



# FOMO

Fear of missing out  
(Angst etwas zu verpassen)

# Was ist FOMO?

Fear of missing out ist eine Form der gesellschaftlichen Beklemmung / Angst / Besorgnis. Das Phänomen beschreibt die zwanghafte Sorge, eine soziale Interaktion, eine ungewöhnliche Erfahrung oder ein anderes befriedigendes Ereignis zu verpassen und nicht mehr auf dem Laufenden zu bleiben.

Quelle: [Wikipedia](#)



# Wo ist FOMO in unserem Leben?

- Man ist traurig, wenn Freunde sich treffen und ohne einen Spaß.
- Man hat Angst, dass die Erfahrungen von Freunden oder anderen Menschen besser sind als die eigenen.
- Man fühlt sich unruhig und nervös, wenn man nicht weiß, was die Freunde im Moment treiben.
- Wenn man etwas unternimmt, möchte man es anderen online mitteilen, zum Beispiel auf Social-Media-Plattformen.

Quelle: [Wikipedia](#)



# Wo ist FOMO in unserem Leben?

- Man ist sehr häufig und gewohnheitsmäßig in sozialen Netzwerken, auch während des Essens oder in Gesellschaft.
- Man hat Konzentrationsprobleme beim Lernen oder Arbeiten, weil man den Drang verspürt, online zu sein.
- Man hat während des Autofahrens das Bedürfnis zur Handynutzung.
- Die wiederholte Nutzung der Phrasen „Jeder außer mir...“ sowie „Alle anderen...“.

Quelle: [Wikipedia](#)



**Wo ist FOMO in  
unserem  
Leben?**



**Was für  
Beispiele  
kennst du aus  
deinem Leben?**

# Wo tritt FOMO bei Finanzieller Freiheit auf?

- Steigende Aktienkurse sorgen bei den meisten Anlegern für gute Laune, aber auch für Angst bei der Fahrt etwas zu verpassen - Bestes Beispiel: Wenn die breite Masse einsteigt, obwohl es schon längst zu spät ist.
- Gute Immobilien, die live gehen und nach einer Stunde bereits vergriffen sind
- Investitionsmöglichkeiten in Geschäfte, bei denen mehrere Investoren sich um den Platz streiten.
- Businessse, die jegliche Arten von Produkten auf den Markt schmeißen, nur weil sie jeden Bereich abdecken wollen.

# Wo tritt FOMO bei Finanzieller Freiheit auf?

- Unzählige Bücher lesen, anstatt das Wissen endlich anzuwenden und während dem Prozess zu erweitern (auch Angst Fehler zu machen).
- Mehrere Themen, Projekte und Ideen anzugehen, anstatt eine klare Entscheidung zu treffen und eine Idee bis zum Erfolg zu verfolgen.
- Ständiges Wechseln zwischen Idee #1, Möglichkeit #2, Chance #3 usw., weil alles so spannend und interessant ist und man nichts verpassen will.
- Etliche Newsletter, Podcasts usw. abonnieren und den ganzen Tag oder Wochen damit beschäftigt sein, anstatt selbst etwas umzusetzen.



# CASHFLOW 101

Und wie wir heute FOMO integrieren



# CASHFLOW 101

## Und wie wir heute FOMO integrieren

1. Entscheide was dein Ziel heute ist
2. Wähle eine Strategie für die Erreichung des Ziels
3. Weiche nicht ab von der Strategie
4. Wenn andere interessante Sachen aufkommen, ignoriere sie - habe keine Angst etwas zu verpassen!
5. Notiere deine Erfahrungen
  - a. War es stressig oder entspannter als sonst?
  - b. Hattest du ein gutes oder schlechtes Gefühl?
  - c. Hattest du Angst dir entgeht etwas?
  - d. Was hast du noch für Erfahrungen gemacht?



# Feedback-Runde

# Feedback-Runde

1. Wer hatte heute Spaß?
2. Wer hat heute was gelernt?
3. Was ist heute bei dir passiert?





# Überwinden

Wie überwindest du nun die Bestie FOMO?

# Wie überwindest du die Bestie FOMO?

- Du brauchst klaren Fokus!
- Ziele wären natürlich auch nicht schlecht, nicht wahr?
- Du solltest eine klare Entscheidung treffen wohin du willst und wie du dort ankommen willst - was ist deine Strategie?
- Du solltest alles auf dem Weg zu deinen Zielen [konfrontieren \(Blogartikel\)](#) »
- Am besten schreibst du alle Ablenkungen auf und steckst diese vorerst in eine Schublade. Dies hilft dir deinen Kopf frei zu machen und ist evtl. interessant für später!
  
- *Was fällt dir sonst noch ein was du machen könntest?*



Wie geht es  
weiter?

# Wie geht es weiter?

1. Was ist dein Ziel für deine finanzielle Freiheit?
2. Welche Strategie wendest du an?
3. Wie verhinderst du Ablenkungen?
4. Was sind deine konkreten nächsten 3 Schritte?
5. Melde dich hier für die [nächste Cashflow Runde an](#) »
  - a. Bekomme weiteres wertvolles Wissen!
  - b. Komme in die Umsetzung!
  - c. Wachse weiter!



# BONUS



Ich persönlich denke, dass es nicht leicht ist seine Ziele konkret aufzustellen und die richtige Strategie zu wählen, wenn du dein Warum noch nicht kennst.

Deshalb würde ich an deiner Stelle hier reinschauen und ergründen, ob dies nicht der richtige erste Schritt für dich wäre:

[https://cf-k.de/finde-dein-warum-lebenssinn-passion-leidenschaft-berufung/ »](https://cf-k.de/finde-dein-warum-lebenssinn-passion-leidenschaft-berufung/)



# Weitere Inhalte von Cashflow Karol

Dieses eBook ist eines von mehreren **kostenlosen Inhalten von Cashflow Karol**. Wenn du weitere kostenlose Inhalte bekommen möchtest, geh auf: <https://cf-k.de> und schau dich um!

- Darin findest du verschiedene kostenlose Inhalte, wie z.B. **Equipment, Tools & Software für YouTube**:  
<https://cf-k.de/youtube-equipment-tools-coaching/> »
- Oder wenn du dich dafür interessierst deine **Finanzen in den Griff zu bekommen**, wäre mein Kurs das Richtige für dich: <https://cf-k.de/in-2-std-finanzen-im-griff/> »
- Wie sieht es mit deinen Steuern aus? Hast du diese bereits komplett optimiert und **sparst 80% deiner Steuern ein**? Wenn nicht, erlebe hier den Steuer-Aha-Effekt: <https://cf-k.de/online-steuerkurs-steuer-aha-effekt/> »



# Weitere Inhalte von Cashflow Karol

- Einer der wichtigsten Bereiche in unserem Leben ist unser inneres Warum. Kennst du deines bereits? Oder weißt du was ich damit meine? Schau hier vorbei und finde **dein Warum / Lebenssinn / Passion / Leidenschaft / Berufung**: <https://cf-k.de/finde-dein-warum-lebenssinn-passion-leidenschaft-berufung/> »
- **Finanzielle Freiheit fängt bei Cashflow 101 an!** Hast du schon einmal dieses Finanz-Simulations-Spiel mit Gleichgesinnten gespielt? Wenn nicht, schau hier rein: <https://cf-k.de/cashflow-club-stuttgart-cashflow-101-202/> »

Werde einer unserer Follower

[Facebook](#)

[Instagram](#)

[YouTube](#)



# IMPRESSUM

© 2020 by Finalligence UG (haftungsbeschränkt)

Cashflow Karol, Marke der

Finalligence UG (haftungsbeschränkt)

Stichlingweg 2, 70378 Stuttgart

Info@cf-k.de



# HAFTUNGSAUSSCHLUSS

Die Firma übernimmt keinerlei Gewähr für die Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit der bereitgestellten Informationen auf diesem oder zugehörigen Werken. Haftungsansprüche gegen die Firma, welche sich auf Schäden materieller oder ideeller Art beziehen, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung der dargebotenen Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind ausgeschlossen.

Alle Angebote sind freibleibend und unverbindlich. Die Firma behält es sich ausdrücklich vor, Teile der Seiten oder das gesamte Angebot ohne gesonderte Ankündigung zu verändern, zu ergänzen, zu löschen oder die Veröffentlichung zeitweise oder endgültig einzustellen.



# URHEBERRECHT UND VERWERTUNG

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

**ABER** dieses Dokument bildet eine Ausnahme! Das heißt, die Verbreitung, Übersetzung und Weitergabe an weitere Personen ist ausdrücklich erwünscht! Verteile dieses Dokument also an andere und hilf ihnen dabei ihre persönliche und finanzielle Freiheit zu erreichen!

