DEINE GELDGESCHICHTE
Coaching Chapanduka

# COACHING-WORKSHOP
# JUGENDLICHE & JUNGE ERWACHSENE

# ‘MEIN GELD – MEINE FINANZFITNESS’

2x 2 Stunden, Total CHF 600.-, 4 Personen (grössere Gruppen nach Absprache).

Zusätzlich, falls erwünscht, individuelle Budgeterstellung 45 Min à CHF 95.-/Person.
Falls dies von den Jugendlichen selbst bezahlt wird, erhalten sie 30% Rabatt.

**ZIEL:** Einen präventiven Beitrag leisten in die finanzielle Bildung von Jugendlichen & jungen Erwachsenen: Motivation zum Handeln stärken & aktive Schuldenprävention.

- Die ganzheitliche Sichtweise im (alltäglichen) Umgang mit Geld fördern.
- Finanzielle Kompetenzen erweitern.
- Die Motivation zum Handeln aktivieren.
- Nachhaltig Stabilität für den finanziellen Alltag aufbauen.
- Orientierung im Spannungsfeld zwischen Realität (Strukturen, Rechte & Pflichten) und individuellen Wahlmöglichkeiten erleichtern.
- Die eigene Geldgeschichte (Prägung/Glaubenssätze) wahrnehmen.

## AUFBAU WORKSHOP – Anpassungen auf Wunsch und Absprache möglich

### Teil 1 – 2 Stunden

**Einwärmen:** Annäherung an Geldgeschichten und eine vertrauensvolle Atmosphäre schaffen, um offen über Geld und Finanzthemen sprechen zu können.

**Kraftteil – Thema Budget**

Erkennen, was ist nötig (Verpflichtung), was ist wichtig (Bedürfnis).

Wie kann individuell Sicherheit aufgebaut werden im Umgang mit grösseren Budgetposten, gleichzeitig Wünsche erfüllt und Ziele erreicht werden.

**Stretching:** Den nächsten Schritt bewusst planen: Welches Thema wird wie und in welchem Zeitrahmen konkret in die Tat umgesetzt.

### Teil 2 – 2 Stunden

**Einwärmen:** Gegenseitiges erzählen: ‘Wie ist es mir ergangen in der Umsetzung, wo habe ich noch Unsicherheiten oder Fragen, die ich für mich klären möchte.’

### Kraftteil - Thema finanzieller Alltag

Evaluation der Aspekte: Worauf sollte besonders geachtet werden, wie lassen sich Stolpersteine frühzeitig erkennen und wie kann nachhaltig Stabilität geschaffen werden.

Und in diesem Zusammenhang: Was läuft bereits gut, welche Optimierungen lassen sich unkompliziert umsetzen. Was erfodert eine vertieftere Klärung und wie gehe ich dabei sinnvoll vor, damit sichergestellt ist, dass es mittel- und langfristig funktioniert.

**Stretching:** Erstellen eines persönlichen Money Boards (Leitfaden) für die weiteren konkreten Schritte und feiern der erworbenen Finanzkompetenzen!

Individuelle Themen/Fragen werden integriert und so aufbereitet, dass alle davon profitieren können.

## BUDGET – wertvoll & effektiv

Die Erstellung eines **Etappenbudgets** schafft Orientierung für die Lehr-/Schuljahre und den Einstieg ins Berufsleben. Es kann während der gesamte Ausbildungsdauer und darüber-hinaus benützt werden. Im Übergang ins Erwachsenenleben ist das sehr hilfreich, da es realistisch aufzeigt, wie sich relevante Budgetposten über die Jahre verändern.

Das Budget unterstützt:

- Jedem Franken bewusst seinen Platz zu zuordnen.
- Sparmöglichkeiten zu erkennen, die bis anhin evt. übersehen wurden.
- Bei wichtigen Etappen (z.B. Erreichen der Volljährigkeit) finanziell vorbereitet zu sein und sich sicherer zu fühlen → wirksame Schuldenprävention.
- Kurz- und mittelfristig den Überblick zu behalten während der Ausbildung und im Übergang Lehre – 1. Anstellung oder weiterführende Ausbildung / Studium

## MEHRWERT IN DER ARBEIT MIT MIR

Durch einen natürlichen Zugang unterstütze ich die jungen Menschen auf Augenhöhe und fördere ihre Selbstwirksamkeit. Das stärkt die Fähigkeit, aktiv zu handeln.

Als zertifizierter Coach, diplomierte Budgetberaterin und Betriebsökonomin verbinde ich meine langjährige Erfahrung in der bedürfnisorientierten Gesprächsführung mit meinem breiten Finanzwissen in einer ganzheitlichen Perspektive.

Ich achte darauf, dass sich alle als Individuum wahrgenommen fühlen. So bauen sie Selbstvertrauen und Sicherheit auf, um ihre Finanzthemen zielgerichtet anzugehen und sich besser in der Vielfalt von Möglichkeiten zurechtzufinden, ohne sich in der Komplexität von Normen und Strukturen zu verlieren.

In der Reflexion der persönlichen Geldgeschichte erkennen sie Ansätze, wie die Vergangenheit sie oftmals unbewusst steuert in ihrem finanziellen Verhalten und in ihren Entscheidungen, die sie heute für die Zukunft treffen.