

بِه اسم خدا



## رابطه پول با خانواده

پول به عنوان یکی از مهمترین اختراعات تاثیرگذار بر زندگی می باشد. پول میتواند يك تقویت کننده شرطي باشد و تنها در این صورت به کالایی با ارزش و معنی دار تبدیل میشود (تحقیق خوشبختی)

## پول به عنوان ابزار قدرت

داس سنگی

- 1- نگاه روانکاوان  
از پول
- 2- اراده معطوف به  
قدرت
- 3- پول و تفاوت زن  
و مرد



## رابطه پول و خانواده

یکی از موضوعات مورد علاقه در این حوزه

بیماری های روانی مربوط به پول است. یکی از تستهای رایج در این بخش تست MBBS است. در این تست که از سال 1984 با 11 هزار تحقیق میدانی استحکام علمی خود را حفظ کرده است، یکی از مراجع اصلی برای شناخت بیماری های روانی مربوط به پول است.

در این تست 6 بیماری روانی در مورد پول مورد آزمایش قرار میگیرد

1- وسواس پولی 2- تمایل به نگهداری پول 3- پول همیشه کم است

4- پول به عنوان منشأ قدرت 5- دیدگاه امنیتی به پول 6- پول تابع

تلاش و توانایی از جمله موضوعاتی است که فرد با انجام این تست

می تواند در مورد نگرش خود به پول آنها را دریابد.

# MBBS(Money Belief and Behavior Scale)

یکی از شاخصهای مهم در ارزیابی الگوی رفتار مالی، «تمرکز بیش از حد بر پول» یا «وسواس پولی» است. (در هر مورد به خود نمره ای بین 0 تا 10 بدهید)

- 1- هزینه کردن برایم رنج آور است.
- 2- پس از انجام خرید، بارها مبلغ خرید و هزینه انجام شده را با خود مرور میکنم.
- 3- اگر کالایی را بخریم هر جا آن را ببینم دوباره قیمت میکنم تا مطمئن شوم خرید را به قیمت مناسبی انجام داده ام.
- 4- حتی وقتی برای دوستانم هزینه میکنم، جایی در ذهنم نگه میدارم که چقدر به آنها لطف کرده ام و منتظر میمانم تا این لطف جبران شود.
- 5- اگر برای دوست یا اعضای خانواده هزینه ای انجام دهم، باید خودم را قانع کنم که «آنها هم جایی به من لطفی کرده اند»
- 6- از پول خرج کردن نفرت دارم.
- 7- هر لحظه دقیقاً میدانم چقدر پول در کیفم دارم.
- 8- فقط وقتی پس انداز خوبی دارم احساس آرامش میکنم.
- 9- در انتخاب شریک مناسب برای زندگی، یکی از عوامل بسیار مهم برای ارزیابی وی، توانایی مالی و اقتصادی اوست.
- 10- اگر هزینه ماهیانه زندگی یک میلیون تومان باشد، باز هم در انتخاب شغل، کاری با جذابیت کم و در آمد 4 میلیون تومان را به کاری جذاب با درآمد 2 میلیون تومان ترجیح میدهم

امتیازهای ده جمله بالا را جمع کنید. اگر امتیاز شما پایین (حدوداً کمتر از 20) یا بالا (بیش از 70) شده، اوضاع شما نگران کننده است.

گروه اول، فراموش کرده اند که در دنیا زندگی میکنند و خواسته یا ناخواسته، تنها زبان مشترک مردم جهان پول است.

گروه دوم: فراموش کرده اند که در دنیا زندگی میکنند و پول، اگر کاربردی داشته باشد لذت بردن از رابطه ها، دوستی ها و فرصتهاست

■ شما در کجای طیف هستید؟





روانشناسی پول و  
پس انداز



روانشناسی پول و هدیه

میزان پس انداز از منظر  
روانشناسی پول از طریق فرمول  
زیر محاسبه می شود.  
پس انداز = توانایی + تمایل  
یعنی افراد کار بیشتر را یکی از راه  
های افزایش قدرت پس انداز می  
دانند

زنان پنج برابر مردان هدیه می دهند  
اما ارزش هدایای مردان و زنان  
برابر است. نکته آن است که زنان  
برای ایجاد روابط بهتر هدیه می دهند  
و مردان برای اثبات یا نشان دادن  
موقعیت خود.



پژوهشهایی بر روی انواع حیوانات صورت گرفته که نشان میدهند حیوانات بعد از انجام دادن حرکتی مشخص، ژتونی (مانند میله فلزی، توپ آهنی و یا کارت) دریافت میکنند که میتواند مانند پول با اشیای مطلوب دیگری مثل غذا تعویض شود





Capuchin monkeys reject unequal pay.mp4

# راهکارهای کسب آرامش مالی

## پرهیز از بدهی

بدهی و یا بدهی با نرخ بهره بالا یکی از موانع اصلی در مسیر کسب استقلال مالی محسوب می شود

کنار گذاشتن چشم و هم چشمی یکی از موارد شکل گیری هزینه های سنگین به روز نگه داشتن وسایل و همگامی با دوستان، فامیل و همسایگان است

طلاق  
اقتصادی

صندوق پول

همسران را از خود جدا ندانید  
اونیز در موفقیت های شما سهیم است

اعتمادسازی

# راهنمای تنظیم روابط مالی بین زن و شوهر



گرفتار کلیشه‌ها شده‌اید؟

باورنادرست زنانه: وظیفه من تامین مالی خانواده نیست.  
درست: ما بر اساس توانایی‌هایمان وظایف و مسئولیت‌ها را تقسیم می‌کنیم.

با هم اوضاع را درست می‌کنید؟

باورنادرست زنانه: به من ربطی ندارد، از زیر سنگ هم که شده پول جور کن و بدهی را پرداز  
درست: این بدهی به دلیل زندگی مشترک‌مان ایجاد شده، با همفکری می‌توانیم از پس آن بر بیاییم.

جیب‌تان مشترک است؟

باورنادرست مردانه: حساب حساب است، همسر همسر  
درست: هرچه داریم متعلق به من، ما و زندگی‌مان است

حواستان به همه چیز هست؟

باورنادرست زنان و مردان: اوضاع خوب است، لازم نیست نگران پول باشیم.  
درست: هر چیزی ممکن است اتفاق بیفتد. بهتر است برای آینده پس‌انداز کنیم. (با هم)

**یک جیب پنهانی دارید؟**  
باورنادرست زنان و مردان: تا زمانی که همسر من نداند،  
اشکالی ندارد که مخفیانه پس انداز کنم  
درست: رازهای مالی، می تواند زندگی مشترک را به  
خطر بیندازد



**مکمل هم هستید؟**  
باورنادرست زنانه: ریسک پذیری تو ممکن است زندگی مان  
را به باد دهد.  
درست: ریسک پذیری تو و محافظه کاری من می تواند مکمل  
هم باشد و در گرفتن تصمیم درست به ما کمک کند.

**می خواهد به خانواده اش کمک کند؟**  
باورنادرست زنانه: تو همسر من هستی و تمام دارایت متعلق به  
زندگی مشترکمان است.  
درست: خانواده تو در شرایط خاصی قرار دارند و امکان  
برطرف کردن مشکلاتشان را داری، پس می توانیم در این مورد  
تصمیمی مشترک بگیریم.

**نگاهتان متفاوت است؟**  
باورنادرست مردانه: مشکل ما این است که من صرفه جو  
هستم و تو ولخرج  
درست: هر دوی ما خرج می کنیم اما برای چیزهای متفاوت  
وقت آن است که به خرج کردن هایمان سر و سامان دهیم.

برای جلوگیری از اختلاف و مجادله در این باره توصیه‌های زیر می‌تواند مفید واقع شوند:

1- وقتی اختلافی پیش می‌آید به طور صریح و دوستانه درباره آن با همسر خود صحبت کنید. توضیحات طرفین می‌تواند اشتباه یا سوء تفاهم را برطرف کند. اما مسکوت گذاشتن آن ممکن است اثرات نامطلوب داشته باشد.

2- در تنظیم برنامه‌ای متناسب در مورد مخارج همکاری داشته و با احساس مسئولیت آن را رعایت کنید.

3- اگر حساب بانکی مشترک یا حساب‌های جداگانه دارید درباره این که مخارج چگونه پرداخت شود قرار لازم را بگذارید تا منظم و روشن باشد.

4- بهتر است هر کدام فرصت و آمادگی و تجربه بیشتری برای مخارج خانه دارد آن را به عهده بگیرد.



5- همواره حساب مخارج و درآمد را در نظر داشته و خریدهای خود را بر حسب آن تنظیم کنید.

6- اگر همسر شما در برخی موارد خریدی بر خلاف نظر شما کرد سخت گیر نباشید و استقلال او را تا حد لازم و مقتضی رعایت کنید.

7- در مورد خرید های عمده و تهیه لوازم گران قیمت مشورت و توافق کنید.

8- در حضور دیگران درباره پول و مخارج بحث نکرده و از انتقاد از یکدیگر خودداری کنید.

9- وقتی بچه شما چیزی را می خواهد که قیمت آن نسبتاً زیاد است در مورد آن توافق کنید. اگر همسر شما با آن مخالف بود از تحریک کردن فرزندان بر علیه او خواری کنید.

10- در موارد اختلاف نظر، گفتگو را برای پیدا کردن راه حل را همچنان ادامه دهید تا به توافق برسید



تا به حال فکر کرده‌اید که تعداد شن‌های ساحل دریا چقدر است؟ بگویید دیگر، چند تا؟  
چند ستاره در آسمان هست؟

تمام انسان‌ها و همه موجودات روی زمین نفس می‌کشند، پس چرا اکسیژن زمین هرگز تمام نمی‌شود؟! جهان اطراف ما گسترده‌تر از آنست که حتی به فکر ما خطور کند. هیچ روزی پیش نیامده که ما فکر کنیم که ممکن است، دیگر هوایی برای تنفس نداشته باشیم

هیچ چیز در این کائنات پایان‌پذیر نیست.

اگر که می‌خواهید بیشتر پول در بیاورید، سعی کنید به جای اینکه به بی‌پولی خود فکر کنید، به ثروت و اندوخته فعلی‌تان بیندیشید و این که چقدر امروز در دست و بالتان پول هست

با آرزوي موفقيت  
رضا ناظري

<http://rezanazeri.ir>

[rezanazeri273@gmail.com](mailto:rezanazeri273@gmail.com)