



# MODUL 2

PSYKOLOGIN BAKOM EKONOMISK FÖRVALTNING



Funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



- Introduktion
- Kontext och bakgrund
- Beteendemässiga ekonomiska fördomar
- Finansiella tankegångar
- Aktiviteter:
  - Aktivitet 1: Pengar Manusövning
  - Aktivitet 2: Mappning av pengarnas attityd
  - Aktivitet 3: Pengar Minnenas Historia
  - Aktivitet 4: Känslomässiga Utgifter
  - Aktivitet 5: Medveten Hantering av Pengar

# Innehåll



"PENGAR ÄR INTE BARA ETT FINANSIELLT INSTRUMENT, DET ÄR OCKSÅ ETT PSYKOLOGISKT INSTRUMENT. HUR VI TÄNKER OCH KÄNNER OM PENGAR PÅVERKAR HUR VI SKAFFAR, SPENDERAR OCH SPARAR DEM."

DR BRAD KLONTZ, FINANSPSYKOLOG.



Financial Literacy for Youth



Funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# Introduktion

**Pengar är en kraftfull kraft i våra liv**, som formar våra erfarenheter, värderingar och ambitioner. Men trots dess betydelse kämpar många av oss med att hantera vår ekonomi effektivt. Från överutgifter till undersparande tar vi ofta ekonomiska beslut som strider mot våra egna långsiktiga intressen.

Varför är det så här? **Vad driver våra ekonomiska beteenden och hur kan vi förbättra vårt ekonomiska beslutsfattande?**

För att svara på dessa frågor måste vi vända oss till fältet **finanspsykologi**, som undersöker de psykologiska faktorer som påverkar våra finansiella attityder, övertygelser och beteenden. Genom att förstå det komplexa samspelet mellan våra sinnen och pengar kan vi få insikter i våra ekonomiska vanor, motivationer och mål och göra mer välgrundade val om hur vi tjänar, spenderar, sparar och investerar våra pengar.

I den här modulen kommer vi att utforska psykologin bakom ekonomisk förvaltning, gräva ner oss i de kognitiva, emotionella och sociala faktorer som formar våra ekonomiska beslut. Vi kommer att utforska ämnen som ekonomiska attityder och övertygelser, självkontroll och viljestyrka, risktagande och osäkerhet samt socialt inflytande. Genom denna utforskning kommer vi att få en djupare förståelse för vårt förhållande till pengar och upptäcka praktiska strategier för att förbättra vårt ekonomiska välbefinnande. **Är du redo?**



# Kontext och bakgrund

**Psykologin bakom ekonomisk förvaltning** syftar på studiet av de mentala och känslomässiga processer som påverkar hur individer fattar beslut om sina pengar. Den omfattar ett brett spektrum av ämnen, inklusive **attityder till pengar, ekonomiska övertygelser och beteenden, målsättning, beslutsfattande och känslors inverkan på ekonomiskt beslutsfattande.**

Forskning inom detta område har visat att individers ekonomiska beteenden och beslutsfattande påverkas av ett komplext samspel av faktorer, inklusive deras uppväxt, sociala och kulturella bakgrund, personliga värderingar och övertygelser, kognitiva fördomar och känslomässiga reaktioner på ekonomiska situationer.

Till exempel kan individer som växte upp i hushåll där det var ont om pengar utveckla ett bristtänkande, vilket leder till att de hamstrar pengar och undviker att spendera, även när det ligger i deras bästa intresse att göra det. På samma sätt kan individer som har ett högt behov av social status vara mer benägna att spendera för mycket på lyxvaror för att signalera sin sociala status till andra.



Ekonomisk förvaltning handlar inte bara om att skaffa välstånd, utan också om att förvalta det effektivt. För att göra detta måste **individer förstå sina egna psykologiska fördomar och utveckla strategier för att övervinna dem**, som att sätta realistiska ekonomiska mål, skapa en budget och automatisera besparingar. Genom att förstå psykologin bakom ekonomisk förvaltning kan individer fatta mer informerade och effektiva ekonomiska beslut, vilket leder till större ekonomisk säkerhet och välbefinnande.

# Beteendemässiga ekonomiska fördomar

## Vanliga influenser och fördomar som kan påverka beslutsfattande

**Finansiella fördomar** hänvisar till de olika kognitiva fördomar som påverkar vårt ekonomiska beslutsfattande och våra beteenden. Dessa fördomar har ofta sina rötter i våra känslor, upplevelser och sociala förutsättningar och kan påverka våra ekonomiska vanor och resultat.

Ta en titt på nästa sida på några vanliga beteendefördomar och mentala genvägar som kan påverka en persons förmåga att fatta logiska ekonomiska beslut. **Kan du relatera till någon av dessa?**

# Beteendemässiga ekonomiska fördomar

**Bekräftelsebias:** Tendensen att söka information som bekräftar våra redan existerande föreställningar om pengar och att ignorera information som motsäger dessa övertygelser.

**Förankringsbias:** Tendensen att förlita sig för mycket på den första informationen vi får när vi fattar ett ekonomiskt beslut, även om det är irrelevant eller felaktigt.

**Förlustaversionsbias:** Tendensen att lägga större vikt vid att undvika förluster än på att uppnå vinster, vilket kan leda till alltför konservativa investerings- och utgiftsvanor.

**Herding bias:** Tendensen att följa mängden och fatta ekonomiska beslut baserat på andras handlingar, snarare än på vår egen oberoende forskning och analys.

**Sänkt kostnadsfel:** Tendensen att fortsätta investera i ett projekt eller ekonomiskt beslut även när det inte längre är vettigt, helt enkelt för att vi redan har investerat tid, pengar eller resurser i det.



**Psykologin bakom ekonomisk förvaltning för unga människor är ett komplext och mångfacetterat ämne**, påverkat av en mängd olika kognitiva, emotionella och sociala faktorer. Genom att förstå dessa faktorer och utveckla färdigheterna för att hantera dem effektivt, kan unga människor förbereda sig för en livstid av ekonomisk framgång och trygghet.

Psykologin bakom ekonomistyrning är särskilt viktig för unga människor som precis har börjat sin ekonomiska resa. Tidig vuxen ålder är en kritisk period för att utveckla ekonomiska vanor och attityder som kan forma en persons ekonomiska framtid. Tyvärr kämpar många unga med att hantera sin ekonomi effektivt och fattar ofta beslut som kan få långsiktiga negativa konsekvenser.

**Därefter kommer vi att utforska några av de faktorer som påverkar unga människor när de fattar ekonomiska beslut. Vi gör det!**







## SJÄLVKONTROLL OCH VILJESTYRKA

Unga människor ställs ofta inför konkurrerande ekonomiska krav, som att betala för college, bostäder, transporter och underhållning. De kan också frestas av omedelbara tillfredsställelseköp, som kläder, prylar eller semester. Att utveckla självkontroll och viljestyrka kan vara svårt, men det är viktigt för att fatta ansvarsfulla ekonomiska beslut som ligger i linje med långsiktiga mål.



## EKONOMISKA ATTITYDER OCH ÖVERTYGELSER

Forskning tyder på att våra ekonomiska attityder och övertygelser till stor del formas under våra barn- och ungdomsår, och kan ha en bestående inverkan på våra ekonomiska beteenden i vuxen ålder. Ungdomar som till exempel växer upp i hushåll med positiva ekonomiska förebilder, som uppmuntras att spara och investera, och som får lära sig om grundläggande ekonomiska begrepp har större sannolikhet att ha positiva ekonomiska attityder och beteenden senare i livet.



## SOCIALT INFLYTANDE OCH KONFORMITET

Gruppträck och sociala normer kan ha en betydande påverkan på finansiella beteenden, såsom utgiftsvanor, sparräntor och investeringsval. Unga människor kan känna press att anpassa sig till sina kamraters utgiftsvanor, även om dessa vanor inte är i linje med deras egna ekonomiska mål. Att utveckla färdigheter för att motstå socialt inflytande och fatta oberoende ekonomiska beslut kan vara avgörande för ekonomisk framgång på lång sikt.

**Finansiellt tänkesätt** hänvisar till en individs övertygelser, attityder och beteenden relaterade till pengar och ekonomisk förvaltning. Finansiellt tänkesätt kan påverkas av en mängd olika faktorer, inklusive **uppväxt, kulturell bakgrund, utbildning och livserfarenheter**. Ens ekonomiska tankesätt kan också påverkas av kognitiva fördomar, vilket vi tidigare har diskuterat tidigare i denna modul.

Genom att förstå sitt ekonomiska tänkesätt kan individer identifiera områden där de kan behöva göra förändringar i sin inställning till ekonomisk förvaltning. Det är viktigt att notera att **finansiellt tänkesätt inte är statiskt och kan förändras över tiden**.

Med ansträngning och utbildning kan individer utveckla ett mer positivt och stärkande ekonomiskt tänkesätt. **Att utveckla ett positivt ekonomiskt tänkesätt kan hjälpa individer att fatta bättre ekonomiska beslut, minska ekonomisk stress och förbättra deras övergripande livskvalitet.**

# Finansiella tankegångar



## DET FINNS OLIKA TANKESÄTT SOM MÄNNISKOR KAN HA OM PENGAR. HÄR ÄR NÅGRA EXEMPEL:



**Knapphetstänkesätt:** Detta tänkesätt kännetecknas av tron att det aldrig finns tillräckligt med pengar att gå runt. Människor med ett knapphetstänk kan känna oro för pengar och fokusera på att bara klara sig. De kan vara mer benägna att hamstra pengar och undvika att ta risker.

**Tänkesätt för att undvika pengar:** Detta tänkesätt kännetecknas av tron att pengar är dåliga eller att jakt på pengar kan leda till negativa konsekvenser. Människor med ett tänkesätt att undvika pengar kan undvika att hantera pengar eller fatta ekonomiska beslut.



**Överflödstänk:** Detta tänkesätt kännetecknas av tron att det alltid finns tillräckligt med pengar att gå runt. Människor med ett överflödstänk kan känna sig mer säkra på pengar och fokusera på att uppnå ekonomiska mål. De kan vara mer benägna att investera i sig själva och ta kalkylerade risker.



**Pengadyrkans tanke sätt:** Detta tanke sätt kännetecknas av tron att pengar är det viktigaste i livet. Människor med ett pengadyrkanstänkande kan fokusera på att samla rikedomar på bekostnad av andra områden i livet, såsom relationer eller personligt välbefinnande.



**Tillväxttänk:** Detta är tron på att ens ekonomiska situation kan förbättras med ansträngning och utbildning, vilket leder till en känsla av egenmakt och motivation att vidta åtgärder för att förbättra sin ekonomiska situation.



**Pengarstatustänk sätt:** Detta tanke sätt kännetecknas av tron att pengar är ett mått på social status eller framgång. Människor med ett pengastatustänk kan använda pengar för att signalera sin status eller för att jämföra sig med andra.



**Fixed mindset:** Detta är tron att ens ekonomiska situation är förutbestämd och inte kan ändras, vilket leder till en känsla av hjälplöshet och resignation om pengar. Människor med ett fast tänkesätt kanske inte vidtar åtgärder för att förbättra sin ekonomiska situation.



# AKTIVITETER MODUL 2

PSYKOLOGIN BAKOM EKONOMISK FÖRVALTNING



Funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Financial Literacy for Youth



# AKTIVITET 1: PENGAMANUSÖVNING

## Lärandemål

- 1 Att låta deltagarna få en bättre förståelse för hur deras övertygelser och attityder kan påverka deras ekonomiska beslut;
- 2 Att öka självmedvetenheten;
- 3 Att utmana begränsande övertygelser och förbättra det ekonomiska beslutsfattandet.

## Tidsperiod



## Nivå

- Nybörjare
- Medelsvår
- Avancerad

## Material/Resurser

- »»» Ett blädderblock med de 6 meningarna som ska fyllas i
- »»» Pennor och färgglada markörer
- »»» Papper och klisterlappar



Lär dig mer: *PENGARENS  
PSYKOLOGI (AV MORGAN HOUSEL)*



## Beskrivning

Börja med att förklara för deltagarna vad ett pengamanus är: Pengarmanus är de föreställningar och attityder som individer har om pengar, ofta bildade i barndomen eller tidig vuxen ålder, som kan forma våra ekonomiska beteenden och beslutsfattande genom hela livet. Dessa manus är ofta djupt rotade och kan påverkas av en mängd olika faktorer, inklusive familjebakgrund, kulturella värderingar och personliga erfarenheter. Några vanliga pengamanus inkluderar föreställningar som "pengar är roten till allt ont", "pengar kan köpa lycka" eller "det kommer aldrig att finnas tillräckligt med pengar." Dessa skript kan påverka en individs ekonomiska beteenden på en mängd olika sätt, som att påverka deras utgiftsvanor, deras förmåga att spara pengar och deras vilja att ta på sig skulder.

För att genomföra övningen, be deltagarna att reflektera över sina egna attityder och övertygelser om pengar och slutföra följande meningstammar:

1. Pengar är...
2. Rika människor är...
3. Fattiga människor är...
4. Jag känner för pengar...
5. Det viktigaste med pengar är...
6. Jag hanterar pengar genom att...

När de har slutfört meningstammarna, låt dem reflektera över sina svar och överväga hur deras övertygelser och attityder kan påverka deras ekonomiska beteenden. Uppmuntra dem att tänka kritiskt om eventuella begränsande eller negativa föreställningar de kan ha och arbeta för att omformulera dem på ett mer positivt och stärkande sätt. Detta kan hjälpa unga människor att utveckla en bättre förståelse för sin ekonomiska psykologi och fatta mer informerade och effektiva ekonomiska beslut i framtiden.

## Debriefingsfrågor

01

Hur kändes det att utforska ditt pengamanus? Var det lätt eller svårt att identifiera ditt pengamanus?

02

Hur tror du att ditt pengamanus påverkar dina ekonomiska beteenden? Har du märkt några mönster i dina utgifts-, spar- eller investeringsvanor som återspeglar dina pengar?

03

Hur tror du att ditt pengamanus formats av dina personliga erfarenheter och bakgrund?

## AKTIVITET 2: MAPPING AV PENGARNAS ATTITYD

### Lärandemål

- 1 Att utforska sambandet mellan tankesätt och ekonomiskt beteende;
- 2 Att identifiera strategier för att utveckla en positiv och bemyndigande relation med pengar;

### Varaktighet

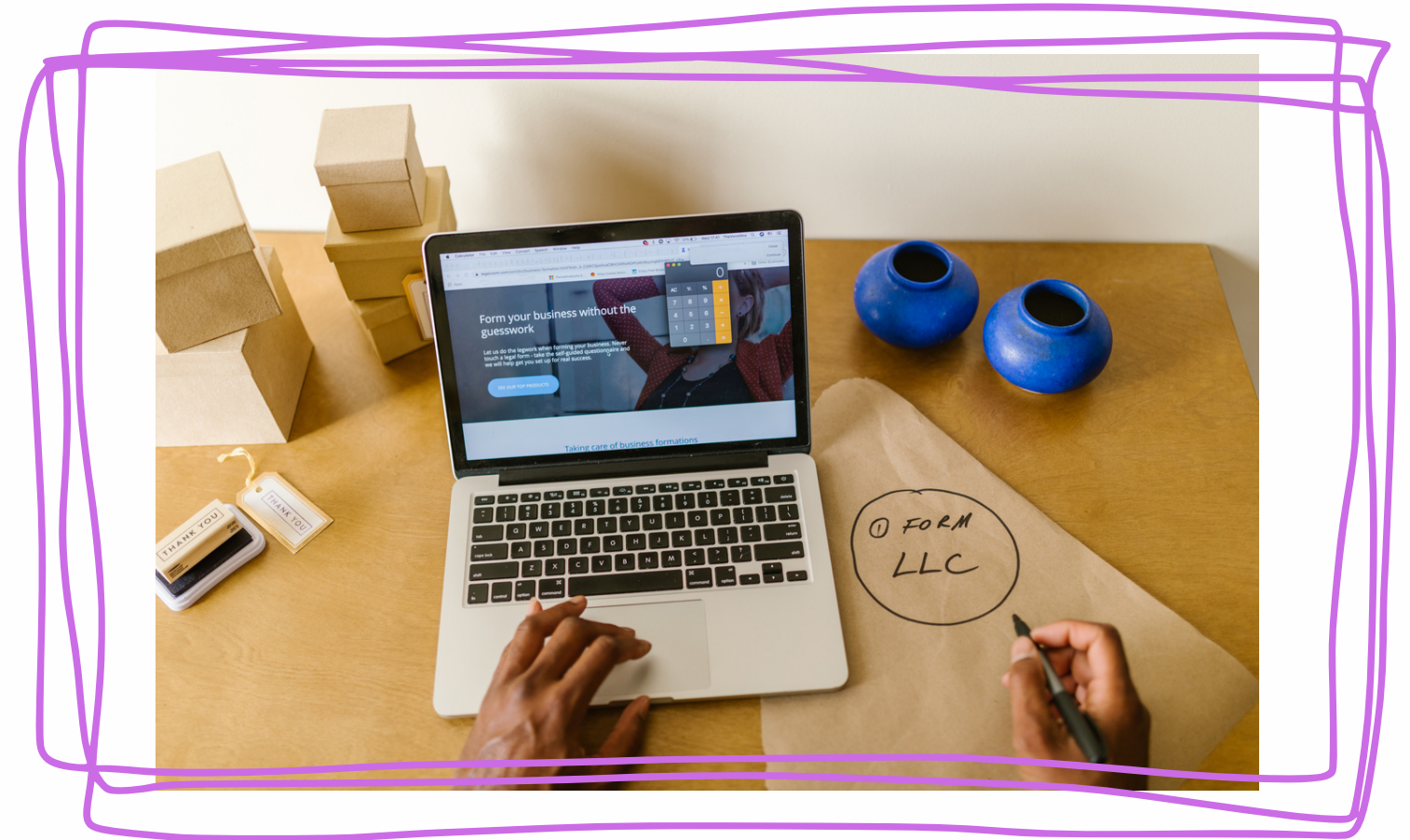


### Nivå

- Nybörjare
- Medelsvår
- Avancerad

### Material/Resurser

- »»» Stora pappersark eller en whiteboardtavla
- »»» Markörer
- »»» Klisterlappar



## Beskrivningar

Börja med att förklara för deltagarna vad begreppet pengatänk innebär och hur det kan påverka det finansiella beteendet: Money mindset är en uppsättning övertygelser och attityder som individer har om pengar, förmögenhet och ekonomisk framgång. Dessa föreställningar är ofta djupt rotade och kan forma vårt ekonomiska beteende och beslutsfattande under hela livet. En positiv inställning till pengar kan hjälpa individer att känna sig trygga och bemyndigade i sitt ekonomiska beslutsfattande, medan en negativ inställning till pengar kan leda till känslor av knapphet, ångest och till och med självsabotage

Dela in deltagarna i smågrupper och ge varje grupp ett stort pappersark eller en whiteboardtavla och märkpenor. Be varje grupp att skapa en tankekarta eller en visuell representation av olika tankesätt som människor kan ha när det gäller pengar, t.ex. bristtänkande, överflödstänkande, tillväxttänkande, fastlåst tänkande osv. Uppmuntra dem att inkludera både positiva och negativa tankesätt.

När grupperna har skapat sina tankekartor kan du be dem att diskutera och reflektera över hur varje tankesätt kan påverka ekonomiskt beteende. Till exempel kan ett knapphetstänkande leda till hamstring eller överkonsumtion, medan ett överflödstänkande kan uppmuntra till mer medvetna konsumtions- och sparvanor.

Be sedan grupperna att fundera över strategier för att utveckla en positiv inställning till pengar. Uppmuntra dem att brainstorma fram specifika åtgärder eller beteenden som kan bidra till att odla en mer positiv och stärkande relation till pengar. Låt slutligen varje grupp dela med sig av sina tankekartor och strategier till den större gruppen. Uppmuntra till diskussion och reflektion kring de olika tankesätten och strategierna, och hur de kan tillämpas på personliga ekonomiska beteenden.

## Frågor för genomgång

01

Hur kändes det att utforska de olika tankesätten kring pengar? Fanns det några överraskningar eller insikter?

02

Vilka strategier kom er grupp fram till för att utveckla en positiv inställning till pengar? Vilka strategier tror du skulle vara mest effektiva för dig personligen?

03

Finns det några utmaningar eller hinder för att utveckla en positiv inställning till pengar? Hur kan du övervinna dem?



## AKTIVITET 3: PENGAR MINNENAS HISTORIA

### Lärandemål

- 1 Att lära unga människor om pengars roll i deras liv;
- 2 Att hjälpa unga människor att bli mer medvetna om sin ekonomiska historia och hur den har format deras attityder och beteenden;
- 3 Att ge unga människor utrymme att reflektera över sina känslor och övertygelser, så att de kan börja identifiera och förändra negativa pengatankar som kan hindra dem från att uppnå sina finansiella mål.

### Tidsperiod



### Nivå

- Nybörjare
- Medelsvår
- Avancerad

### Material/Resurser

- »»» Blädderblockspapper
- »»» Färgglada markörer och pennor
- »»» Klisterlappar



## Beskrivningar

Berätta för deltagarna att ni nu ska göra en gemensam minnesresa. Be deltagarna att skapa en tidslinje över sitt ekonomiska liv, med början från deras tidigaste minnen av pengar och fram till idag. De bör inkludera viktiga ekonomiska händelser, som att få veckopeng, köpa sin första bil eller få ett jobb. Deltagarna kan använda bilder, teckningar eller skriftliga beskrivningar för att illustrera varje händelse.

När deltagarna har skapat sina tidslinjer, låt dem reflektera över de känslor och attityder som är förknippade med varje händelse. De kan till exempel känna sig stolta över att ha sparat ihop till en ny cykel, eller generade över att ha hamnat i skuld. Uppmuntra deltagarna att tänka på hur deras känslor och attityder har påverkat deras ekonomiska beteende över tid och anteckna dem bredvid varje händelse.

Slutligen ber vi deltagarna att identifiera eventuella negativa attityder till pengar som de skulle vilja förändra, t.ex. att de tror att de är "dåliga på pengar" eller att de aldrig kommer att kunna spara tillräckligt. Låt dem brainstorma fram strategier för att dessa tankesätt, som att söka upp positiva ekonomiska förebilder, vara tacksamma för vad de har, eller sätta upp små, uppnåeliga finansiella mål.

### Frågor för genomgång

01

Hur kändes det att skapa en tidslinje över ditt ekonomiska liv? Var det några överraskningar eller oväntade känslor som dök upp?

02

Har du lagt märke till några mönster eller trender i din ekonomiska historia? Hade du till exempel en tendens att spendera för mycket under vissa perioder eller spara mer under andra?

03

Hur har dina attityder och föreställningar om pengar utvecklats över tid? Har det skett några betydande förändringar i din inställning till pengar?

04

Var det några händelser eller erfarenheter som hade en särskilt stor inverkan på ditt ekonomiska beteende? Om så är fallet, hur påverkade de dina finansiella beslut?

05

Baserat på din tidslinje, vilka är några positiva ekonomiska vanor som du har utvecklat? Vilka områden skulle du vilja förbättra?

## AKTIVITET 4: KÄNSLOMÄSSIGT SPENDERANDE

### Lärandemål

- 1 Att hjälpa ungdomar att lära sig om hur känslor kan påverka den ekonomiska hanteringen:
- 2 Att hjälpa ungdomar att utveckla strategier för att göra medvetna konsumtionsval.

### Tidsperiod

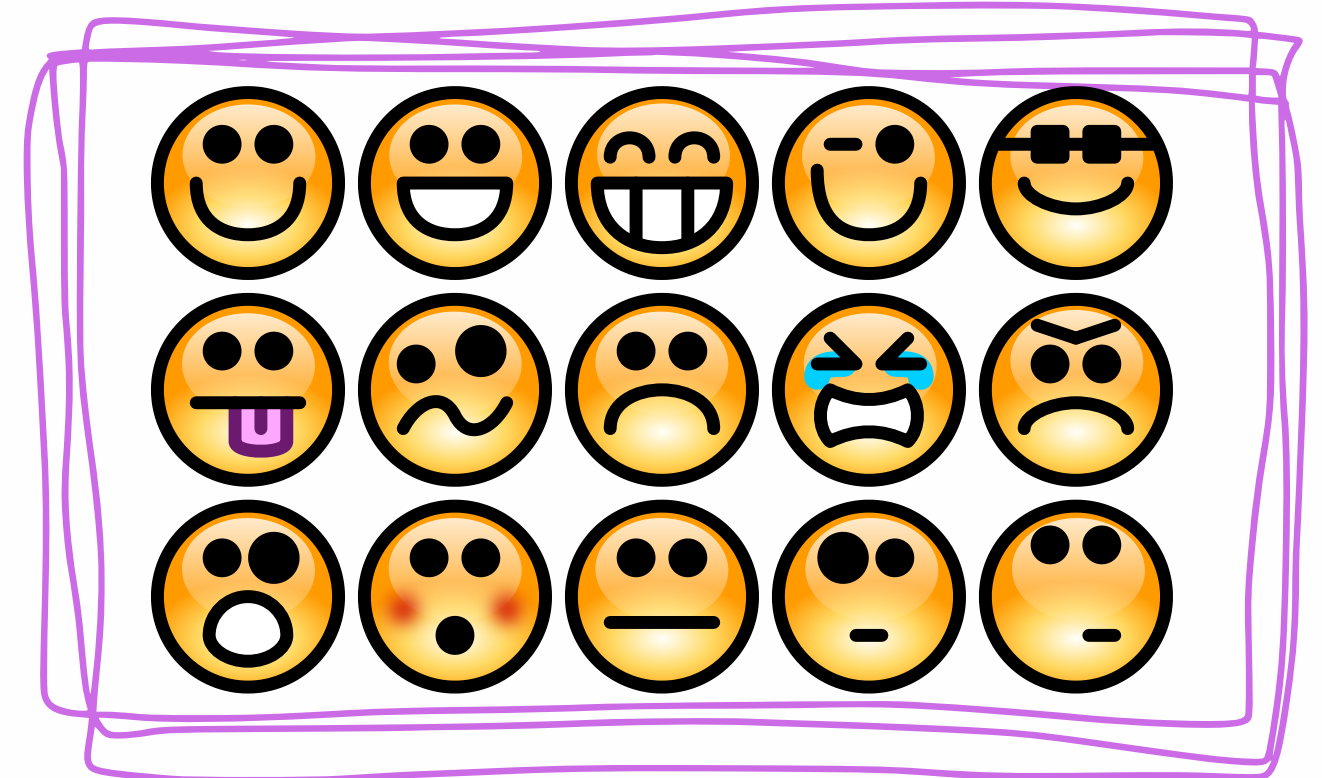


### Nivå

- Nybörjare
- Medelsvår
- Avancerad

### Material/Resurser

- »»» Pennor och märkpenor, A4-papper
- »»» Tomma indexkort
- »»» Kort med känslor (t.ex. glad, ledsen, stressad, ängslig, uttråkad, upphetsad)



Läs mer här: Vad är  
känslomässigt spenderande? |  
Kati Morton





## Beskrivning

Börja med att introducera begreppet känslomässiga utgifter och hur det kan påverka ekonomiska beslut: Emotionella utgifter innebär att man spenderar pengar för att hantera eller uppfylla känslomässiga behov eller önskningar, snarare än för att tillgodose praktiska behov eller uppnå finansiella mål. Det är en typ av impulsivt beteende som kan leda till ekonomiska problem om det inte hanteras på rätt sätt. Känslomässiga utgifter kan utlösas av en rad olika känslor, som lycka, sorg, stress, tristess och till och med svartsjuka. Det viktiga är att känna igen när känslomässigt spenderande äger rum och att utveckla hälsosamma strategier för att hantera dessa känslor som inte innebär att spendera pengar i onödan.

Dela in deltagarna i smågrupper och dela ut materialet. Ge varje grupp ett kort med en känsla skriven på och be dem att göra en brainstorm över utgiftskategorier som kan förknippas med den känslan. Om känslan till exempel är "glad" kan utgiftskategorierna inkludera: mat, underhållning, kläder, teknik etc.

När grupperna har identifierat utgiftskategorier för sin tilldelade känsla, låt dem skapa indexkort med specifika utgiftsscenarier som matchar dessa kategorier. Ett utgiftsscenario för känslan "glad" kan till exempel vara "köpa en ny outfit för en utekväll med vänner". När indexkorten har skapats, låt varje grupp dela med sig av sina utgiftsscenarier till den större gruppen. Diskutera i gruppen hur dessa scenarier återspeglar känslomässiga utgifter.

Be deltagarna att reflektera över sina egna känslomässiga konsumtionsvanor och identifiera eventuella mönster som de kan ha lagt märke till. Uppmuntra dem att fundera på hur de kan göra mer medvetna val i framtiden. Slutligen ber du deltagarna att skriva ner en strategi som de kan använda för att hantera sina känslomässiga utgifter på ett separat indexkort. Det kan till exempel handla om att sätta upp en budget, vänta 24 timmar innan de gör ett köp eller hitta gratis eller billiga alternativ till konsumtionsaktiviteter. Avsluta aktiviteten med att be deltagarna att dela med sig av sina strategier till gruppen och diskutera hur de kan implementera dem i sina egna liv.

## Frågor för genomgång

01

Kände du igen dig i något av utgiftsscenarierna på indexkorten?

02

Har du någonsin upplevt negativa konsekvenser av känslomässiga utgifter tidigare? Om så är fallet, kan du dela med dig av din erfarenhet och vad du lärde dig av det?

03

Hur kan du använda insikterna från denna aktivitet för att fatta mer medvetna beslut om utgifter i framtiden?



## Tips för handledaren

Här är några exempel på utgiftsscenarier som kan skrivas på indexkort för aktiviteten Känslomässiga utgifter:

- Glad: Köp en ny outfit för en utekväll med vänner.
- Ledsen: Unna dig en fin kopp kaffe och ett bakverk.
- Stressad: Köp en ny pryl som hjälper dig att hantera din stress.
- Ängslig: Köp en ny outfit för en jobbintervju.
- Uttråkad: Gå på bio och köp popcorn och en drink.
- Upphetsad: Boka en weekendresa för att fira en befordran.
- Arg: Köp ett dyrt smycke som ett hämndköp.
- Nostalgisk: Köp ett favoritgodis eller mellanmål från barndomen.
- Avundsjuk: Köp ett nytt klädesplagg för att hålla jämna steg med vännerna.
- Impulsiv: Köp en vara som du inte behöver, men som är på rea.

## AKTIVITET 5: MEDVETEN HANTERING AV PENGAR

### Lärandemål

- 1 Att uppmuntra deltagarna att utforska sin personliga relation till pengar och hur deras känslor kan påverka det finansiella beslutsfattandet;
- 2 Identifiera gemensamma nämnare och mönster i personliga erfarenheter relaterade till ekonomi;
- 3 Utveckla empati och förståelse för andras ekonomiska erfarenheter.

### Tidsperiod



### Nivå

- Nybörjare
- Medelsvår
- Avancerad

### Material/Resurser

- »» Blädderblockspapper eller whiteboard, A4-papper
- »» Markörer, pennor



### Frågor för genomgång

01

Hur påverkar dessa känslor vårt finansiella beslutsfattande? Är de till hjälp eller skada?

02

Var det några överraskningar eller oväntade känslor som kom upp under diskussionen?

03

Vilka praktiska strategier kan vi använda för att reglera våra känslor och fatta mer välgrundade finansiella beslut?

## Beskrivning

Börja med att be deltagarna att göra en brainstorming över olika känslor de känner när det gäller att hantera pengar. Skriv upp dessa känslor på en whiteboard eller ett blädderblock. När gruppen har identifierat flera känslor ber du varje deltagare att välja en känsla och dela med sig av en personlig erfarenhet som är relaterad till den känslan och deras ekonomi. Uppmuntra dem att vara öppna och ärliga när de delar med sig av sina erfarenheter.

När alla har fått en chans att dela med sig, be gruppen att reflektera över de gemensamma nämnarna mellan de olika erfarenheterna. Finns det till exempel några gemensamma teman eller mönster i de känslor som deltagarna delade med sig av? Hur påverkar dessa känslor det finansiella beslutsfattandet?

Dela sedan in gruppen i mindre par eller trios. Tilldela varje grupp ett finansiellt beteende eller beslut och be dem diskutera vilka känslor som kan ligga bakom beteendet eller beslutet. Till exempel, om det tilldelade beteendet är att spendera för mycket, vilka känslor kan driva det beteendet? Om det tilldelade beslutet är att spara till pensionen, vilka känslor kan motivera det beslutet?

Andra exempel på ekonomiska beteenden som kan användas för aktiviteten är: Att skjuta upp betalningen av räkningar, undvika att kontrollera saldot på bankkontot, inte spara för nödsituationer, leva från lön till lön, inte löneförhandla eller be om löneförhöjning, inte hålla koll på utgifter eller göra en budget, dela utgifter ojämlikt med en partner eller rumskamrat. Några exempel på finansiella beslut är: Investera på aktiemarknaden; ta ett lån för ett större inköp; investera i ett litet företag eller en nystartad verksamhet; byta karriär eller börja ett nytt jobb; besluta om man ska bilda familj.

När varje grupp har haft tid att diskutera, samla gruppen igen och låt varje grupp dela med sig av sina resultat. Underlätta en diskussion om de olika känslor som kan ligga bakom olika ekonomiska beteenden och beslut. Avsluta aktiviteten genom att uppmuntra deltagarna att reflektera över sina egna känslor när det gäller att hantera pengar. Be dem att identifiera eventuella mönster eller teman som de har lagt märke till och fundera på hur de kan använda denna information för att fatta bättre ekonomiska beslut i framtiden.



FLY: Finansiell kompetens för ungdomar  
2021-1-IT03-KA220-YOU-000028694



## OM DU VILL VETA MER OM PROJEKTET FLY:



Följ FLY-projektet på Instagram på: [www.instagram.com/fly\\_financial\\_literacy](https://www.instagram.com/fly_financial_literacy)



Följ FLY-projektet på Facebook på: [www.facebook.com/fly.financial.literacy](https://www.facebook.com/fly.financial.literacy)

[www.financialliteracyfly.eu](http://www.financialliteracyfly.eu)

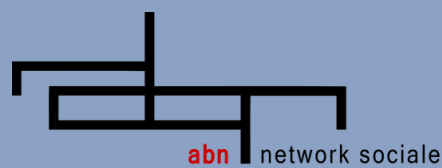


FLY: Finansiell kompetens för ungdomar  
2021-1-IT03-KA220-YOU-000028694



# PLAYBOOK FÖR FLY

Europeiska kommissionens stöd till produktionen av denna publikation innebär inte ett godkännande av innehållet, som endast återspeglar författarnas åsikter, och kommissionen kan inte hållas ansvarig för någon användning som kan komma att göras av informationen i den.



MONOMYTHS  
– Joyful learning experiences –

