

BONUS: KARTY DIALOGOWE

GOTOWE SCENARIUSZE ROZMÓW O PIENIĄDZACH | DODATEK DO EBOOKA

Od Autora: Wiem, że rozmowa o pieniądzach bywa trudniejsza niż rozmowa o seksie. Pieniądze to emocje: bezpieczeństwo, władza, wstyd. Dlatego przygotowałem te „gotowce”. Nie musicie wymyślać słów na poczekaniu. Możecie po prostu przeczytać te zdania. Celem nie jest wygranie dyskusji, ale zrozumienie się i gra do jednej bramki.

1. Instrukcja Użycia (Przeczytajcie najpierw)

✓ Kiedy używać?

- Gdy macie dla siebie min. 20 minut spokoju.
- Gdy jesteście najedzeni i wypoczęci.
- Gdy nie ma przy was dzieci ani osób trzecich.

✗ Czego NIE robić?

- Zero oskarżeń ("Ty zawsze", "Ty nigdy").
- Zero zaskoczenia (nie zaczynaj przy zmywaniu).
- Nie używaj liczb jako amunicji przeciw partnerowi.
- Nie przerywaj. Gdy jedno mówi, drugie słucha.

2. Gotowe Scenariusze Rozmów

SCENARIUSZ #1

Lodołamacz – Pierwsza rozmowa o budżecie

🎯 **Cel:** Przełamanie tabu, ustalenie chęci współpracy.

🕒 **Kiedy:** Gdy czujecie chaos, planujecie zamieszkać razem.

TY (Partner A):

„Kochanie, ostatnio sporo myślę o naszej przyszłości i o tym, żebyśmy czuli się bezpiecznie. Mam wrażenie, że temat pieniędzy trochę nas stresuje albo go unikamy. Chciał(a)bym spróbować to uporządkować, żebyśmy mieli więcej spokoju. Co Ty na to?”

Partner B (reakcja): „Ale po co? Przecież jakoś sobie radzimy.”

TY (Partner A):

„Wiem, że sobie radzimy. Ale chciał(a)bym, żebyśmy nie tylko radzili sobie »jakoś«, ale żebyśmy mieli plan na fajne rzeczy – wakacje, mieszkanie. Nie chcę Cię kontrolować. Chcę, żebyśmy grali w jednej drużynie. Czy możemy poświęcić w weekend 20 minut, żeby po prostu spisać, na czym stoimy?”

➔ **Zakończenie:** Ustalcie konkretną datę na „Randkę Finansową”. Zamówcie pizzę lub wino.

SCENARIUSZ #2

Delikatna korekta – Gdy partner wydaje za dużo

- 🎯 **Cel:** Zwrócenie uwagi na problem bez wywoływania wstydu.
- 🕒 **Kiedy:** Gdy zauważysz nieplanowane wydatki zagrażające budżetowi.

TY (Partner A):

„Mogę Cię prosić o chwilę uwagi? Przeglądałem/am nasz budżet i zauważyłem/am kilka wydatków w kategorii [np. zakupy], których nie planowaliśmy. Trochę się martwię, bo to może wpłynąć na nasz cel [np. wakacje].”

Partner B (reakcja): „Czepiasz się. Należało mi się coś od życia!”

TY (Partner A):

„Rozumiem to w 100%. Nie chodzi mi o to, żeby Ci zabronić przyjemności. Chodzi tylko o matematykę – jeśli wydamy tu, to zabraknie nam tam. Powiedz mi, czy ten limit, który ustaliliśmy, jest dla Ciebie realny? Może czujesz się zbyt ograniczony/a i musimy go zmienić w przyszłym miesiącu?”

➔ **Zakończenie:** Decyzja – albo akceptujecie mniejsze oszczędności, albo rezygnujecie z czegoś innego.

Równowaga – Gdy jedno zarabia znacznie więcej

🎯 **Cel:** Zniwelowanie napięcia i poczucia wyższości/nіższości.

🕒 **Kiedy:** Gdy pojawiają się docinki lub jedna strona czuje się nieswojo.

TY (Partner A):

„Chcę pogadać o naszych zarobkach. Wiem, że nasze wypłaty się różnią, ale nie chcę, żeby to wpływało na to, jak czujemy się w związku. Dla mnie jesteśmy partnerami na równych zasadach.”

Partner B (reakcja): „Łatwo ci mówić, ale to ty płacisz za wszystko.”

TY (Partner A):

„Pieniądze to nie jedyna wartość, jaką wnosimy do domu. Jest jeszcze czas, opieka nad domem, wsparcie. Chcę zaproponować system, który będzie uczciwy dla nas obojga. Może spróbujemy modelu procentowego, gdzie każdy wpłaca taką samą część swojej pensji na wspólne życie? Wtedy obciążenie jest równe, niezależnie od kwoty.”

→ **Zakończenie:** Wspólne przeliczenie wkładu do budżetu metodą proporcjonalną (z Ebooka).

SCENARIUSZ #4

Wstydliwy temat – Rozmowa o długach

🎯 **Cel:** Zbudowanie atmosfery akceptacji, ujawnienie prawdy.

🕒 **Kiedy:** Gdy ukrywasz dług lub musisz o nim powiedzieć.

TY (Partner A):

„To dla mnie bardzo trudna rozmowa i bardzo się stresuję, ale muszę być z Tobą szczery/a, bo traktuję nas poważnie. Mam zobowiązanie finansowe, o którym wcześniej nie mówiłem/am. Wynosi ono [kwota]. Wstydzilem/am się tego.”

Partner B (reakcja): Szok, cisza lub złość.

TY (Partner A):

„Rozumiem Twoją reakcję. Masz do niej prawo. Mówię Ci o tym teraz, bo chcę to naprawić i nie chcę mieć przed Tobą tajemnic. Mam plan, jak to spłacić. Nie oczekuję, że spłacisz to za mnie, ale potrzebuję Twojego wsparcia, żeby przez to przejść.”

➔ **Zakończenie:** Zapewnienie, że to problem do rozwiązania. Ustalenie planu spłaty.

SCENARIUSZ #5

Wspólna wizja – Ustalanie celów

🎯 **Cel:** Zmiana myślenia z „ograniczania” na „marzenia”.

🕒 **Kiedy:** Na początku roku lub gdy życie "przecieka przez palce".

TY (Partner A):

„Zróbmy sobie mały eksperyment. Wyobraź sobie nas za 3 lata. Gdzie jesteśmy? Co robimy? Nie myśl teraz o tym, czy nas na to stać. Po prostu powiedz, o czym marzysz.”

Partner B (reakcja): „Chciałbym w końcu pojechać do Azji / Mieć własny kąt.”

TY (Partner A):

„Super. Ja też marzę o [Twoje marzenie]. To teraz spójrzmy na to na chłodno. Żeby to zrealizować, potrzebujemy [kwota]. Jeśli zaczniemy odkładać [kwota miesięcznie], to za rok tam będziemy. Czy jesteśmy gotowi zrezygnować z [np. częstych wyjść], żeby spełnić to marzenie szybciej?”

➔ **Zakończenie:** Wpisanie celu do budżetu jako „nienaruszalny wydatek”.

SCENARIUSZ #6

Czerwony Alarm – Kryzys (utrata pracy)

🎯 **Cel:** Opanowanie paniki, przejście w tryb zadaniowy.

🕒 **Kiedy:** W dniu otrzymania wypowiedzenia lub nagłej utraty dochodu.

TY (Partner A):

„Kochanie, stało się coś trudnego. [Opis sytuacji]. Wiem, że to brzmi strasznie, ale chcę Cię zapewnić: poradzimy sobie. Jesteśmy w tym razem.”

Partner B (reakcja): „Co my teraz zrobimy? Z czego zapłacimy kredyt?”

TY (Partner A):

„Mamy plan awaryjny (lub: zaraz go stworzymy). Usiądźmy teraz z kartką papieru. Wypiszmy, ile dokładnie mamy oszczędności i jakie są rachunki, które musimy zapłacić w pierwszej kolejności. Resztę wydatków wstrzymujemy do odwołania. Potrzebuję teraz Twojego spokoju, żebyśmy mogli myśleć logicznie.”

➔ **Zakończenie:** Stworzenie „budżetu przetrwania” (tylko jedzenie i opłaty).

Przycisk Reset – Rozmowa po kłótni

🎯 **Cel:** Przeproszenie za formę i powrót do merytoryki.

🕒 **Kiedy:** Dzień po awanturze, gdy emocje opadną.

TY (Partner A):

„Chciał(a)bym wrócić do naszej wczorajszej rozmowy. Przepraszam, że podniosłem/am głos. Emocje wzięły górę, bo bardzo mi zależy na naszym bezpieczeństwie.”

Partner B (reakcja): „Mnie też poniosło. Ale nadal nie zgadzam się z...”

TY (Partner A):

„Wiem. Nie musimy się zgadzać we wszystkim, ale musimy znaleźć rozwiązanie, które zaakceptujemy oboje. Spróbujmy jeszcze raz, ale na spokojnie. Powiedz mi, co jest dla Ciebie w tej sprawie najważniejsze – czego się boisz lub na czym Ci zależy? Obiecuję słuchać i nie przerywać.”

→ **Zakończenie:** Kompromis lub decyzja o odłożeniu tematu, jeśli emocje wracają.