

TEST

El siguiente test está diseñado para revisar y detectar la influencia que ejercen tus modelos familiares en tu relación con el dinero. Permítete contestar en forma sincera, objetiva y clara.

1 = POCAS VECES **2** = ALGUNAS VECES **3** = MUCHAS VECES

Conductas relacionadas con la influencia de la familia	1	2	3
1. Suelo manifestar dificultades financieras similares a las que experimentan o han tenido mis padres y familiares cercanos.			
2. Me cuesta disfrutar del dinero tal como sucede con alguno de mis familiares cercanos (padres, abuelos, tíos, hermanos).			
3. Suelo repetir ciertas dificultades similares a las de mi familia para administrar el dinero de manera organizada y eficaz.			
4. Suelo experimentar problemas económicos, como falta de dinero, tal como sucede con mis padres.			
5. Suelo sentir angustia, enojo e insatisfacción en relación con el dinero, tal como percibo que sucede con alguno de mis padres.			
6. Me genera culpa ganar dinero y disfrutarlo.			
7. Me genera enojo y angustia la actitud de mis padres en relación con el dinero.			
8. Suelo observar que mi familia no disfruta del dinero y eso me produce dolor y frustración.			
9. Acostumbro a tener discusiones y conflictos con mis familiares en relación con el dinero y cuestiones relacionadas con el mismo.			
10. Tengo la sensación de sentirme impotente y frustrado(a) para generar un crecimiento económico y emocional en mi vida.			
Total			

Resultados:

Si la mayoría de tus respuestas ha sido 1, eres una persona que manifiesta fortaleza y madurez emocional que te permiten crecer y afrontar los diversos desafíos en tu vida,

independientemente de las circunstancias familiares que te haya tocado experimentar.

Si la mayoría de tus respuestas ha sido 2, sueles experimentar ciertas dificultades similares a las de tus padres en relación con el dinero, lo cual pueda indicar que te cuesta despegarte de las influencias familiares. Es importante que revises los modelos, actitudes y creencias que tu familia sostiene en relación con el dinero, y examines el impacto que tienen en tu vida.

Si la mayoría de tus respuestas ha sido 3, estás repitiendo los conflictos, problemas y dificultades en relación con el dinero que has observado en tu familia, lo cual te deja en una posición muy limitada y empobrecida para crecer como persona autónoma y con mentalidad de abundancia. No precisas continuar con un legado familiar que no te ayuda a crecer financieramente. Busca ayuda profesional para examinar conscientemente el impacto emocional que ejercen tus modelos familiares.

SUGERENCIAS PARA RECONOCER LA INFLUENCIA DE TUS MODELOS FAMILIARES

✓ Haz un listado de 5 recuerdos familiares relacionados con el dinero que te generen malestar, dolor y enfado.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

- ✓ Observa el listado anterior y piensa en las consecuencias negativas que generan esos recuerdos en la manera de manejar tu dinero.
- ✓ Toma la decisión de independizarte emocionalmente de tu familia y escribe:
 - » 5 cualidades que deseas rescatar de tu familia y pueden ayudarte a optimizar tu manera de ganar, manejar y disfrutar el dinero.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

- » 5 defectos de tu familia en relación con el manejo del dinero que estás dispuesto a soltar y dejar de repetir en tu vida. Toma la decisión de trabajar en esto y, si lo precisas, busca ayuda profesional.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____