




# Guía

# El dinero y yo

	¿Qué voy a encontrar en esta guía?	1
	Actividad 1	1
	• Test 1	1
	Actividad 2	4
	• Test 2	4

# 1

## ¿Qué voy a encontrar en esta guía?

La forma de identificar, valorar, analizar y trabajar todo lo relacionado a tu comportamiento frente al dinero. Encontrarás las oportunidades y condiciones propicias para que, partiendo de lo que sabes, puedas reflexionar, expresar, analizar, tomar conciencia y repensar la forma en que te relacionas con el dinero. Al reconocer el tipo de relación que mantienes con él, estarás en posibilidades de tomar decisiones más acertadas en torno a su adquisición, uso y administración.

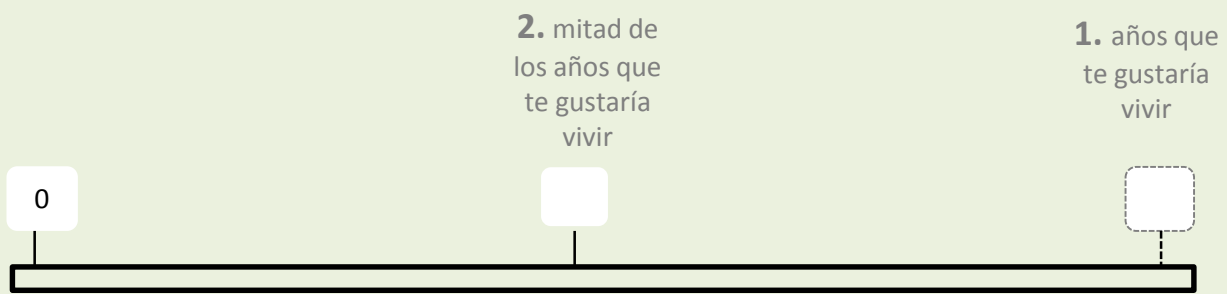
# 2

## Actividad 1

Para ello es importante que contestes un pequeño cuestionario que te ayudará a reflexionar y a ubicar cuáles son tus creencias y comportamientos actuales en torno al dinero.

### Contesta el test: “Tu relación con el dinero”

#### Test 1. Tu relación con el dinero



3. Marca en la el rectángulo tú edad actual

4. Rellena con lápiz o pluma el segmento que ya has vivido, que iría de cero a la edad que tienes hoy

¿Actualmente para qué usas el dinero?

¿Actualmente a qué te dedicas?

¿Cuánto tiempo hace que te dedicas a ello?

¿Qué te motivó a contestar esta guía?

Completa las siguientes frases con el primer pensamiento que se te ocurra, no lo analices mucho, simplemente escribe lo primero que venga a tu mente.

Evita que se repitan tus respuestas y procura que sean frases de más de tres palabras.

Yo creo que el dinero...

Cuando no lo he tenido...

El que consigue todo lo que quiere...

El dinero que recibo...

Para tener dinero...

Gracias al dinero...

El dinero me ha permitido...

El dinero me ha dificultado...

Nunca imaginé que el dinero...

¿Comienzas a ver la dirección que llevan tus respuestas?

¿Detectas alguna constante en ellas?

¿Eres consciente de cómo tu forma de ser influye en tus resultados financieros?

## Reflexión

Como podrás darte cuenta, todas las ideas y creencias respecto al dinero tienen un componente heredado del medio en el que crecimos, determinando la forma en la que respondemos cuando de dinero se trata.

Para cada persona, el dinero tiene significados diferentes y las reacciones que desencadena, bajo determinadas situaciones, están en función de las emociones que le despierta. Por ejemplo, si vas a recibir dinero, ¿cómo te sientes... apenado, merecedor, satisfecho?; si vas a pagar... ¿te sientes angustiado, inconforme, liberado, etc.?, y si se trata de comprar algo... ¿te pesa pagarlo, lo pagas sin remordimiento, comparas precios o al final te arrepientes?

Y qué pasa cuando hablamos de ahorrar, ¿tienes la fuerza de voluntad suficiente para dejar de consumir cosas superfluas y guardar ese dinero para el futuro?, o al invertir ¿Cuál es tu tolerancia al riesgo si lo depositas en algún fondo de inversión o lo destinas a abrir un negocio?

## Aprendizaje

Como ves, aquí hay dos factores importantes a tomar en consideración que te pueden dar idea del porqué estás administrando tu dinero de determinada forma: las creencias heredadas y tu nivel de tolerancia al riesgo.

Ahora bien, ¿cómo te explicas el hecho de no poder adquirir buenos hábitos financieros, si en teoría es como fomentar un hábito de higiene o de estudio? Pues bien, la respuesta está en la forma en que tomas tus decisiones financieras, las cuales están influenciadas por las apariciones de emociones no satisfechas en el momento que las tomas. La tensión emocional que experimentas de manera inconsciente, en la mayoría de los casos, sesga tu decisión.

# 3

## Actividad 2

Para identificar y conocer el tipo de relación visceral o cerebral que mantienes con tu dinero, responde una serie de preguntas que te ayudarán a identificar si estás tomando buenas o malas decisiones.

 **Contesta el test: “¿En qué te basas para tomar decisiones financieras?”**

### Test 2. ¿En qué te basas para tomar decisiones financieras?

¿Cuál es tu prioridad hoy en día?... ¿Lo económico o lo personal?

Al día de hoy... ¿De qué lado pesa más tu balanza?... ¿Cuánta energía dedicas a los asuntos relacionados con dinero y cuánta a tu vida personal?

Crecer personal y económicamente es necesario para mejorar y algunas veces deberás enfocar tu energía en un sentido más que en otro, pero pensemos en algunos cuestionamientos ¿Por qué la superación económica debería estar peleada con el crecimiento personal o espiritual? ¿No sería mejor que uno complementara al otro? ¿Por qué tener que decidir entre los dos extremos? ¿Por qué tener que olvidarnos del dinero para crecer internamente o abandonar nuestra vida personal para superarnos económicamente?

¿Qué te orienta a tomar decisiones? El ahorro o tu satisfacción personal. Las psicofinanzas nos plantean una posibilidad más integral: Obtener las mejores experiencias y, al mismo tiempo, los mejores rendimientos de nuestro dinero. Cada gasto que haces tiene un desenlace en dos sentidos:

- a) La experiencia que te deja y
- b) el impacto que genera dicho gasto a nivel de tu economía.

Si tomas ambos desenlaces como parámetros que te sirven para diferenciar las buenas de las malas decisiones, podrás obtener experiencias satisfactorias y, también, cuidar de tu bolsillo. Una “buena experiencia” es aquella que te produce satisfacción y nutre o alimenta a tu alma en algún sentido y, un buen resultado financiero es aquél que te permite obtener un mejor rendimiento de tu dinero.

⇒ Recuerda el último gasto que hayas hecho y piensa cuál fue el desenlace que obtuviste. Dependiendo de tu respuesta, deberás elegir una de las siguientes posibilidades:

- Una mala experiencia y un impacto negativo en tus finanzas
- Una mala experiencia y un impacto positivo en tus finanzas
- Una buena experiencia y un impacto negativo en tus finanzas
- Una buena experiencia y un impacto positivo en tus finanzas

Ejemplos: Cuando la cuenta de restaurante que pagas para celebrar una comida de cumpleaños con personas que no son de tu agrado es alta. Si pagas la entrada a un espectáculo que no es de tu interés o compras unos zapatos caros que te quedan ajustados. En estos casos, tu decisión no va en la línea de adquirir realización mental y financiera al mismo tiempo.

#### **Una mala experiencia y un impacto positivo en tus finanzas**

Ejemplos: Si por ahorrarte unos centavos adquieres algo más barato, pero de menor calidad y que luego te representa problemas. En este cuadrante también se ubican los pagos por obligación de los que no ves beneficios directos o el pagar tu entrada al cine para ver una película mala. Aunque la experiencia en estos casos, proviene de resultados inesperados, no significa que no puedas aprender de lo sucedido y prevenirte para otra situación similar que puede presentarse en el futuro.

#### **Una buena experiencia y un impacto negativo en tus finanzas**

Ejemplos: Cuando teniendo un presupuesto limitado, de todos modos decides darte un gusto; si te haces de algún bien costoso pero que “bien vale la pena” o si para evitar un problema mayor, prefieres de una vez desembolsar una fuerte cantidad.

#### **Una buena experiencia y un impacto positivo en tus finanzas**

Ejemplos: ¡Eureka! “Gastos inteligentes”. Vacaciones planeadas con suficiente tiempo de anticipación para obtener descuentos, gastos que se hacen poco a poco con base en un presupuesto para adquirir un bien mayor o comprar un libro para tu desarrollo personal. En este tipo de desenlaces se cumple el principio de: “buenas experiencias y maximización de los recursos”.

La felicidad y la realización personal requieren de mucho más que de una cuenta bancaria con muchos ceros. Nuestras decisiones no deben basarse exclusivamente en cuestiones monetarias ya que, en la mayoría de los casos, sólo obtendríamos beneficios en el aspecto económico y no en el personal. Gozar de experiencias que te causen placer, cumplir tus propósitos personales, sentir pasión por lo que haces, y vivir en un estado de armonía interna, son cuatro elementos que influyen en el grado de plenitud con el que vives y van más allá de un asunto meramente financiero.



### **Reflexión**

Al mantener ciertos patrones de comportamiento en la obtención, gasto, ahorro, inversión y donación de tus recursos financieros, corres el riesgo de no estar optimizándolos. Estos comportamientos están en función de la carga de emoción o razón (visceral o cerebral) involucrada en tu decisión, que depende del tipo de experiencia o impacto financiero que estés dispuesto a tolerar.

## **Aprendizaje**

Cuando vayas a tomar una decisión, busca mantener un equilibrio en la relación emoción-razón, ya que ésta te llevará a gozar de experiencias placenteras y satisfactorias sin desviarte de tus propósitos personales, alcanzando una sensación de seguridad y plenitud que van más allá de los asuntos meramente financieros.

## **Material de consulta sugerido**

- Pérez Ladrón de Guevara, Mario. Tu relación con el dinero. Urano. 2013. México, D.F.
- Tovar Alberto. Dinero y felicidad. Biblioteca Avante, Colección Acción Empresarial. LID Editorial Mexicana. 2010. México, D.F.
- Ariely, Dan. Las trampas del Deseo. Ariel. 2015, 5° ed. Barcelona, España.