

アバンダンスサロン 11 回目動画ノート

11 回目の動画内容

1) プロローグ

今日はカリキュラム⑩の「お金」についてお話します。

人生にどれだけのお金が必要なのか？

生きるためにどれだけのお金が必要なのか？

お金との付き合い方はどうなのか？

トラウマやブロックはあるのか？などを明確にしていきます。

2) そもそもお金とは何だろう？

さて、いきなりですが、そもそも「お金」とは何でしょう？
このシンプルな質問にこの回は向き合っていきますね。

お金を財布に入れて毎日持ち歩いて密接にいるのにも関わらず、
あまり私たちはお金について考えようとしません。

お金は現代を生きる為に欠かせない存在です。

この回では「お金」について学び、
しっかりと向き合い、お金と良好な関係を築いていきましょう。

ではひとつ質問です。

「みなさんはお金は好きですか？」

好き！と言い切れる人、好きだけど。。と注釈がつく人、

などなどさまざまなお答えがあると思います。

お金に対する価値観は、私たちが3歳から6歳に過ごしていた環境に、影響されているようです。

その時の周りにいた大人たちのお金に対する言動を思い出してみたら、

今の自分のお金に対する感情がリンクするところあると思います。

<ワーク>

みなさんが3歳から6歳の時に一緒に過ごしていた大人がお金に対してどのような発言をしていたか？思い出して書いてみましょう。

お金に対するネガティブな価値観がある人は、おかねが好きではないかもしれませんね。

トラウマを解消する方法はたくさんあるのですが、それについては、今回は触れないでおきます。

それよりも、お金に対する正しい知識をつけていくところからやっていきましょう。

では、お金とは！？

物的なお金を思い浮かべて下さい。

千円札にどんな顔が書かれているか思い出せますか？

お金が大好きなはずなのに、思い出せない！っていう人多いのではないのでしょうか？

そして同じ紙に印刷されている顔や模様でその価値が、
1万円とか5千円とか、千円とか、変わるのも面白いですね。

日々関わっているのに、私たちの認識ってそんなものです。

3) お金の3つの機能について

1. では、改めてお金に関する学びをしていきましょう。

お金の3つの機能についてお話しします。

1. 交換機能

2. 価値尺度機能

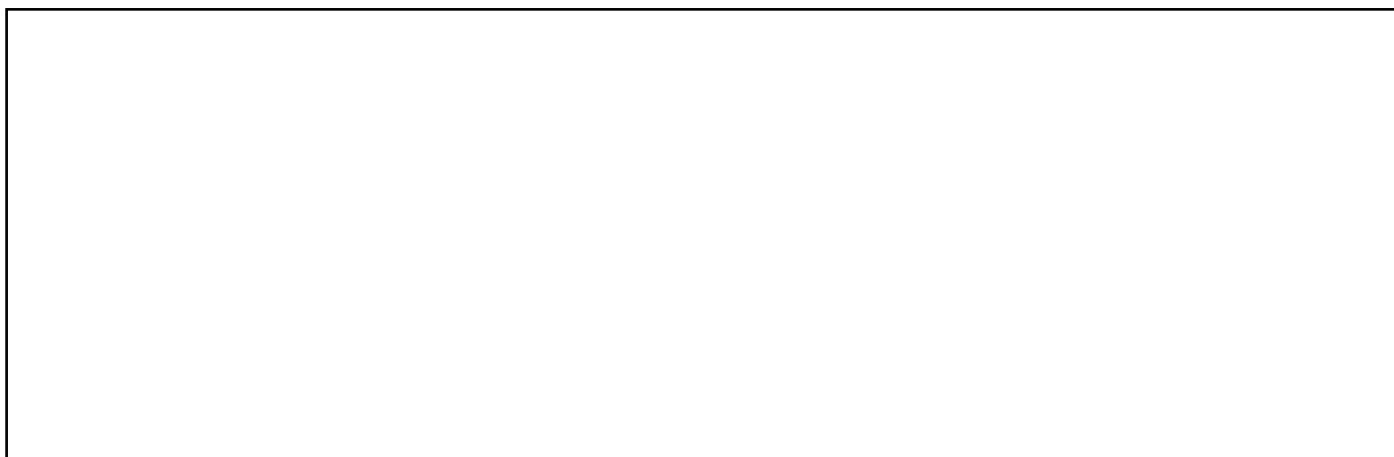
3. 蓄財機能

4) お金の7つの教養

①考え方

②貯め方

④稼ぎ方



⑤増やし方



⑥維持管理



⑦社会還元

5) 生きていくために必要なお金はいくら？

では、みなさんが実際に生きてゆくために必要なお金はいくらでしょうか？

最低生きて行けるために必要な額を出してみてください。

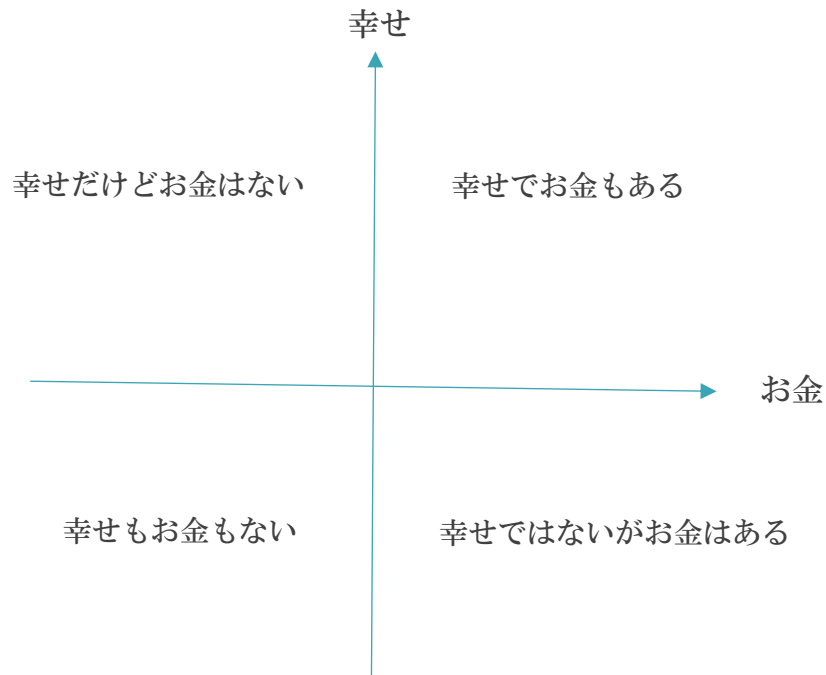
限界ませ生活レベルを落として、節約できるところまでして、最低限の支出額がいくらでしょうか？

ワーク1

このくらいのお金なら何でもして得ることは出来ますよね。

お金が無くなったらという無用の心配しなくても大丈夫だと言えますね。

6) お金と幸せの関係



どのゾーンに行きたいかは明確ですよ！

7) 課題

それでは、今日の授業の宿題を出します。

- ① 今日の気づきベスト3
- ② お金の7つの教養で学びたい事は何ですか？
- ③ 生きる為に必要なお金は最低限いくらでしたか？それを出したとことで感じた事は？

コメント欄にどうぞ！