



## Modul 5: Målsättning

**Event och plats**

**dd/mm/åååå**

**Presentatörens namn**  
**Organisationens namn**  
**Presentatörens E-mail**

# Kom ihåg – Gruppkontrakt

- 
- respektera sekretessen
  - var icke-dömande
  - ha tålamod när andra pratar
  - Respektera andras åsikter
  - följ schemat
  - försök förstå kulturella och yrkesmässiga olikheter
  - alla har rätt att bli lyssnade på
  - att ha kul och njuta av kursen
  - att göra misstag
  - att bli respekterad
  - att dela idéer
  - Var aktiv!
  - Var positiv och kreativ!
-

# Modul I: Introduktion

---

- Syfte och mål
- Modulens innehåll

## SYFTE och MÅL:

Syftet är att presentera grunderna för penninghantering och ekonomisk läskunnighet.

Målet är att deltagarna ska bli medvetna om sin relation till pengar.

Möjliggöra för unga kvinnor att:

- Bli ekonomiskt läskunniga och kunna skapa SMART-mål
- Bli säkra på att budgetera och hantera pengar



## Modulens innehåll:

- Utforskande av målsättning och ekonomisk läskunnighet
  - Arbeta i team för att utforska egna mål
  - Sätta upp realistiska och omfattande SMART-mål



## ICE BREAKER

10 min!

Para ihop er!

Prata om era ekonomiska mål, intressen och personlighetsdrag...

Se om ni kan hitta 10 saker som ni har gemensamt!



# Tema 1:

## Tips för penninghantering



## Tips för penninghantering inspirerat av Consumer Financial Protection Bureau

- Identifiera hur du spenderar dina pengar och om dina utgifter innebär några utmaningar
- Använd en budgetplanerare:  
<https://www.moneyhelper.org.uk/en/everyday-money/budgeting/budget-planner>
- Fundera över hur du kan åtgärda dina ekonomiska utmaningar

De här tipsen kan stärka dig i din penninghantering, hitta dina ekonomiska mål och förbättra din ekonomiska frihet genom mer lämpliga val.



## Aktivitet: Miljonfrågan

Föreställ dig att du hade EN MILJON DOLLAR...Vad skulle du göra med dem?

Diskutera i par!

Frågor att fundera på:

- Var skulle du bo?
- Vem skulle du spendera dem med?
- Vilka hobbies skulle du utöva?
- Skulle du fortsätta arbeta?



# 10 minuters paus



Kom tillbaka 10:00



## Aktivitet: Make Money Make Sense Quiz

En quiz för att förstå sin personlighetstyp vad gäller pengar

- [https://www.moneymakesense.co.uk/article.php/14/quick\\_quiz](https://www.moneymakesense.co.uk/article.php/14/quick_quiz)

Vill någon dela med sig av sitt resultat?

## Aktivitet: 5 steg för ekonomiska beslut

Läs tipsen för vad du kan tänka på vid nästa ekonomiska beslut. Följ **SAVED**:

1. **STANNA** upp en stund och reflektera innan ett beslut ska tas.
2. **ASK** (fråga) om kostnader och risker.
3. **VERIFIERA** och kolla upp informationen du fått.
4. **ESTIMERA** dina kostnader.
5. **DECIDE** (bestäm) om det är värt besväret.



Följ de här stegen för bättre kontroll över din ekonomi!

## SMART-mål

SMART-tekniken hjälper dig att skapa tydliga och fokuserade mål, öka din produktivitet och uppnå det du tänkt dig.

### Skapa mål som är:

**S**pecifika (gör ditt mål så tydligt och specifikt som möjligt - hur, när, varför och var ska du uppnå det?)

**M**ätbara (se till att du kan mäta om målet har uppnåtts genom tydliga kriterier)

**A**chievable/uppnåbara (målet bör vara realistiskt och möjligt att uppnå)

**R**elevant (målet bör vara viktigt för dig och överensstämma med andra mål)

**T**idsbundet (sätt en deadline för att uppnå ditt mål och håll dig till den)



## SMART-mål - exempel

INTE ett exempel på SMART-MÅL: Jag vill undersöka hur jag ska hantera mina pengar.

Exempel på ett SMART-MÅL: *Jag ska hitta 5 budgeteringstekniker under nästa vecka och välja ut 3 som jag kan använda direkt.*

INTE ett exempel på ett SMART-MÅL: Jag ska spara lite pengar.

Exempel på ett SMART-MÅL: *Jag ska öppna ett sparkonto och lägga in 10 % av mina intäkter varje månad.*

# Skapa ditt eget SMART-mål!

|   |  |
|---|--|
| S | <p><b>Specific</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• What do I want to accomplish?</li> <li>• Why do I want to accomplish this?</li> <li>• What are the requirements?</li> <li>• What are the constraints?</li> </ul>   |
| M | <p><b>Measurable</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• How will I measure my progress?</li> <li>• How will I know when the goal is accomplished?</li> </ul>   |
| A | <p><b>Achievable</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• How can the goal be accomplished?</li> <li>• What are the logical steps I should take?</li> </ul>  |
| R | <p><b>Relevant</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Is this a worthwhile goal?</li> <li>• Is this the right time?</li> <li>• Do I have the necessary resources to accomplish this goal?</li> <li>• Is this goal in line with my long-term objectives?</li> </ul> |
| T | <p><b>Time-Bound</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• How long it will take to accomplish this goal?</li> <li>• When is the completion of this goal due?</li> <li>• When am I going to work on this goal?</li> </ul>   |

## Du kan fundera över dessa frågor som guidning:

- Vilken kunskap och kompetens krävs för att nå ditt mål?
- Behöver du skaffa ny kunskap?
- Hur mycket tid har du att investera?
- Kan målet delas upp i mindre delmål?
- Is there anyone who can give further support for you to achieve this goal? E.g. family, friends, colleagues?
- Can the goal(s) be organised into a timeframe? E.g. short term, long term, medium term?

## Slutsatser

### Viktiga takeaways:

- En budgetplanerare kan användas för att få kontroll över sina utgifter
- Alla har olika personlighetstyper vad gäller pengar - det är viktigt att du lär känna din egen!
- Använd SAVED-tekniken innan du fattar ekonomiska beslut
- SMART-mål kan hjälpa till att sätta en tydlig väg framåt för att lyckas uppnå det du tänkt dig

Frågor på det?



## Tack för din uppmärksamhet!

Glöm inte att fylla i  
utvärderingsformuläret

 <https://www.facebook.com/Fly-In-103951485213724>

Europeiska Kommissionens stöd för produktionen av denna publikation utgör inte ett stöd för innehållet som endast återspeglar författarnas åsikter. Kommissionen kan inte hållas ansvarig för hur informationen används.