



לפרטים נוספים: 052-2792180  
דוא"ל: info@galitcoach.co.il  
אתר: www.galitcoach.co.il

**גלית גרינשטיין**  
ייעוץ ארגוני כלכלי • הדרכה וליווי

## המדריך להתנהלות כלכלית / שיפור ההתנהלות הכלכלית/יציאה מהמינוס/ סגירת הלוואות

**נושאים במדריך:**

כסף הוא רק אנרגיה

תסריט הכסף שלי

להוציא על הערכים והמטרות שלנו ולא על חובות וקנסות

טיפים ליצירת תוכנית הוצאות שלי

ומה עם ההכנסות?

מהו תסריט הכסף שלך

הכנסת או הוצאות

ריבית?

ריבית הפריים?

תוכנית הוצאות

הוצאות קבועות

הוצאות משתנות

עמלה?

ניהול עצמי

1. כסף הוא רק אנרגיה.

שנים רבות נתתי לכסף לנהל אותי. נלחצתי מכל הוצאה לא צפויה שמחתי מכל שקל נוסף שנכנס ובעיקר דאגתי מה יהיה מחר. מה יקרה ב-10 לחודש (חיוב כרטיס האשראי), תקציב לקייטנות לילדים ואיך עוברים את החג /יום ההולדת/ בגדים חדשים לילדים ועוד.

עד ש...

בתהליך ממושך ועמוק להפליא הבנתי שכסף זה רק אנרגיה.

אנרגיה?

כן, דבר כזה שלא מרגישים, לא נוגעים, בא והולך ובכל זאת ישנו.

כשמבינים שיש מספיק כסף בעולם, ובדרך כלל ולאורך זמן דברים מסתדרים, בוחרים לנהל את היש ולא לדאוג לאין... דברים באמת מסתדרים, וגם הכסף.

תחשבו על זה - כמה כסף יש בעולם? כמה אתם צריכים? האם יש סיבה שאחוז כל כך נמוך מהכסף בעולם לא יצליח להגיע אליכם?

(ואז תזכרו - במתנה שהפתיעה אתכם, החזר ממס הכנסה, קופת גמל שלא זכרתם ואפילו כסף שהתחבא במגירה)

נצא לדרך מתוך הבנה שאם נבחר להתמודד עם חוסר הידע וההבנה בעולם הכלכלי, נתמודד עם אחד הפחדים הגדולים ביותר שלנו - וגם ננצח אותו.

**אז, האם אתם שולטים בכסף, או שהכסף שולט בכם?**

מהם הסימנים שהכסף שולט בכם:

כל הזמן דואגים.

חיים בתחושה שאין לכם מספיק לקנות מה שאתם רוצים.

חולמים להיות עשירים.

מאשימים את כולם בבעיות הכספיות שלך (ממשלה, מנהל, בני זוג).

מעריכים אנשים על בסיס סכום הכסף שיש להם.

מבזבזים ומוציאים כספים שאין לכם.

משתמשים באשראי כדי לקנות דברים, מכיוון שהתשלום בעתיד.

כמות הכסף שיש לכם מנהלת את מצב הרוח שלכם.

איך זה נראה כשאתם שולטים בכסף?

חוסכים כדי לקנות דבר יקר או גדול.

משקיעים בהוצאות שיגדילו את ערכם – בית, לימודים.

תורמים חזרה לקהילה או לזולת.

אתם מתנהלים ללא חובות – משלמים במזומן, עומדים בהבטחות כלכליות.

אתם נמצאים במגמת שיפור לאורך השנים – הכנסה, נכסים, התפתחות אישית.

הכסף משמש אתכם להתקדמות לעבר חלומותיכם ומטרותיכם.



לפרטים נוספים: 052-2792180  
info@galitcoach.co.il  
www.galitcoach.co.il

**גלית גרינשטיין**

יעוץ ארגוני כלכלי • הדרכה ולינוי

## 2. מהו תסריט הכסף שלכם?

"כסף הוא משהו שלכולנו חסר פעמים רבות, שאנו נאבקים כדי להשיג, שאנו תולים בו תקוות לכוח, שמחה, בטחון, מידת מקובלות בחברה, הצלחה, הגשמה הישגיות וערך עצמי שלנו" – מתוך "כסף או חייר" – ג'ו דומינגז וויקי רובין.

תסריט הכסף שלי = הדרך בה אני מתייחס לכסף בחיי, על-סמך אמונות פרדיגמות, חוויות אותן חוויתי כילד בבית ההורים ובסביבה בה גדלתי, והפכתי לדרך חיי.

- בשלב הראשון יש לבדוק בדיקה מעמיקה את האמונות והמחשבות שלנו הנוגעים לכסף - לדוגמא – "שקל לבן ליום שחור", "כסף לא קוטפים על העצים", "חייה היום כי מחר תמות" ועוד.
- בשלב השני יש לבדוק באיזו מידה האמונות והמחשבות האלה עדיין מועילות לנו ומשמשות אותנו כאן ועכשיו .
- האם אנחנו עדיין חיים בצנע ויש לאגור מזון ליום שחור? (10 בקבוקי אקונומיקה בארון – למה?, חופשה באילת באלפי שקלים בעונה הבוערת – כי לילד שלי מגיע?)
- בשלב השלישי - לקיחת אחריות על ההתנהלות הכספית שלנו (טעויות) ויצירת השינוי שמתאים לנו.



לפרטים נוספים: 052-2792180  
דוא"ל: info@galitcoach.co.il  
אתר: www.galitcoach.co.il

**גלית גרינשטיין**  
ייעוץ ארגוני כלכלי • הדרכה וליווי

### 3. להוציא על המטרות האמיתיות שלי

**ערכים** – האמונות המגדירות אותנו, מה חשוב לנו, מה אנו מעבירים לילדינו, סדרי העדיפויות שלנו. הדרך בה בחרנו ללכת. אנחנו אמורים לנהל את חיינו לפי סדרי העדיפויות שלנו.

הערכים הם הבסיס ממנו אנו גוזרים את המטרות שלנו ואת סדר העדיפויות שלנו! כדי לממש בחיים את המטרות שלנו ולא של אחרים, נדרשת הכנת "תוכנית הוצאות" שתעזור לנו לקבוע את קביעת סדר עדיפויות בחיי היום יום שלנו, ובהתאם את ההוצאות, כדי להנות מהכסף שיש לנו.

#### כמה טיפים ליהנות מהכסף שלך:

##### א. הוצא את כספך בהתאם לתכנית.

תוכנית ההוצאות הינה כלי העוזר לכל אדם להיות מוכן לכל הוצאה, צפויה ובלתי צפויה, עתידית או עכשווית שיש רצון או צורך להוציא.

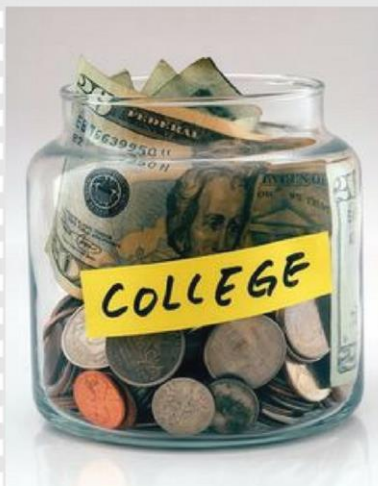
תוכנית ההוצאות יושבת על בסיס הערכים והמטרות שלנו, לטווח קצר וארוך ומתייחסת להוצאות הקבועות שיש לכל אדם כל חודש, ולהוצאות המשתנות שאותן נרצה לנהל. תוכנית מפורטת הבנויה על ממוצע ההוצאות/הכנסות שלנו, תעזור לנו לעמוד בתקציב ללא חריגות.

##### ב. אף פעם אל תוציא יותר כסף מאשר אתה מרוויח .

כשהייתי חיילת, קיבלתי משכורת של 500 ₪. והסתדרתי. הרבה עזרה מההורים הרבה ממה שהצבא נתן ו...מעט זמן ומעט הוצאות איפשרו לחיות.. בערך.

כשנכנסתי לקבע, והמשכורת קפצה במאות אחוזים, פתאום לא הספיק לי הכסף לכלום. הייתי צריכה הכול, ועכשיו. נדרשתי לעזרה מההורים, הלוואות מהבנק ואפילו נכנסתי למינוס!

יש לנו נטייה לחיות ממה שאפשר, וככל שהאפשרות "גדולה" יותר – נצרוך בהתאם. לכן, ככלל, יש לתכנן את ההוצאות שלך, שיהיו פחותות מההכנסות, מכל גודל של הכנסה.



#### 4. תוכנית ההוצאות שלי:

תוכנית ההוצאות הינה הכלי המשמעותי ביותר בתחום הפיננסי האישי שיאפשר לך לקחת שליטה ואחריות על כספך וחיירך. תוכנית ההוצאות תעזור לך לתכנן ולנצל את ההכנסות שלך כדי לממש את המטרות שלך בטווח הקצר ובטווח הארוך.

**תוכנית ההוצאות** - מבוססת על הערכים והמטרות שלך, ועל בחירה ולקיחת אחריות - זהו כלי שיסייע לך להגיע ליעדים שהצבת לעצמך.

- **כמה אתם צריכים כדי לחיות?**
- ערכו בדיקה על ההוצאות הקבועות והמשתנות שלכם, בממוצע חודשי, כדי לדעת פעם אחת ולתמיד לכמה כסף אתם זקוקים כל חודש.
- המקום בו אנו מוציאים כמעט ללא חשבון - בקניות האוכל לבית. בדקו כמה אתם מוציאים כל שבוע, וכמה באמת צריך. קבעו יעד לצמצום - לפחות 10%.
- ערכו סדר בבית - בארונות המטבח, הבגדים, התרופות ובכל מקום בו שוכב "מלאי" שאינכם משתמשים בו.
- אל תחזיקו מלאי במזווה. אנחנו עורכים קניות כמעט כל שבוע, אין צורך להחזיק 10 פסטה ו/או 10 אקונומיקה.
- הכלל לגבי מבצעים - רק אם זה מוצר שאנו צורכים ממילא באותו שבוע/חודש. לדוגמא - אם צורכים 2 קטשופ בשבוע והא במבצע - תקנו. אם צורכים 2 קטשופ בחודשים - לא לקנות!!
- נהלו שיחה משפחתית על מצבכם הכלכלי עם כל מי שקשור לכלכלת הבית - כולל ילדים בגיל העשרה.
- בדקו איפה אפשר לחסוך, לצמצם, להשפיע - ושימו יעד ריאלי (למשל 500 ₪ צמצום בחודש).
- בדקו את ההתחייבות מול הספקים שלכם - סלולרי, כבלים, עיתון, משכנתא, בנק, ועוד. ניתן לחסוך ולצמצם בכל התחומים.
- ערכו שיחה עם נציג הבנק על העמלות, חסכונות (אם אתם במינוס - אסור לחסוך), הלוואות ומסגרת אשראי. גם בבנק אפשר לחסוך.
- מינוס הוא לא מחלה וזה לא סתם אמירה. בתהליך מובנה ניתן לחיות בפלוס וברווחה.

הכנת תוכנית הוצאות והקפדה על הישום תאפשר לנו ליצור שינוי בהתנהלות הכלכלית תוך חודשים מספר.

הבחירה לא לעשות כלום - הינה בחירה שמשאירה אותנו באותה נקודה, עם הרבה תירוצים והסברים.

שלב ראשון -

הכנת הניירת הכלכלית - 3 חודשים אחורה - פירוט עו"ש בכל חשבונות הבנקים שלכם, פירוט כל כרטיסי האשראי, ספחי צקים, הלוואות, חסכונות. נגישות לתלושי שכר והעתקי חשבונות - חשמל, ארנונה, משכנתא, סלולר, כבלים ועוד. העתקי דוחות ביטוח שונים.

**שלב שני -**

פינוי שעתיים+ ביומן, מקום נוח ושקט, מחובר לאינטרנט. קפה, מאפה ובן/בת הזוג.

## שלב שלישי –

הכנת השיקוף- איפה אתם נמצאים מבחינה כלכלית, ממוצע לחודש הכנסות והוצאות

## שלב רביעי –

החלטה על שינוי.

הוצאות קבועות – טיוב, פעילות מול ספקים (פעם בשנה)  
הוצאות משתנות - הכנת תקציב ל-10 סעיפים ומדידה שבועית.  
הגדרת יעדים – צמצום מינוס, החזר הלוואות, רכש עתידי, חסכונות.  
אבני דרך ובקרה-לאורך כל התהליך וכאורך חיים, בחינה של התוצאות מול העשייה.

## 4. ההכנסות שלי:

ומה עם ההכנסות? גם שם יש מה לעשות – שינוי מקום עבודה, בקשת העלאת שכר, לימודים כדי לעלות דרגה, עבודה נוספת דרך מומחיות שיש לכם ועוד.

לסיכום:

חשבו רגע עם עצמכם, מהי באמת המטרה שלכם. האם היא ברורה? בהירה? מדוייקת? כזאת שאפשר למדוד, בזמן, כסף אבני דרך, אמצעי בקרה?

להיות מאושר זו מטרה נהדרת, אך לא מדידה בעליל (והאושר שלי שונה מהאושר שלכם – אז איך נדע שהגענו למטרה?)

צרו בהירות ומשם אפשר להתחיל לתכנן ולבצע.

זכרו שזה תהליך, כמו הזמן שלקח לכם להגיע למצב שבו אתם נמצאים.

היו בטוחים שזה אפשרי. בודאות.

עכשיו – הפשילו שרוולים.

כדי לדייק ולבנות את תוכנית ההוצאות שלכם בצורה נכונה –



**מוזמנים להתקשר עכשיו ולתאם פגישת שיקוף והכוונה.**

מאמינה בכם, מאמינה בדרך

שלכם, גלית.

גלית גרינשטיין  
יועצת ארגוני כלכלי • הדרכת וליווי  
דוא"ר: galitgr@gmail.com  
טלפון: 052-279-2180  
אתר: www.galitcoach.co.il