

The background is a solid light pink color. In the top right corner, a silver pen with a textured grip and a silver tip is positioned diagonally. In the bottom right corner, a portion of a white laptop keyboard is visible, showing keys like Esc, F1, F2, F3, F4, F5, F6, F7, F8, Tab, Caps lock, and various alphanumeric keys. A white rounded rectangle is centered on the left side of the image, containing the title and author's name. A dark blue rounded rectangle is located below the white one, containing the author's name in white text. A small black circle with white text is located near the bottom right of the keyboard.

Женщина и деньги

Джулия Макбеннет

12+

Джулия Макбеннет
Женщина и деньги
Серия «Разговор с подругой», книга 1

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67102785

SelfPub; 2022

Аннотация

В данной книге автор рассказывает о правильном взаимоотношении женщины с деньгами. Как можно и нужно строить бизнес по-женски без стресса. Как найти тот вид деятельности, который будет приносить женщине не только радость, но и хороший доход.

Содержание

Введение	4
Способы взаимодействия с деньгами.	6
Бизнес по-женски	14
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Джулия Макбеннет

Женщина и деньги

Введение

Есть два типа женщин: первые строят карьеру, добиваются успеха в самореализации и через упорный труд зарабатывают хорошие деньги. А есть те, которые идут по жизни, играючи, и деньги к ним идут сами, без особых усилий.

Но в последнее время чаще мы видим ситуацию, когда женщина много работает, помимо основной работы берет еще и подработку, но при этом еле-еле сводит концы с концами. Не говоря уже о реализации своих желаний, которые она не может себе позволить.

А на женщине еще лежат домашние хлопоты и воспитание детей. И таким образом, женщина крутится как «белка в колесе», денег недостаточно, а сил все меньше и меньше. И однажды она падает без сил в болезненное состояние. Это происходит по тому, что женщины вдруг решили, что они могут и должны зарабатывать деньги так же как мужчины, преодолевая препятствия, загоняя себя в ловушку карьеры, ставя себе мужские цели и задачи.

Но на пути к достижению финансового благополучия женщины забывают, что количество денег в жизни женщины за-

висит только от ее внутреннего состояния. Насколько женщина внимательно, с любовью, относится к своим внутренним ощущениям, чем больше она находит радости в жизни и счастливых моментов, чем больше она фокусируется на положительных эмоциях, тем соответственно выше у нее будет доход. Именно в таком состоянии женщина становится магнитом для денег и других благ жизни.

Каждая женщина обладает интуицией, и чувствует ее более отчетливо, чем мужчина. Женщина чаще предсказывает неблагоприятные события исхода того или иного дела, она может интуитивно выбирать вещи, которые потом будут служить долгое время. Если женщина верит в себя, в силу своей интуиции, она наполняется женской энергией. А, как известно, деньги – это энергия, и чем больше у женщины энергии, тем больше у нее и достаток. Пустая женщина всегда будет проваливаться в безденежье, а наполненная – всегда будет в достатке.

Способы взаимодействия с деньгами.

Деньги – это материализованная энергия, которая возвращается нам за то, что мы совершили какое-то действие.

Женщина вокруг себя создает пространство, куда тем или иным образом входят деньги.

Женщины деньги не зарабатывают, а получают любым удобным для них способом. Даже если женщина ходит на работу, то деньги она получает через реализацию своего творческого и профессионального потенциала.

Умение обращаться с деньгами, считать их – это одно из качеств зрелого человека.

Когда женщина начинает переживать по поводу денег (вернее их недостаточного количества), суматошно думать, где их взять, нервничать по этому поводу, она, таким образом, начинает терять энергию. А как было сказано ранее, к опустошенной женщине деньги не приходят. В такие моменты потери энергии необходимо включать осознанность и переходить на созидательные мысли, переключаться на деятельность, которая приносит радость и удовлетворения.

Когда женщина не осознает важность быть в ресурсе, теряет жизненную энергию путем страдания или постоянной тревоги из-за нехватки денег, она в этот момент неосознанно

деструктивно начинает взаимодействовать с энергией денег.

Существует несколько способов деструктивного взаимодействия с деньгами.

1. Попрошайничество. Эта та категория женщин, которые считают, что им все должны, потому что когда-то их обделили и недодали. И при любой удобном случае она говорит: «дай мне...». Они всегда в поиске, где бы «перехватить денег». Эта детская позиция, когда можно попросить у взрослого, и он выполнит твои желания или просто даст денег. Такой способ является манипуляцией и, безусловно, приносит свои плоды, но ненадолго. Деньги имеют свойство кончаться, и женщина вновь идет просить о помощи.

2. Позиция «жертва».

«Я бы очень хотела это купить, но у меня нет денег. Я вся такая несчастная. Как же мне быть?». Часто из такой позиции женщины начинают испытывать некое чувство вины, что она такая беспомощная, и ей самой от этого тошно. И таких женщин жалеют и помогают им что-то купить или дают некую сумму денег. Это манипуляция тоже иногда работает за счет сердобольных людей вокруг, которые готовы помогать «жертвам».

Но у каждой «жертвы» рано или поздно находится палач, который однажды начинает ее мучить (муж перестает давать деньги, увольняют с работы, друзья и близкие начинают ограничивать общение с «жертвой» и прочее).

3. Обиженная женщина.

Если женщине мужчина отказал в некой сумме, или она поправила прибавку к зарплате, а ей отказали, или она повысила стоимость своих услуг, а клиенты отказались платить ей за работу, то она начинает обижаться. Она может молчать, если спросить у нее: «как дела?», то она ответит, что все хорошо, но начнет манипулировать обидой. «Вот, я попросила, а вы мне не дали, так что вы сейчас от меня хотите?» Иногда такой способ манипуляции срабатывает. Чтобы не терять отношения с женщиной, не входить в конфликт, проще откупиться.

Но и этот способ деструктивный, потому что обида разрушает изнутри самого обиженного, но при этом не наносит вреда человеку, на которого обиделись.

4. Женщина – борец.

Эта женщина всегда говорит: «Я добуду деньги любой ценой, чего бы мне это стоило», «Я сделаю это, во что бы то ни стало». Такие женщины могут пожертвовать всем ради необходимой суммы денег. И это тоже может сработать. Но здесь женщина должна пожертвовать отношениями с мужем, с детьми или с окружением. То есть она зачастую идет наперекор своим близким, чтобы добыть нужную сумму, и не задумывается о последствиях.

Все перечисленные выше способы получения денег женщинами вполне рабочие, но за них всегда нужно платить неудовлетворительным психологическим состоянием, низкой энергией, взаимоотношениями и прочее. И все эти спо-

собы имеют краткосрочный эффект. Для долгосрочных отношений с деньгами такие подходы не годятся.

Зачастую родители внушают своим детям отрицательные установки и убеждения по поводу денег и их количества: «деньги с неба не падают», «деньги нужно зарабатывать тяжелым трудом», или что «все богатые люди на самом деле воры» и прочие.

Чтобы поменять свои отношения с деньгами, необходимо остановиться и задать себе следующие вопросы:

1. Где я?

Например: «Я стою в книжном магазине, и у меня не хватает денег на все книги, которые я хочу купить» или «Муж не дает мне денег, а хочется сделать новый маникюр» или «Хочется детям купить новые игрушки, но денег не хватает».

2. Что я делаю в настоящий момент? Что я чувствую?

Например: «Из-за переживаний о нехватке денег я теряю энергию», «я чувствую себя опустошенной», «Я нервничаю и переживаю, что не могу приобрести то, что сильно хочу».

3. Ведет ли это меня к цели?

Например: «Мои переживания могут стать причиной болезни – это не является моей целью», «Из-за нехватки денег у меня постоянно плохое настроение – это не является моей целью».

Если вы постоянно держите в голове мысль о нехватке денег, засыпаете с ней и просыпаетесь с ней, то ваше подсознание считывает эту информацию как «деньги = стресс». И та-

ким образом, оно старается уберечь вас от стресса, не давая вам нужной суммы. То есть у вас есть необходимые средства на закрытие базовых потребностей, но не хватает на что-то помимо еды, необходимой одежды и оплаты коммунальных услуг. Все, что больше этого – подсознание считает стрессом для вас и не дает вам этой энергии.

Для того чтобы перестроить свое сознание и убедить его в том, что деньги – это не стресс, а очень желаемая радость, необходимо сделать следующее:

1. Научитесь воспринимать отсутствие денег не как трагедию, проблему или неприятность, а воспринимайте это как факт. «Да, сейчас нет необходимой суммы, но мои переживания по этому поводу денег не прибавят, а стресс добавят, что не является хорошо для меня». Игнорирование отрицательных эмоций – это способ престать придавать важность ситуации и таким образом, мы перестаем терять энергию.

2. Разобраться со своими установками и убеждениями на тему денег. Что вы думаете и чувствуете к большим (по вашему мнению) деньгам? Что вы думаете и чувствуете по отношению к богатым людям? Что вы думаете и чувствуете по отношению к дорогим (по вашему мнению) вещам или услугам?

3. Найдя в себе негативные установки, подумать и проанализировать, кто вам их внушил. Возможно это родители, которые всегда зарабатывали деньги только упорным и тяжелым трудом, и других вариантов получения прибыли не

знали. Возможно это ваш личный опыт, когда вы потерпели неудачу в своем деле и остались на мели, и близкий человек вам сказал: «Я же говорил, что ничего не получится, нежели богато, нечего и начинать». Или ваше окружение всегда вас тормозит, и говорит, что все ваши желания – несбыточны и утопичны. И здесь важно осознать, что данные установки были навязаны извне, это не ваше мнение, а чужое.

4. Далее спросите себя по каждой найденной установке: «А это действительно так?», «Это истина последней инстанции?», «Эта установка соответствует реальности?».

5. А теперь, выявив все негативные установки переведите их в позитивные. Например: «Все богатые люди – воры» переводим в «Все богатые люди умные и щедрые», или «Для меня это слишком дорого» переводим в «Я достойна самого лучшего», или «Деньги зарабатываются тяжелым трудом» переводим в «Я могу получать деньги, занимаясь любимым делом».

6. Найдите примеры людей, которые разбивают вдребезги ваши стереотипы по поводу денег. Возможно, среди вашего окружения есть успешные люди, которые умеют генерировать деньги «из воздуха». Если таких нет, то ищите на просторах интернета примеры людей, которые смогли достичь успеха без начального капитала. Изучите их историю успеха.

7. Если у вас были времена с хорошим доходом, и он вас устраивал, вспомните, чем вы тогда занимались, что вы чувствовали в те прекрасные времена. «Наденьте» эти эмоции и

чувства на себя, снова прочувствуйте ту же радость тех времен, когда все было хорошо в финансовом плане.

Если же таких времен не было, то подумайте о том, чем вы можете быть полезной другим людям.

Чтобы выстраивать позитивные взаимоотношения с деньгами, необходимо в первую очередь научиться взаимодействовать с людьми. Потому что деньги к нам идут от людей. Будь то в организации, где вы работаете, а руководитель вам платит зарплату. Не было бы всех людей в этой организации, то платить вам было бы некому, да и не за что. Будь то ваш личный проект, который вы развиваете или хотите открыть. Все что вы делаете должно быть нужно людям, чтобы они хотели вам за это платить.

Запомните формулу:

ДЕНЬГИ= ЛЮДИ

Чем конструктивнее у вас взаимодействия с людьми, чем больше востребованы ваши услуги или товары, тем больше благ вы можете получить.

Итак, чем вы можете быть полезной другим людям? Что вы умеете делать помимо основной работы (если такая есть). И здесь важно, чем бы вы хотели заниматься, что вас интересует и вдохновляет больше всего.

Например, вы умеете рисовать: начинайте проводить мастер-классы по рисованию, хоть с детьми, хоть со взрослыми.

Вы любите печь торты: почему бы не заняться любимым делом и получать за это деньги.

Вы умеете писать стихи: пишите поздравления на заказ.

Но для того, чтобы к вам пришли люди и готовы были заплатить вам за ваш продукт или услугу, необходимо быть профессионалом своего дела, прорекламировать себя, пропиарить в социальных сетях, попросить друзей родственников, которые знают о ваших умениях, рекомендовать вас другим людям. Заявите о себе во всеуслышание.

Бизнес по-женски

Быть женщиной – предпринимателем сопряжено со своими трудностями, но вы не одиноки. Посещайте деловые мероприятия, посвященные женскому предпринимательству, такие как местные встречи, глобальные конференции как живую, так и в интернет пространстве, вступайте в группы поддержки, где с вами поделятся уже состоявшиеся бизнес-леди своим опытом работы в женском бизнесе. На бизнес-встречи часто приглашают отраслевых экспертов, где участники делятся своими идеями. На подобных мероприятиях вы можете найти единомышленниц в направлении вашего бизнеса, получить полезную информацию о развитии бизнеса и улучшения ваших лидерских способностей.

В наши дни технологии являются полезным инструментом, который женщины-лидеры и женщины-предприниматели могут использовать для изучения новых навыков, повышения квалификации, сбора информации и развития своей деятельности.

Принципы женского бизнеса

1. Бизнес по-женски должен быть с минимальным количеством стресса.

Но при всем разнообразии деятельности женщины, бизнес по-женски должен быть без стресса. Понятно, что совсем без стресса не всегда получается, но данное состояние

не должно пересекать некую красную черту, после которой начинается разрушение здоровья и психики. Женщины достаточно выносливые, гораздо выносливее мужчин, так как природой заложено женщине вынашивать ребенка, выкармливать его, а это требует больших усилий. Но это не говорит о том, что женщина должна работать наравне с мужчиной. Потому что при всех высоких показателях выносливости, стрессоустойчивость у женщины ниже, чем у мужчины. И когда женщине, помимо ее прямых обязанностей, заложенных природой, еще приходится решать вопросы во внешнем мире, то это всегда приводит к упадку сил, потере энергии и стрессу.

Психологи разделяют: дистресс и эустресс.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.