БЕСПЛАТНЫЙ ГАЙД

Твой денежный сценарий

по числу рождения · гайд Ольги Гагал

ДЛЯ МУЖЧИН



Ольга Гагал

ПСИХОЛОГ, ЦИФРОВОЙ ПСИХОЛОГ

ГАЙД · ЦИФРОВАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Как найти своё число

Это день, в который ты родился. Просто число из паспорта.

Родился 6 июля — твоё число 6. Родился 23 марта — твоё число 23.

Складывать и сводить ничего не нужно: у каждого дня свой сценарий.

У каждого числа свой денежный сценарий: установка, которая когда-то помогла выжить, а теперь держит доход на месте. Найди своё число — и прочитай только его. Остальные можно посмотреть про близких.

ЧИСЛА С 1 ПО 10

1 Воин / Контролёр

«Если я не сильный, меня не уважают»

В ДЕНЬГАХ

Ты тянешь всё на себе и не делегируешь. Деньги для тебя стали доказательством собственной ценности: пока зарабатываю, я чего-то стою. Ты вкладываешься в дело, но боишься попросить достойную оплату.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Учиться просить помощь. И ввести понятие «достаточно» вместо «идеально».

2 Эмпат / Угодник

«Любовь нужно заслужить»

В ДЕНЬГАХ

Ты не берёшь оплату, пока не поможешь по максимуму. Отдаёшь ресурсы другим и забываешь про себя. Деньги у тебя стоят рядом с любовью: ты платишь за внимание. Заработать умеешь. Взять не умеешь.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Каждый день три «хочу», и хотя бы одно выполнить.

3 Актёр / Коммуникатор

«Меня любят, только если я яркий»

В ДЕНЬГАХ

Деньги приходят через яркость и так же быстро уходят. Идут рывками, импульсивно. Ты продаёшь себя, а внутри пусто. Бывают долги, потому что тратишь на впечатления.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Заметить, где ты играешь роль, а где живёшь.

4 Стабильный / Перфекционист

«Надо делать правильно, иначе накажут»

В ДЕНЬГАХ

Деньги приходят медленно, но стабильно. Ты боишься рисковать и поэтому упускаешь. Боишься выйти из рутины. Деньги для тебя стабильность, а не свобода.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Разрешить себе ошибаться: «я учусь, а не сдаю экзамен».

5 Свободный / Хаотик

«Если меня ограничат, я умру»

В ДЕНЬГАХ

Зарабатываешь легко и сливаешь на удовольствия. Бизнес начинается, но не заканчивается. Теряешь интерес и переключаешься. Деньги для тебя равны свободе, поэтому копить кажется предательством себя.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Правило: одно дело до конца. И отделять свободу от саботажа.

6 Спасатель

«Моя ценность в заботе о других»

В ДЕНЬГАХ

Всё отдаёшь семье, себе не оставляешь. Боишься брать за свою работу достойную оплату. Деньги для тебя ресурс на других. Ты не боишься их зарабатывать. Ты боишься оставить их себе.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Один акт заботы о себе каждый день. И выписать, где ты делаешь из долга, а где из любви.

7 Мудрец / Отстранённый

«Меня не поймут, лучше молчать»

В ДЕНЬГАХ

Ты не монетизируешь свои знания, всё время «не время». Ждёшь, что тебя найдут сами. Деньги для тебя побочный эффект мудрости, а не результат работы. Поэтому ты знаешь много, а получаешь мало.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Одно «глупое» действие в день. Не идеальное, а сделанное.

8 Лидер / Властный

«Мир жесток, надо быть сильнее всех»

В ДЕНЬГАХ

Деньги это контроль и безопасность. Ты боишься, что всё отберут. Деньги есть, а лёгкости нет. Иногда вкладываешься на эмоциях, чтобы доказать, и теряешь.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Учиться не побеждать, а договариваться.

9 Миссионер / Жертвующий

«Ты хороший, если думаешь о других»

В ДЕНЬГАХ

Деньги идут через помощь другим. Удержать их сложно, работает «я всё отдам». Ты живёшь в режиме «я спасаю», а не «я живу». Деньги для тебя ресурс для мира, но не для себя.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Упражнение «сначала я, потом мир».

10

Лидер нового типа / Независимый

«Если я не лучший, я никто»

В ДЕНЬГАХ

Запускаешь дело и сгораешь от ответственности. Не просишь помощи, и проект рушится. Взлетаешь и падаешь быстро. Теряешь деньги из-за гордости и потому, что не делегируешь.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Прогулка без цели. И право ошибаться.

ЧИСЛА С 11 ПО 20

11 Чувствительный / Замкнутый

«Лучше молчать, чем быть раненым»

В ДЕНЬГАХ

Ты пишешь в стол, потому что боишься оценки. Проект не стартует по той же причине. Деньги стоят не потому, что нет идей, а потому, что идея не выходит наружу.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Проверять на практике: меня можно любить и в слабости.

12 Угодник / Зависимый

«Я нужен, только когда соответствую»

В ДЕНЬГАХ

Деньги приходят, но не держатся. Утекают, потому что нет ощущения собственной ценности. Ты подстраиваешься вместо того, чтобы быть собой, и внутри нет опоры, на которой деньги могли бы остаться.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Вопрос себе: что я чувствую на самом деле.

13 Суровый / Перетрудившийся

«Если не тяжело, это не считается»

В ДЕНЬГАХ

Деньги приходят, но не приносят удовлетворения. Ты умеешь получать их только через преодоление. Лёгкий заработок вызывает подозрение, как будто он не настоящий.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Переписать установку: мне можно радость без борьбы.

14 Контрастный / Свободный

«Если всё спокойно, значит, скоро всё рухнет»

В ДЕНЬГАХ

Деньги приходят и тут же исчезают. Как только появляется стабильный доход, запускается самоподрыв. Ты сам себе встряска, и кошелёк это чувствует первым.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Прожить мысль: стабильность это опора, а не тюрьма.

15 Эмоциональный, чувственный

«Слишком хотеть опасно»

В ДЕНЬГАХ

Деньги идут через обаяние, но не держатся. Утекают, потому что ты не позволил себе взять больше. Ты можешь притянуть, но не можешь удержать: где-то внутри стоит запрет на «хочу».

ПЕРВЫЙ ШАГ

Вопрос: чего мне хочется без чувства долга.

16 Интровертный / Напряжённый

«Я недостоин, пока не стану идеальным»

В ДЕНЬГАХ

Ты не доверяешь миру, и с деньгами поэтому сложно. Сначала надо всё понять, а уже потом действовать. Пока идёт подготовка, возможность уходит.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Возвращаться в тело: что я чувствую прямо сейчас. И упрощать задачи вместо анализа.

17 Глубокий / Харизматичный

«Мне нельзя хотеть, только давать»

В ДЕНЬГАХ

Ты теряешь интерес к деньгам и быту. Не удерживаешь дело, если не чувствуешь в нём смысла. Работа без смысла у тебя не держится вообще.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Разрешить себе быть живым и материальным. Хотеть можно.

18 Сильный / Судьбоносный

«Я создан для боли»

В ДЕНЬГАХ

Деньги работают как компенсация боли. Ты берёшь их не как результат, а как утешение. Отсюда ощущение, что сколько бы ни было, всё равно мало.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Тема прощения. И выбор: быть живым, а не только сильным.

19 Яркий / Волевой

«Я существую, только когда я лучший»

В ДЕНЬГАХ

Деньги для тебя доказательство ценности. И они же уходят, потому что внутри нет опоры. Ты светишь, и этот свет тебя сжигает.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Практика: я имею ценность без подиума.

20

Чувствительный / Партнёрский

«Моя ценность в нужности»

В ДЕНЬГАХ

Деньги не держатся, они сливаются в партнёрство. Твой доход незаметно становится общим, а общий незаметно становится чужим. Ты не целый без другого, и финансово тоже.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Понять, где заканчиваешься ты и начинается другой.

ЧИСЛА С 21 ПО 31

21 Творческий / Обаятельный

«Меня любят, пока я удобный и весёлый»

В ДЕНЬГАХ

Признание есть, а удовлетворения нет. Синдром самозванца даже при успехе. Победы без радости. Ты компенсируешь усталость от роли едой или покупками, и деньги уходят туда.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Честное самовыражение вместо удобного.

22 Глубокий / Харизматичный

«Сильным быть обязан»

В ДЕНЬГАХ

Деньги есть, но нет удовольствия. Есть, но нет вкуса к жизни. Ты разрешаешь себе только то, в чём есть польза, а радость в эту категорию не попадает.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Переход от «надо» к «хочу».

23 Свободный / Многогранный

«Если стабильно, я умру»

В ДЕНЬГАХ

Деньги нестабильны, и это не случайность. Ты сам разрушаешь устойчивость, как только она появляется, потому что она ощущается как клетка.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Заземление: я могу быть устойчивым. От хаоса к структуре через простые ритуалы.

24 Заботливый / Родовой

«Моя ценность в заботе»

В ДЕНЬГАХ

Ты жертвуешь карьерой ради семьи. Не реализуешь личные желания. Раздаёшь и ждёшь в ответ, а в ответ не приходит. И постоянное ощущение, что тебя всё равно недостаточно.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Тренировка отказа. И разделение: где я, где ты.

25 Мудрый / Глубокий

«Я это ум, а чувствовать опасно»

В ДЕНЬГАХ

Деньги уходят в обучение. Ещё курс, ещё диплом, ещё разбор. Ты готовишься зарабатывать вместо того, чтобы зарабатывать.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Разрешить себе быть в теле, а не только в голове.

26 Лидер / Опора

«Если я остановлюсь, всё рухнет»

В ДЕНЬГАХ

Деньги приходят через сверхнапряжение. Ты делаешь больше всех и не чувствуешь, что это оценили. Отдых кажется опасным, поэтому доход всегда стоит на твоей выносливости.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Учиться просить без стыда.

27 Стратег / Исследователь

«Сначала надо всё понять, потом жить»

В ДЕНЬГАХ

Деньги идут через нестабильные проекты. Ты наблюдатель, а не игрок, и в деньгах это видно сразу: идей много, реализовано мало.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Снизить интеллектуальный контроль. Тело как вход в реальность.

28 Сильный / Полярный

«Чтобы выжить, нужно побеждать»

В ДЕНЬГАХ

Деньги идут тяжело, как будто их надо заслужить. Ты один против всех, и заработок ощущается как борьба, а не как обмен.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Разрешение быть мягким без стыда.

29 Чувствительный / Зависимый

«Я виноват, если кому-то плохо»

В ДЕНЬГАХ

Деньги не держатся, уходят в систему: в чужие нужды, в чужие проблемы, в общий котёл. Ты боишься проявиться, потому что тогда не полюбят.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Практика «мне можно». Выход из позиции жертвы в позицию выбора.

30 Артистичный / Коммуникатор

«Если не нравлюсь, я исчезаю»

В ДЕНЬГАХ

Деньги для тебя это признание. Не ресурс, не инструмент, а подтверждение, что тебя выбрали. Поэтому доход так сильно бьёт по самооценке в обе стороны.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Упражнение: что я чувствую, а не показываю.

31 Фундаментальный / Надёжный

«Я это результат, а отдых опасен»

В ДЕНЬГАХ

Деньги есть, но не радуют. Ты справишься, ты должен. И пока идёт это «должен», радоваться заработанному некогда.

ПЕРВЫЙ ШАГ

Учиться чувствовать, а не только делать. От «обязан» к «выбираю».

Что с этим делать дальше

Ты прочитал свой сценарий. Скорее всего, что-то узнал. Может быть, стало неприятно — это нормально.

Пробовать самому

Взять свой первый шаг и делать его каждый день. Не месяц, а хотя бы неделю. Многие вещи сдвигаются просто от того, что ты их наконец увидел.

Работать с корнем

Сценарий — это не привычка, его не переписать силой воли. Он держится на конкретной детской истории. Пока она не разобрана, всё возвращается.

Разберём твоё число вместе

Я работаю именно с корнем. Ты в ответе за свою жизнь — и за свои деньги тоже. Приходи, разберём твоё число вместе: какой сценарий у тебя включён, откуда он взялся и с чего начинать именно тебе.

Написать Ольге