



KRYPTOheldinnen Workbook – Woche 1 Dein Glitzer-Mindset – Der innere Reichtum

Einleitung

Willkommen, Heldin!

Dieses Workbook begleitet dich durch die erste Woche deiner 21-tägigen Glitzerreise in die finanzielle Unabhängigkeit. Es ist dein persönlicher Raum zum Reflektieren, Notieren und Manifestieren. Schnapp dir deinen Lieblingsstift, Glitzer und eine Tasse Tee – und leg los!

Tag 1: Was bedeutet finanzielle Unabhängigkeit für dich?

Impuls: "Stell dir vor, du wachst auf und musst nie wieder wegen Geld Entscheidungen treffen, die du eigentlich nicht willst – wie fühlt sich das an?"

Reflektionsfragen:

1. Was ist für mich wirklich finanzielle Unabhängigkeit?
2. Wie würde sich mein Alltag verändern, wenn Geld keine Rolle spielt?
3. Was hat mich bisher daran gehindert, mir das zu erlauben?

Glitzer-Check: Heute definiere ich meinen eigenen Reichtumssatz.

Tag 2: Geldglaubenssätze entlarven – Was du wirklich über Geld denkst

Impuls: "Wenn du an Geld denkst – hörst du eine Stimme, die sagt: 'Das ist nichts für dich'? Dann willkommen im Club der alten Glaubenssätze!"

Reflektionsfragen:

1. Welche Glaubenssätze habe ich von meinem Umfeld übernommen?
2. Welcher Gedanke hält mich heute am meisten zurück?
3. Wie kann ich diesen heute neu umschreiben?

Glitzer-Check: Heute schreibe ich einen neuen, positiven Geldsatz auf meinen Spiegel.

Tag 3: Vom Mangel in die Fülle – Geld als Energie

Impuls: "Geld ist weder gut noch böse – es ist Energie. Und wie du mit dieser Energie umgehst, bestimmt, wie viel davon zu dir fließt."

Reflektionsfragen:

1. Wann fühle ich Fülle – unabhängig vom Kontostand?
2. Wie verhalte ich mich, wenn ich in Mangel denke?
3. Was würde ich anders tun, wenn ich 100 % in Vertrauen wäre?

Glitzer-Check: Heute sage ich bei jeder Geldausgabe innerlich "Danke".

Tag 4: Warum du es wert bist, reich zu sein

Impuls: "Du brauchst keine Erlaubnis, um reich zu sein – du darfst einfach anfangen, dich dafür zu entscheiden."

Reflektionsfragen:

1. Was bedeutet Reichtum für mich jenseits von Zahlen?
2. Wo in meinem Leben erlaube ich mir noch kein Mehr?
3. Was würde sich ändern, wenn ich mir Fülle wirklich zugestehe?

Glitzer-Check: Ich schreibe heute einen Liebesbrief an mein finanziell freies Ich.

Tag 5: Finanzielle Selbstverantwortung – Kein Prince Charming wird dich retten

Impuls: "Spoiler: Niemand kommt auf einem weissen Pferd mit ETF-Depot angeritten – du bist deine eigene Heldin!"

Reflektionsfragen:

1. Wo überlasse ich Entscheidungen (noch) anderen?
2. Was fühlt sich stark an, wenn ich mein Geld selbst manage?
3. Welche Ausrede lasse ich los – ab heute?

Glitzer-Check: Heute übernehme ich bewusst Verantwortung für eine finanzielle Entscheidung.

Tag 6: Dein neues Money-Mantra & Visionboard

Impuls: "Wenn dein Unterbewusstsein dein Geldchef ist – dann gib ihm verdammt nochmal klare Anweisungen!"

Reflektionsfragen:

1. Wie darf mein finanzielles Leben in 5 Jahren aussehen?
2. Welche Emotionen sollen mein Geldumgang prägen?
3. Was ist mein stärkster Money-Mantra-Satz?

Glitzer-Check: Ich gestalte mein Visionboard mit meinem Mantra im Zentrum.

Tag 7: Rückblick & Reflexion – Deine Transformation in Woche 1

Impuls: "Du hast 7 Tage voller Mindset-Magie hinter dir – Zeit, das Glitzer-Momentum zu feiern!"

Reflektionsfragen:

1. Was hat mich am meisten berührt oder überrascht?
2. Welche Veränderung habe ich im Alltag schon gespürt?
3. Was nehme ich mit in Woche 2?

Glitzer-Check: Ich feiere heute meinen Fortschritt mit einer bewussten Belohnung.
