstraja mnie, a sprawdzam sobie go po prostu o pełnych godzinach na przykład. Uczę się tego, to jest coś co wprowadzam sobie teraz, że przypominam sobie, że jest pełna godzina, więc sprawdzę maila, odpowiem na niego, nawet od razu, jeżeli to jest prosta sprawa. A jeżeli nie ma pełnej godziny, to sobie myślę, że nie tak się z sobą umawiałam. Ale jeżeli zdarza mi się tego nie zrobić, to też się nie biczuję i mówię sobie, że po prostu tak się zdarza. Staram się być dla siebie wyrozumiała.

Widzę, że mi pomagają właśnie drobne rzeczy niż zmiana od razu i przeorganizowanie całego dnia, bo wtedy mam zapał na 1-2 dni, a później i tak wracam do starych torów.



SYLWIA: Chcemy od razu zdobywać szczyty i tak ciężko cieszyć się tymi małymi krokami, a one tak naprawdę prowadzą na te szczyty.

ANIA: To jest droga w kierunku szczytu. Cały czas się idzie.

SYLWIA: Tak, co nie jest łatwe bo, te duże szczyty widać od razu, a te małe kroczyki niekoniecznie, ale tak naprawdę często idąc od razu na zbyt wysoką górę poddajemy się w połowie.

ANIA: To jest bardzo ciekawe co powiedziałaś, że nie widzimy tego co nam się udało już osiągnąć. Ja też czasami sobie myślę ile osiągnęłam już w ciągu dnia 5 lat albo jak się zmieniła moja sytuacja stosunku do tego co było rok temu i wtedy sobie uświadamiam, że niby nic się dużego nie zdarzało, ale jest inaczej. To też pokazuje ogrom takich małych zmian, które jednak mają właśnie znaczenie.

SYLWIA: W tym wszystkim o czym mówimy, czy to są finanse czy to jest jakaś relacja czy jakiegokolwiek inne nawyki, nie może zabraknąć pewnej równowagi, dbania o siebie. W jaki sposób Ty dbasz o siebie, o swoją równowagę?

ANIA: Ostatnio najbardziej o to, żeby głęboko oddychać, robić sobie przerwy, dbać o swój komfort, taką przyjemność. Zjeść takie śniadanie, które lubię. Żeby mieć z tego naprawdę taką przyjemność, frajdę. Staram się być dla siebie wyrozumiała i sobie nie dokładać różnych myśli, nie biczować siebie. Staram się dbać o to, żeby dobrze czuć się w swoim ciele, dbać o to, żeby było wypoczęte. Dbam o to, żeby czuć kontakt z ziemią, tak zwane ćwiczenie ugruntowania. Czyli żeby czuć stopy, to oparcie, żeby poczuć siebie. To daje mi dużo równowagi i wtedy łatwiej mi jest zauważyć czy te moje nerwy nie wynikają z tego, że się zamyślam na przyszłość i wybiegam, snuje obawy co do przyszłości albo może rozpamiętuje coś co już zrobiłam, a czego nie zmienię. Takie to oparcie na tu i teraz, na moich stopach daje mi dużo równowagi. Wtedy się orientuję, że jest dzisiaj w wtorek godzina 11:53 i jestem tu i teraz, a nie rok wcześniej, ani rok do przodu.

Też takie stabilne punkty, że tak powiem w moim moim życiu. To, że na przykład wiem do kogo mogę się zwrócić o pomoc. Mam też swój mastermind, który daje mi dużo, jeśli chodzi o firmę, biznes, pieniądze, ale to jest taki szeroki mastermind. Mam wrażenie, że wykraczamy w nim też poza firmę. Mam takie stabilne punkty, które też mi dają

równowagę. Wiem na czym mogę się oprzeć. Mogę się oprzeć na sobie i na swoich umiejętnościach, ale też na relacjach z innymi. To mi bardzo dużo daje.

SYLWIA: To jak już byłaś przy mastermind, na Twoim blogu można znaleźć informację, że początki Twojego zainteresowania finansami miały związek z Marcinem Iwuciem i Michałem Szafrąnskim. Czy coś jeszcze byś poleciła w zakresie finansów dla dorosłych i co byś poleciła, jeżeli chodzi o książki, miejsca w sieci, może aktywności dla dzieciaków?

ANIA: Ja bym najbardziej jednak poleciła rzeczy dla dorosłych, żeby to oni zastanawiali się nad tym o co im chodzi. Mam takie poczucie, że to dorośli chcą dzieciom coś dać, a dzieci nie za bardzo jeszcze się orientują albo nie mają jeszcze takiego pomysłu. Tak, Michał Szafrąnski, Marcin Iwuć, ale też Oszczędniczka czyli Alicja z bloga Oszczędniczka dużo mi dała, bo ona bardzo fajnie prowadzi budżet i dużo też mówi o takim świadomym wydawaniu, zwraca dużą uwagę na ekologię z racji tego, że jesteśmy tylko na jednej planecie i innej nie mamy i nie dbając o to trochę podcinamy sobie gałąź na, której siedzimy. To też jest dla mnie bardzo cenne w kontekście ustalenia swoich priorytetów i takiego wydawania pieniędzy, planowania takiego właśnie w równowadze, o której też dzisiaj mówiłaś.

Ciekawe są dla mnie też książki, które są związane z psychologią finansów. Na przykład książka Dana Ariely "Potęga irracjonalności", bo ona pokazuje jak bardzo jesteśmy pod wpływem takich sił i takich różnych czynników, które nam się wydają nieistotne, a które mają znaczenie, chociażby nawet ten zapach świeżego pieczywa w sklepie albo rozłożenie produktów na półkach czy hasło promocja. Ta książka bardzo pokazuje jak nasze decyzje są jednak nieracjonalne.

Co do dzieci to prawdę mówiąc przychodzi mi do głowy Basia, "Basia i pieniądze". To jest taka propozycja dla mniejszych dzieci, przedszkolaków właściwie. Ona bardzo fajnie mówi o różnych rzeczach. "Basia i pieniądze", "Basia i kieszonkowe". Są też dwie książki Grzegorza Kasdepke, nie pamiętam dokładnie ich tytułów. "Pestka, drops, cukierek" jest takim opowiadaniem, w którym pieniądze gdzieś tam są w tle, ale bardzo dobrze pokazuje różne takie ciekawe rzeczy i nasze przekonania. A druga książka chyba "Zaskórniaki i inne dziwadła z krainy portfela" jest taką śmieszną książką, która pokazuje pojęcia finansowe na przykładzie prowadzenie zoo. Pamiętam jak czytałam tę książkę moim dzieciom to one ją uwielbiały, ale myślę, że nie za bardzo rozumiały wtedy te pojęcia, które tak śmiesznie były rozwijane w tej książce. Natomiast to gdzieś zostaje



w języku. Miałam też takie poczucie, że to może procentować na przyszłość i ostatnio nawet w sobotę miałam rozmowę z moim synem na temat tego co to jest emerytura, że jak to można dostać pieniądze nie pracując. Jego też to jakoś zaciekało.

Są też książki bodajże "Julek i dziura w budżecie", chociaż moje dzieci jakoś ta książka nie zainteresowała, ale ją przeglądałam. To jest też pozycja dla dzieci, która może te dzieci, które są zainteresowane takim aktywnym dbaniem o finanse, może im dużo wniesić. Dużo jest różnych pozycji, które przybliżają dzieciom świat pieniądza. Ja bym jednak brała pod uwagę to czy dziecko chce z nami rozmawiać o pieniądzach. Przeważnie dzieci się uczą od nas, więcej robią tego co my robimy, niż to co my mówimy. Jednym ze sposobów na to, żeby dzieciom wskazać różne rzeczy to być w zgodzie ze sobą i też z dzieckiem rozmawiać. To oczywiście nie gwarantuje, że dziecko będzie robiło tak jak my chcemy. Dla mnie to nie jest celem. Dla mnie celem jest, żeby dziecko świadomie podchodziło do swoich wydatków, finansów i do swojego życia. Świadomie w sensie, żeby wiedziało na czym mu zależy, co dla niego istotne, ważne i z czego może skorzystać, żeby udało mu się to zdobyć. To jest po prostu życie, życie w praktyce. Chodzenie z dzieckiem na zakupy, rozmawianie z nim, dawanie kieszonkowego albo też nie dawanie czy sponsorowanie różnych wydatków, gdy uznamy, że chcemy dziecku pomóc.

To jest bardzo szeroki temat. Myślę, że książki mogą tutaj pomóc, ale jednak własne doświadczenie, rozwijanie swojej decyzyjności, swojego sprawstwa najbardziej mi się wydaje, że pomoże.

SYLWIA: Będziemy się zbliżać powoli do końca. Czy jest jeszcze coś co chciałbyś na koniec dodać od siebie, podsumować? Coś co jest dla ciebie ważne właśnie w zakresie finansów, a o czym nie powiedziałaś.

ANIA: Wiem, że mówię bardzo dużo o komforcie i to jest takie oczywiste w kwestiach finansów, ale myślę, że ważne jest to, żeby zobaczyć co my myślimy o pieniądzach i że to się może zmieniać. Dużo różnych przekonań, myśli wynosimy z domu i to też było nam potrzebne, dawało jakieś osadzenie, ale może być tak, że to bardzo pomagało naszym przodkom, było im potrzebne, bo wyrastało z historii, z ich doświadczeń, a my to ze sobą niesiemy i to może nam nie pomagać. Teraz świat się bardzo zmienia i na przykład pandemia koronawirusa bardzo pokazuje rolę państwa, różnych zasiłków czy pomocy. Często się mówi licz na siebie, będziesz wytrwale pracować to Ci się uda odnieść

sukces, a życie jest takie, że obfituje w przypadki i taki mały wirus, może wiele zmienić. Może się okazać, że bardzo wiele jednak od nas nie zależy. To co w finansach jest dla mnie i tak mimo wszystko cenne, żeby zdawać sobie sprawę co jest dla mnie istotne, na co mam wpływ, a na co wpływu nie mam. Z tą myślą chyba zakończę.

SYLWIA: Dobrze Aniu, to jeszcze na sam koniec chciałam Cię prosić, żebyś powiedziała nam gdzie możemy Ciebie znaleźć. Gdzie masz swojego bloga, gdzie na fanpage Ciebie znajdziemy. A może jeszcze jakieś inne miejsca gdzie możemy Cię spotkać.

ANIA: Mam bloga, który się nazywa Dzieci i pieniądze. Tam mnie można znaleźć. Na Facebooku jest jako Ania Czereszewska - Dzieci i pieniądze. Można też mnie znaleźć w Bliskim miejscu, bo tam prowadzę konsultacje dla rodziców dzieci powyżej 6 roku życia. To są takie miejsca, w których można mnie najczęściej spotkać. I już niedługo w książce. Książka się pisze. Jeszcze nie wiem do końca kiedy będzie wydana, bo się musi najpierw napisać i to się musi połączyć z planami wydawnictwa. Mam taką nadzieję, że po wakacjach będzie dostępna, ale to moja nadzieja.

SYLWIA: To już być może tak jak we wrześniu pojawi się nagranie, więc jeżeli będzie już książka to na pewno się o tym dowiecie. Fajnie by było, gdyby się zgrało.

Bardzo Ci Aniu dziękuję za te nowe spojrzenie na finanse. Za to, że podzieliłaś się swoimi doświadczeniami, zwłaszcza w kontekście dzieci i tego w jaki sposób możemy w nich modelować pewnego rodzaju zachowania i przekonania. Była to bardzo wspierająca rozmowa w zakresie dosyć dla mnie trudnym, bo kwestie takie powiedzmy techniczne, twarde typu finanse, nie są dla mnie fajnymi tematami, ale w połączeniu właśnie z Twoim podejściem z tą relacyjnością nabrały zupełnie innego światła dla mnie. Bardzo Ci dziękuję za to spojrzenie, jest dla mnie bardzo nowe i być może w końcu się przekonam i będę robić pierwsze kroki do budowania nawyku takiej relacji z finansami w moim życiu. Dziękuję Ci bardzo.

ANIA: Ja też dziękuję. Cieszę się, że też wzięłaś coś dla siebie.

SYLWIA: Myślę, że każda rozmowa, każde nowe spojrzenie pozwala nam coś dla siebie wziąć. Bardzo Ci Aniu dziękuję za poświęcony czas. Czekamy na książkę i mam nadzieję, że być może do zobaczenia, do usłyszenia. Wszystkiego dobrego. Dziękuję.

ANIA: Do usłyszenia, do zobaczenia. Dziękuję i nawzajem.



To był podcast Rodzicem Jestem. Dziękujemy za wysłuchanie. Po więcej zapraszamy na [fanpage Rodzicielski Drogowskaz](#), stronę podcastu www.rodzicemjestem.pl oraz blog www.rodzicielskidrogowskaz.pl. Jeśli spodobał Ci się podcast zostaw swoją opinię na iTunes. Dzięki temu będziemy wiedzieć, że to co robimy ma sens. Do usłyszenia!