



איך לעשות מלא כסף ולחיות את החיים שתמיד חשבת שמגיע לך

(ובצדק)

חוברת תרגולים

אדם טל

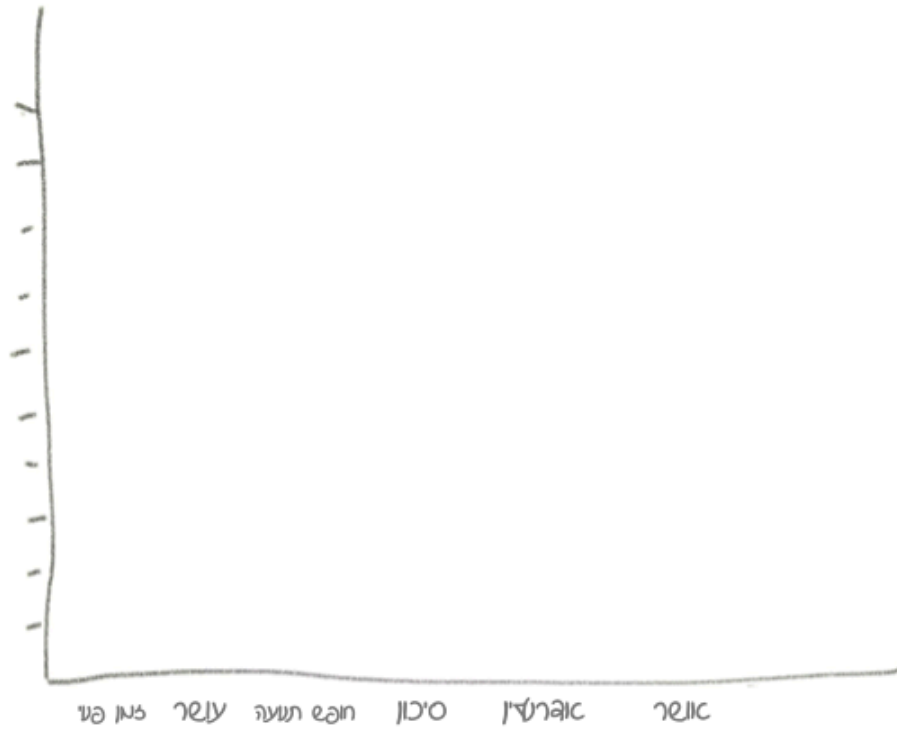
<http://adamtal.com/offers/affiliate/>

הכנתי לכם כמה תרגולים, תנו לזה 5-10 דק' (למרות שלדעתי זה יהיה לכם כיף ותרצו להשאר עם זה גם 20-30 דק' בכיף... אם יש לכם שאלות אפשר להשאיר לי תגובות מתחת לסרטון. תרגישו חופשי גם לחלוק את התגובות שלכם אם בא לכם (אם זה מרגיש לכם אישי מידי זה סבבה, אין לחץ:)).

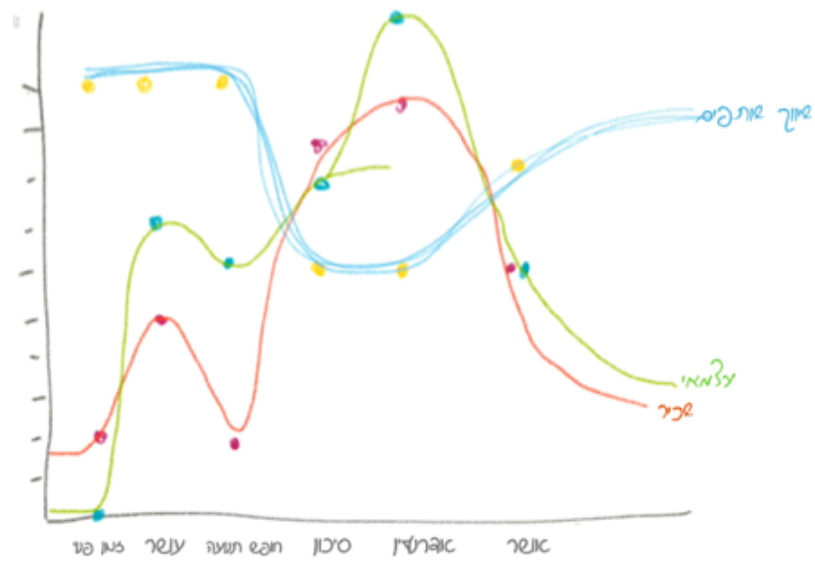
- אדם

תרגול 1

מפו את החיים שלכם על הגרף (לפי איך שאתם מרגישים, אין תשובות נכונות או לא נכונות). תנו לכל נושא ציון מ-1 עד 10.
(שכחתי למספר את הקווים משמאל חחח:))



הדפיסו וסמנו נקודות במקום המתאים. תוכלו להשוות לגרפים שלי...



תרגול 2

מגבלות

רשמו לעצמכם מגבלות פיזיות, נפשיות או אחרות שאתם מרגישים שמפריעות לכם להכניס יותר כסף. אני מצרף לכם את הרשימה שלי (עם הערות), ואתם מוזמנים להוסיף כמה שתרצו:

בריאות גופנית	כמו שאמרתי בסרטון אני סובל מדכאון והפרעת חרדה.
בריאות נפשית	
ידיים תקינות	
רגליים תקינות	
תואר אקדמי	לי אין כזה, זה אומר שאני לא יכול לעבוד בעבודות שדורשות תואר
בגרות	אותו דבר
שירות צבאי	לא קיבלו אותי לצבא (ר' בריאות נפשית:))
יכולת ריכוז	אז שוב, משפיע על היכולת שלי לקבל עבודות מסוימות
יכולת יישום	הודות ל-ADD קשה לי לעשות משימות שדורשות ריכוז מעל 20 דק'.
חוש טכני	אני אישית אחלה עם דברים טכניים, אנשים אחרים לא. את/ה?
הבנת הנקרא	
הבעה	יכולת הבעה בכתב או בעל-פה... משפיע על ראיונות, ועוד מלא דברים שאפשר או אי אפשר לעשות
רמת אנרגיה	אין
ילדים	מצחיק לחשוב על זה כ"מגבלה" אבל אתם מבינים למה אני מתכוון.
(זמן/אנרגיה)	שכיר שבא הביתה לילדים יש לו פחות זמן וכח מלמישהו שאין לו ילדים.
בני זוג / דייטינג	בן/בת זוג - דורשים זמן לאחזקת מערכת היחסים.
תחביב/ אורח חיים	כשאין אז אצל חלק מהאנשים זמן וכסף לדייטינג...
מחלה יקרה	יקר או תובעני אצלי יש
לא טוב ב..._____	גם זה קורה לצערנו
	השלם את החסר....
	אני אישית לא טוב בלנהל עובדים למשל, אני לא אחראי (לא טוב באחריות חח) וכו'.
	אלה דברים שאני צריך לקחת בחשבון כשאני חושב על דרכים לעשות כסף שיתאימו למגבלות שלי.

מה עוד מפריע לכם לקבל עבודה / לפתוח עסק / להצליח / להכניס יותר כסף?

רשמו את המגבלות שלכם - ובתרגיל 4 נחשוב איך מוצאים דרך לעשות כסף
תוך התחשבות במגבלות האלה

אתם מוזמנים לחלוק איתנו בתגובות מתחת לסרטון.

תרגול 3

אם יכולת לבחור איפה להיות עכשיו ועם מי.... והייתי מגשים לך את המשאלה
בשנייה.... איפה היית רוצה להיות? עם מי? מה היית עושה שם?

אני מרשה לכם לבחור 3 מקומות (:

תשובה א':

תשובה ב':

תשובה ג':

מיד נשתמש במידע הזה (:

תרגול 4

איך אתם רוצים להתפרנס ולהשיג את המטרות הכלכליות שלכם מעכשיו?

חזרו לגרף שהדפסתם בתרגול 1, וציירו לכם באותו הגרף איך הייתם רוצים שהחיים שלכם ייראו. כדי לוודא שהאושר שלכם ברמה מקסימלית נסו לחשוב על אורח חיים שמאפשר לכם לעשות את מה שעושה אתכם מאושרים (מה שמילאתם בתרגיל 3) כמה שיותר זמן מהחיים שלכם.

חשבו על דברים כמו:

דברים שהייתי רוצה לעשות באמצע היום אם בא לי, בלי לשאול אף אחד:

- _____
- _____
- _____

דברים שהייתי רוצה לעשות באמצע השבוע אם בא לי, בלי לשאול אף אחד:

- _____
- _____
- _____

דברים שאני לא מוכנ/ה לעשות בשביל כסף:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

(למשל: אני לא מוכן לעבוד 9 שעות ביום... אני לא מוכן למכור סמים או לעשות דברים לא חוקיים, אני לא מוכן לעמוד בדד-ליינים וכו')



אדם טל | כל הזכויות שמורות וכאלה (:
<http://adamtal.com/offers/affiliate/>