

Rinner pengarna mellan fingrarna?

Vågar du inte göra det du drömmer om? Här får du verktygen som världens mest framgångsrika personer tar till för att bli rika.

AV GERTRUD DAHLBERG FOTO: MASTERFILE/SCANPIX, JUPITER/IBL, LENNART DANNSTEDT

Satsa på din dröm

och bli rik på kuppen!

– Oavsett hur mycket eller lite pengar vi har är så är det en laddad fråga. Privat ekonomi är mer tabu än sex och religion, säger **Malin Henriksson Pratt**, som coachar människor till till en friare syn på pengar.

– Jag är övertygad om att framgång, egenvärde och pengar hänger ihop. Din yttre värld speglar din inre. Ditt förhållningssätt till pengar visar hur du ser på dig själv.

Den insikten drabbade henne för 16 år sedan. Efter en separation stod hon arbetslös och utan tak över huvudet för sig och sina tre barn. Skulderna växte, betalningsanmärkningarna hopade sig. Det blev en väckarklocka.

– Jag insåg att det inte var någon annans fel och slutade skylla på min exman. Min situation berodde på att jag tyckte att jag själv var oviktigt och att jag även gjort pengar till något oviktigt.

Malin började studera framgångsrika människor. Varför lyckades de? Hade de hemliga knep? Jo, hon kunde konstatera vissa gemensamma nämnare:

– De ägnar sig åt något de brinner

för och något som känns meningsfullt. De tror på sina egna möjligheter och har en förmåga att komma igen efter motgångar.

Pengamönster går i arv

Malin såg att alla har ett personligt förhållningssätt till pengar. Det är ofta omedvetet, men sätter krokben för oss. Det är vanligt att vår syn på pengar går i arv, vi upprepar våra föräldrars inställning.

Ett annat vanligt mönster är att vara ekonomisk rebell och omedvetet protestera mot allt som har med pengar att göra. Som att slösa bort en ärvd förmögenhet eller vara extremt slarvig med sin ekonomi.

– Pengar ses som något fult. Vi tror att om vi har det gott ställt så är det på bekostnad av andra. Det utgår från en idé om att det bara finns en viss mängd pengar som inte räcker till alla. Men enligt mitt sätt att se finns inga begränsningar.

I dag har Malin ett nytt liv: Hon är omgift, har ett barn till och bor i stort



Malin Henriksson Pratt hjälper oss att förverkliga våra drömmar.

hus. Hon håller kurser i sin egen metod, Dreamality, som hjälper människor att förverkliga sina drömmar. Kursdeltagarna får hjälp att reflektera över sig själva, förtydliga sina mål och göra en handlingsplan för att nå dit.

– Det gäller att lägga ribban högt, hålla drömmarna levande och inte tappa kontakten med sin handlingsplan i vardagen. De flesta blir förvånade över hur lätt det är att förverkliga målen, säger Malin Henriksson Pratt. ●



Spargrisar bygger sakt men säkert upp din ekonomi.

3 steg till en bättre ekonomi

1. Testa dig!

Har du en sund relation till pengar?

Jag har alltid ont om pengar, klarar mig knapp till nästa lön.
JA ☐ **NEJ** ☐

Jag vågar inte byta jobb för jag tror inte att jag kan tjäna pengar på det jag verkligen vill göra.
JA ☐ **NEJ** ☐

Jag har pengar men vill inte använda dem för jag är rädd att förlora det jag har.
JA ☐ **NEJ** ☐

Jag älskar mitt jobb men det går inte ihop ekonomiskt.
JA ☐ **NEJ** ☐

Jag har lätt att skaffa pengar men de försvinner lika fort.
JA ☐ **NEJ** ☐

Mina skulder minskar aldrig.
JA ☐ **NEJ** ☐

Jag har mycket pengar men känner ofta meningslöshet.
JA ☐ **NEJ** ☐

Så tolkar du testet: Om du svarar ja på någon av frågorna har du troligen ärvt din relation till pengar. Eller så vill du omedvetet protestera mot andras synsätt och har en rebellisk ståndpunkt. Båda reaktionerna hindrar dig från att bli framgångsrik och få ett pengaflöde.

Gör så här: Utforska vem du ärvt ditt förhållningssätt till pengar av. Kom ihåg att han eller hon också ärvt sin relation till pengar och lärt dig samma sak. Försök frigöra dig från din begränsande syn på pengar och skapa en friare relation.

2. Öppna dig!

● **Skriv ner ditt mål.** Sikta högt. Föreställ dig att du redan nått drömmen. Håll kvar den känslan!

● **Sitt inte passiv** – agera. Vad behövs för att du ska förverkliga drömmen? Vad måste du utveckla?

● **Släpp känslan** av att du inte är värd framgång. Var öppen för möjligheter från oväntat håll.

3. Sätt igång!

● **Vad är du bra på?** Vad är riktigt roligt? Vad vill du? Fråga dig själv och andra.

● **Formulera dina mål konkret.** Vill du öppna kafé? Skriva böcker? Få tid med barnbarnen? Resa? Ha nytt jobb?

● **Hur ser ditt liv ut om fem år?** Var ber du? Vad jobbar du med? Vem lever du med? Hur mycket tjänar du?

● **Gör en handlingsplan.** Vad händer i år, nästa år, året därpå? Dela in målen i månader, veckor och dagar.

Lenita vågade ta steget

● **Gör en uppgift varje dag.** Skriv en att-göra-lista: Ring ett samtal, skriv ett mejl, anmäl dig till en kurs.

● **Skriv upp tankar** som stör när du ska göra det du förutsatt dig. Då ser du dina hinder och kan ta itu med dem.

● **Fira dina framsteg.** Tänk en stund varje dag på vad du är tacksam för i livet. Skriv ner dina framgångar.

– Jag har ett sundare förhållande till pengar idag, nu när jag lärt mig att tänka i friare banor, säger Lenita.

Lenita, 46 år:

Lenita Kärker

Ålder: 46 år

Bor: i Solna

Familj: Man och två döttrar

Yrke: Kursledare och egen företagare

Nu tjänar jag pengar på det jag trivs med!

Lenita Kärker grubblade nästan jämt på hur ekonomin skulle gå ihop. Hon jobbade som fritidsledare och var ensamstående förälder med två barn. Pengar var en evig källa till bekymmer. De räckte knappt till det nödvändigaste.

Vid sidan av sitt jobb gick Lenita en utbildning och drömde om ett eget företag. Men hon tvivlade starkt på att det skulle gå, av ekonomiska skäl. Säkra att fortsätta vara anställd.

Vändpunkten kom när hon fick hjälp att tänka över vad hon ville med sitt liv och göra en målinriktad handlingsplan för framtiden:

– Jag behövde våga tro fullt ut på mig själv och min företagsidé. Jag fastnade för Dreamality-kursen för att den var så förankrad i verkligheten.

På kursen benade Lenita upp sina mål in i minsta detalj, dag för dag, vecka för vecka, år för år. Vad behövde göras? Vilka hinder fanns i form av inre blockeringar och yttre svårigheter? Vilka möjligheter hade hon? Hur

mycket pengar ville hon tjäna? Vad var egentligen viktigt?

Vågade säga upp mig

– Det var jättekonstigt att skriva ner mina drömmar och se dem svart på vitt. Som att utmana Jantelagen. Men snart började jag bocka av målen ett efter ett, och självförtroendet växte. Jag insåg att min potential var större än jag trodde. Och jag vågade säga upp mig!

På kursen insåg Lenita att hon hindrats av blockeringar kring pengar.

– När jag växte upp var det med ständiga diskussioner om hur pengarna skulle räcka. Jag hade ärvt mina föräldrars "pengahistoria".

Insikten fick Lenita att tänka i friare banor och skapa sitt eget sätt att se på ekonomi. Den konstanta oron för pengar släppte. I dag unnar hon sig det hon vill ha, restaurangbesök, ett större klädkonto. Trots det har hon mer i plånboken nu. Och hennes företag går precis så bra som hon föresatte sig i handlingsplanen.

– Pengar är inget problem. Förr tänkte jag att pengar inte var för mig. Nu är jag mer avspänd och tror att det ordnar sig.

Och rikedom räknas inte alltid i pengar.

– Jag har valt att vara ledig en och en halv dag i veckan. Då tjänar jag inte en krona men känner mig ändå rik för att jag har tid för mig själv och styr över mitt liv. ●

Lenas 3 penningråd

- **Våga tro** att pengar är till för dig.
- **Omge dig** med människor som tror på dig och dina mål.
- **Ha stora drömmar**, det är gratis.

