

راهنماک سرمایه‌گذاری

سال ششم / شماره ۵۷ / مهر ۱۴۰۰
قیمت: ۶۹ هزار تومان

ماهنامه اجتماعی اقتصادی

چگونه حقوقی را دریافت کنیم که لیاقتش را داریم؟

■ قواعد خرید لذت‌بخش در

مراکز خرید و پاساژها

■ بهترین راه برای کاهش

هزینه‌های زندگی چیست؟

■ پنج بازی پولی جذاب برای

کودکان





آنچه افراد را به موفقیت مالی می‌رساند، آگاهی، دانش و مجموعه‌ای از مهارت‌های مالی است.



شروع فعالیت از سال ۱۳۹۶



آموزش و فرهنگ سازی در زمینه سواد مالی

خواندنی‌های علف خرس



قلک

سواد مالی کودکان؛ آموزش و تربیت مالی کودکان



ورود آقایان ممنوع

سواد مالی زنان؛ آموزش مهارت‌های موفقیت مالی و توانمندسازی



باشگاه موفقیت

روانشناسی موفقیت مالی و آشنایی با عادات ثروت ساز

دو دوتا چهارتای زندگی

آموزش مهارت‌های مدیریت مالی شخص بودجه‌بندی و مدیریت هزینه‌ها، پس‌انداز و سرمایه‌گذاری، مدیریت بدهی، برنامه ریزی برای بازنشستگی

پشت پرده خرید

روانشناسی خرید و تکنیک‌های خرید هوشمندانه

دانستی‌ها

خواندنی‌های جذاب مالی با چاشنی آموزش



ارتقای سطح سواد و دانش مالی افراد جهت:

۳ در نتیجه رسیدن به موفقیت و رفاه مالی

۲ مدیریت بهتر پول

۱ برنامه‌ریزی و گرفتن تصمیمات مالی موثر



ثبت نام در سایت

عضویت ویژه

www.alafkhers.com

شبکه‌های اجتماعی

نشریه راهنمای سرمایه‌گذاری



از کجا شروع کنم؟

NO.57

راهنماک سرمایہ گزارک

ماہنامہ اجتماعی اقتصادی



عَلْفَکَرَس

a l a f k e r s

ماهنامه راهنمای سرمایه‌گذاری

مهر ۱۴۰۰ / سال ششم / شماره ۵۷

مدیر هنری: سمیرا هژبری
ویراستار: فاطمه هدیه‌لو
هیئت تحریریه: فاطمه هدیه‌لو
محمد سجاد علی مددی

صاحب امتیاز: موسسه غیر تجاری راهنمای اندیشه
هدفمند با شماره ثبت ۴۹۲۶۵ (موسسه فرهنگی دیجیتال)
مدیر مسئول: سید محمدباقر غروی نخبجوانی
سر دبیر: ملیحه خیر خواه

■ قلم

۶..... پنج بازی پولی جذاب برای کودکان.

■ ورود آقایان ممنوع

۸..... ۶ راهکار برای والدینی که در خانه کار می‌کنند.

■ باشگاه موفقیت

۱۲..... چگونه حقوقی را دریافت کنیم که لیاقتش را داریم؟

■ پشت پرده خرید

۱۶..... قواعد خرید لذت‌بخش در مراکز خرید و پاساژها.

تجارت



www.alafkhers.com

نشانی: سعادت آباد، بلوار پیام، میدان بهرود، خیابان عابدی، پلاک ۳- واحد ۳ تلفن: ۲۲۱۱۲۴۶۳

چاپ: نشر یزدا

کیلومتر جاده قدیم تهران کرج، سه راه شهریار، باغستان، ابتدای سعیدآباد، شهرک صنعتی گلگون،
خیابان پنجم جنوبی، پلاک ۳۵



■ دودوتا چهارتای زندگی

بودجه‌بندی چگونه می‌تواند شما را خوشحال کند؟ ۲۰

بهترین راه برای کاهش هزینه‌های زندگی چیست؟ ۲۴

■ دانستنی‌های مالی

پرونده ورشکستگی؛ والت دیزنی ۲۸

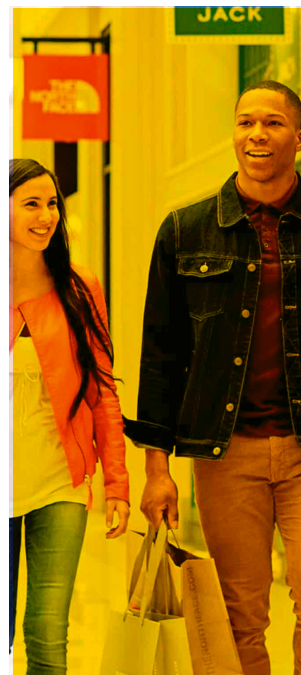
■ ۳۶۰ درجه مالی

هفت راهکار «ثروتمندترین مرد بابل» برای رهایی از مشکلات مالی ۳۰

■ دیدنی‌ها

کمیک و کارتون ۳۴

ویدیو / استراتژی‌های پس‌انداز از زبان کودکان ۳۴





پنج بازی پولی جذاب برای کودکان

۱) سکه اندازی

طریقه انجام این بازی به این صورت است که اولین بازیکن، چند سکه مختلف را در یک کاسه می‌ریزد، سپس کاسه را به اطراف تکان می‌دهد. سکه‌هایی که در کاسه باقی می‌مانند، سهم برنده‌ی بازی است؛ و آن‌هایی که بیرون می‌افتند، سهم دیگر بازیکنان.

شما در پایان بازی می‌توانید بسته به سن و صبر کودکان‌تان، قانون وضع کنید. به این صورت که تمام بازیکنان می‌بایست هر بار پولی را که برنده شده‌اند، بشمارند؛ تا بفهمند که چه کسی پول بیش‌تری برده است. درس مهمی که کودکان از انجام این بازی می‌گیرند آن است که گاهی داشتن تعداد زیادی سکه، مساوی با داشتن پول زیاد نیست.

۲) اسکناس و تاس

برای انجام این بازی به تاس نیاز دارید. این بازی مختص کودکانی است که چگونگی جمع و تفریق را بلدند. هدف این بازی، جمع‌آوری چند سکه معادل دقیق ارزش یک اسکناس (مثلاً هزار تومانی) است. طریقه انجام آن به این صورت است که بازیکنان ابتدا تاس می‌ریزند، سپس بسته

بازی‌های سکه‌ای، نه تنها روشی بسیار عالی جهت آموزش ارزش پول به کودکان تلقی می‌شود، بلکه هم‌چنین قواعد پایه‌ای ریاضی از جمله جمع، تفریق، ضرب، و تقسیم را به آن‌ها می‌آموزد. به منظور اجرای این امر می‌توانید از سکه‌های معمولی استفاده کنید؛ یا اگر نگران فرو رفتن سکه‌های فلزی در دهان دلبندتانید، می‌توانید با بریدن کارت یا مقوا، و درج ارزش مالی بر روی آن، به طوری‌که بازیکنان بتوانند به خوبی مقدار آن را مشاهده کنند، سکه مخصوص خود را بسازید. اگر قصد استفاده از سکه‌های حقیقی را دارید، می‌بایست یک قانون منبئ بر آن‌که هیچ‌کس تا پایان بازی به هیچ سکه‌ای دست نمی‌یابد، وضع کنید. وقت گذراندن با والدین آن هم در قالب بازی برای کودکان بسیار ارزشمند است و قدرت یادگیری آنان را در حین انجام بازی، بسیار بالا می‌برد. با ترکیب مفاهیمی از جمله: شمارش سکه‌ها و قواعد ریاضی، با بازی‌های سرگرم‌کننده‌ای که متناسب تمامی اعضای خانواده باشند، می‌توانید اطلاعات ارزشمندی را پیرامون مدیریت پول به کودکان بیاموزید؛ بدون آن‌که حتی متوجه شوند. در ادامه پنج نمونه از بازی‌های سکه‌ای را معرفی می‌کنیم.



استفاده کنید. برای کودکان بزرگ‌تری که قادر به جمع کردن هستند، می‌توان از سکه‌های با ارزش‌تر بهره ببرید.

یک دسته کارت با درج ارزش‌های مختلف بر روی آن‌ها بسازید؛ و برای شروع، برای هر کودک یک مقدار پول به عنوان «بانک» در نظر بگیرید. برای کودکان کم‌سن، ارزش کارت‌ها را نهایتاً تا ۱۰۰ تومان، و برای کودکان بزرگ‌تر، تا هزار تومان استفاده کنید. نوبت به هر بازیکنی که رسید، می‌بایست یک کارت را برداشته و سپس با بهره‌گیری از سکه‌های مختلف به میزان رقمی که بر روی کارتش درج شده برسند. در اصل هیچ برنده‌ای در این بازی وجود ندارد. اما خودتان می‌توانید هر گاه که کودکان تان جواب صحیح را می‌دهند، بر آن‌ها یک جایزه کوچک مانند: استیکر در نظر بگیرید؛ تا سبب شود کودکان از انجام این بازی لذت بیش‌تری ببرند.

۴) قایم موشک

طریقه انجام این بازی به این صورت است که والدین چند سکه را در فضای خانه قایم می‌کنند. سپس کودکان می‌بایست تا جایی که می‌توانند، سکه‌های پنهان شده را بیابند. برای خردسالان سکه‌هایی با ارزش پایین‌تر در نظر بگیرید. می‌توانید درجه سختی این بازی را بسته به سن، و سطح شمارش کودکان تغییر دهید. مقدار دقیق سکه‌هایی را که پنهان کرده‌اید، یادداشت کنید. وقتی تمامی سکه‌ها را پیدا کردند، بازیکنی که بیش‌ترین میزان پول را یافته باشد، برنده بازی است. کودکان حتی ممکن است به این فکر بیافتند که این بار نوبت خودشان است که سکه‌ها را قایم کنند، و شما به دنبال آن‌ها بگردید.

۵) مرکز خرید

این بازی مختص خردسالانی است که در حال یادگیری روند شمارش‌اند. تعدادی از اسباب‌بازی‌های آن‌ها را جدا کرده، سپس بر روی آن‌ها برچسب قیمت بچسبانید؛ سعی کنید مقدار تعیین شده‌تان طوری باشد که بتوان با مجموع سکه‌های آن هزینه آن را حساب کنند. کودک را وادار کنید تا قیمت هر کالا را مشخص کرده، سپس تعداد سکه‌ای را که برای خرید (فرضی) آن نیاز دارند، بشمارند.

هم‌چنین به بازیکنان این اطمینان را بدهید که انجام این بازی، هیچ ربطی به مالکیت، یا عدم مالکیت اسباب‌بازی‌ها ندارد. کالاهای مختلف را با یک‌دیگر ترکیب کرده، و به کودکان تان تعدادی سکه ۱۰۰ تومانی بدهید؛ سپس از آن‌ها بخواهید تا تخمین بزنند که بهترین راه برای تقسیم سکه‌های آن‌ها و خرج آن‌ها چیست.

کودکان عاشق بازی‌های مالی خواهند شد؛ هم‌چنین مطمئن باشید که برای آموزش پول به آن‌ها، هیچ روشی بهتر از بازی کردن نمی‌یابید.

به عدد تاس‌شان، سکه جمع می‌کنند. عدد تاس را می‌توان به صورت زیر با ارزش سکه‌های مختلف تطبیق داد:

۱: بیست و پنج تومانی

۲: پنجاه تومانی

۳: صد تومانی

۴: دویست تومانی

۵: پانصد تومانی

۶: جایزه، دوباره تاس بریزند.

بازیکنان به نوبت تاس ریخته، و به سکه‌های آن‌ها می‌افزایند. برنده این بازی، اولین نفری است که دقیقاً به هزار تومان برسد. اگر بازیکنی تاس ریخت، و سکه‌ای برداشت که موجودی‌اش را از حد هزار تومان بالاتر رساند، نوبتش را از دست می‌دهد. مادامی که کودکان در انجام این بازی ماهر می‌شوند، می‌توانید میزان جایزه نهایی بازی را افزایش دهید؛ مثلاً اسکناس پنج هزار تومانی.

۳) تناسب پولی

بسته به توان کودکان، می‌توان درجه سختی این بازی را تغییر داد. سعی کنید برای خردسالانی که هنوز در حال یادگیری چگونگی شمارش‌اند ولی از مفهوم «جمع» سر در نمی‌آورند، از سکه‌های با رقم پایین

مطلب ویژه کرونا: راهکار برای والدینی که در خانه کار می کنند



با شیوع ویروس کرونا تعداد افرادی که به ناچار در خانه کار می کنند در سراسر جهان افزایش قابل ملاحظه ای داشته است. بسیاری از این افراد برای نخستین بار در چنین شرایطی قرار می گیرند. آیا شما هم در وضعیت مشابهی قرار دارید و برای اولین بار است که مجبور هستید از خانه کار کنید؟ با تعطیلی مدارس و الزام والدین شاغل به دورکاری، مسئولیت های کاری و بچه داری با هم تداخل پیدا کرده اند. این روزها پدر و مادرهای شاغل به ناچار همکاران بازیگوشی پیدا کرده اند که مدام در حال بهانه گیری و سروصدا هستند. پس باین وجود ساعات کاری روزانه شکل همیشگی اش را نخواهد داشت.

اگر شما هم از جمله پدر و مادرهایی هستید که توفیق کار در خانه در کنار فرزندان تن نصیبتان شده است خبر خوبی برایتان داریم، اینکه با کمی برنامه ریزی، اوضاع می تواند خیلی بهتر شود. در این مطلب نکاتی را بررسی می کنیم که می توانند برای والدین شاغلی که این روزها مجبور به دورکاری شده اند، بسیار راهگشا باشد.

۱) مقرراتی برای حفظ آرامش تان تنظیم کنید.

ساعات کاری تان را مشخص کنید و به آن پایبند باشید. با این کار انتظار کودکان برای دسترسی به خودتان را مدیریت و ساعات کاری و زندگی شخصی تان را، حتی با وجود تداخل با یکدیگر، از هم جدا می‌کنید.

روانشناسانی که در حوزه‌ی بهبود روابط والدین و نوجوانان فعالیت می‌کنند، به والدین شاغل پیشنهاد می‌کنند که در دوران قرنطینه قوانین مشخصی تنظیم کنند و به آن‌ها پایبند باشند. این قوانین کمک می‌کنند تا با وجود دورکاری، مسئولیت‌های کاری تان را به درستی انجام دهید. بنابراین زمانی را به تنظیم نیازهای فردی خود با در نظر گرفتن شرایط ویژه‌ای که دارید اختصاص دهید و اولویت‌هایتان را مشخص کنید.

به عنوان مثال اگر خانواده‌ی شما ساعت ۹ شب می‌خورند، خودتان را مجبور کنید که در این ساعت از کار دست بکشید و به آن‌ها ملحق شوید و وقتی همه خوابیدند دوباره سر کارهایتان برگردید. همچنین می‌توانید به همکارانتان اطلاع دهید که پیام‌ها و ایمیل‌های غیر ضروری‌شان را دیرتر پاسخ می‌دهید.

به گفته‌ی روانشناسان اگر توانایی تان برای انجام خواسته‌های دیگران را صادقانه مشخص کنید، قدم بزرگی در جهت ارزش قائل شدن برای آن‌ها بدون آسیب به زندگی شخصی تان برداشته‌اید.

بهتر است در زمانی که با حضور فرزندان در خانه مشغول به کار هستید، قوانین مشخصی داشته و به آن پایبند باشید. به طور مثال ساعت کاری و اولویت‌های کارتان را مشخص کنید و به فرزندان نشان دهید در آن ساعت امکان دسترسی به شما وجود ندارد. این کار به شما کمک می‌کند تا مسئولیت‌های کاری تان را به درستی انجام دهید.

۲) کارهای ضروری‌تر را در اولویت

قرار دهید

معمولا افراد صبح‌ها انرژی بیشتری دارند. پس بهتر است کارهایی که به دقت بیشتری نیاز دارند و ضروری‌ترند را صبح‌ها انجام دهید و کارهای کم‌اهمیت‌تر، مثل تماس‌های تلفنی، را به بعدازظهر موکول کنید. با این کار پس از گذشت چند ساعت از شروع روز، قسمت سنگین کارها تمام می‌شود.

علاوه‌براین معمولا بچه‌ها بعدازظهرها بیشتر بهانه می‌گیرند و دوست دارند بازی کنند. پس اگر تا آن موقع بیشتر کارها را تمام کرده باشید، احتمال این که مجبور به نیمه‌تمام گذاشتن‌شان بشوید کمتر می‌شود.

سعی کنید کارهایی که به بعدازظهر اختصاص می‌دهید، طوری باشند که همزمان با انجام آن‌ها بتوانید به کودکان هم رسیدگی کنید.

کارهای ضروری‌تر را در اولویت قرار دهید و سعی کنید که کارهای مهم را زمانی که فرزندان خواب هستند انجام دهید. علاوه بر این تقسیم کار با همسران برای رسیدگی به کارهای اداری و نگهداری از بچه‌ها، بار مسئولیت کمتری بر دوش تان می‌گذارد و نگرانی‌هایتان را کمتر می‌کند.

۳) به مسئولیت‌های کاری همسران

نیز اهمیت دهید

اگر همسران هم در خانه کار می‌کنند، شیفت رسیدگی به بچه‌ها را طوری تنظیم کنید که او نیز به کارهایش برسد. با این کار احتمال مشاجرات زناشویی نیز کمتر می‌شود. پس هر روز صبح برنامه‌ی کاری تان را با همسران در میان بگذارید و با





هم هماهنگ باشید.

به عنوان مثال اگر همسر شما از ساعت ۹ تا ۱۱ صبح باید در ویدیو کنفرانس مهمی شرکت کند، شما موظفید در این ساعات از بچه‌ها نگهداری و خانه را برای همسران ساکت و آرام کنید. بعد از ساعت ۱۱ شیفتان را عوض کنید!

با برنامه‌ریزی صحیح، علاوه‌بر این‌که برنامه‌های کاری با هم تداخل پیدا نمی‌کنند و هر دوی شما به کارهایتان خواهید رسید، احترام و همکاری نیز بین‌تان تقویت می‌شود.

۴) سر بچه‌ها را گرم کنید

وقتی هر دوی شما کار مهمی دارید که باید سریع‌تر انجام شود، سعی کنید سر بچه‌ها را نیز به کاری گرم کنید. البته این کار فقط

به حرف آسان است!

مریم مادر چهار کودک است و به خانواده‌هایی که به بچه کوچک دارند، توصیه می‌کند که خانه را به چهار یا پنج بخش اصلی تقسیم و هر بخش را به کاری اختصاص دهند. مثلاً اتاق نشیمن برای تماشای تلویزیون و اتاق خواب برای نقاشی باشد. سپس بچه‌ها را ۱۵ دقیقه یک‌بار بین این بخش‌ها بچرخانید. با این کار بهتر می‌توانید بچه‌ها را مدیریت کنید. خودشان هم بدون این که حوصله‌شان سر برود به انجام کارهای مختلف تشویق می‌شوند. بچه‌های بزرگ‌تر را به گردگیری و مرتب کردن خانه و حیاط مشغول کنید. مثلاً گردگیری یک دوربین دیجیتال قدیمی و عکاسی با آن می‌تواند برای بچه‌ها خیلی جالب باشد. می‌توانید به دلخواه خودتان لیستی تهیه کنید و از بچه‌ها بخواهید وسایلی که در لیست آورده شده‌اند را از جاهای مختلف خانه پیدا کنند.

همچنین می‌توانید از بچه‌های مدرسه‌ای و بچه‌های بزرگ‌تر بخواهید تا درباره‌ی موضوعاتی که علاقه دارند تحقیق کنند و در آخر گزارش کارشان را برای شما بیاورند، درباره‌ی موضوع موردعلاقه‌شان نقاشی بکشند یا داستان بنویسند یا اگر به اندازه‌ی کافی بزرگ هستند، آموخته‌هایشان را سر میز شام به شما هم یاد بدهند.

۵) مبور باشید

دوره‌ای که در آن هستیم، برای همه عجیب است و استرس حاصل از آن می‌تواند برای

۶) در برنامه‌ی روزانه جایی برای آرامش خود باز کنید

برای حفظ قوا و توان‌تان در طول روز، شب‌ها استراحت و برای باقی روزها برنامه‌ریزی کنید. به عنوان مثال اگر شب‌ها پیش از خواب کتابی الهام‌بخش بخوانید، روز کاری بعدی را با طراوت و آمادگی بیشتری شروع خواهید کرد.

سعی کنید در برنامه روزانه‌تان حداقل یک فعالیت که مربوط به کار یا نگاه‌داری از بچه‌ها نیست بگنجانید. مثلاً ۱۰ دقیقه در روز زیر نور مستقیم خورشید قدم بزنید، صبح‌ها کمی زودتر بیدار شوید و صبحانه‌تان در سکوت میل کنید یا دقایقی را به آبیاری گیاهان اختصاص دهید. این کارهای به‌ظاهر کوچک، به شما کمک می‌کنند تا نیروی از دست‌رفته‌تان را باز یابید و با استرس کمتری مسئولیت‌های کاری و بچه‌داری را انجام دهید.

شما تنها نیستید!

طی سه ماه اخیر که ویروس کرونا شیوع پیدا کرده است خانواده‌های زیادی مجبور شده‌اند به‌صورت دور کاری و کار در منزل به شغل‌شان ادامه دهند. در این میان با تعطیلی مهدکودک‌ها و مدارس، کودکان و نوجوانان هم در منزل کنار والدین هستند. کار کردن در چنین شرایطی قطعاً سختی‌های زیادی به همراه خواهد داشت و بهتر است خانواده‌ها انتظار نداشته باشند که با کیفیت و بهره‌وری همیشگی‌شان کار کنند. پس نگران نباشید و برای آرامش خودتان چند نکته را فراموش نکنید اینکه این شرایط نه تنها برای شما بلکه برای والدین زیادی که در سراسر دنیا مشغول کارند وجود دارد، این بحران گذراست و شما به شرایط عادی زندگی‌تان باز خواهید گشت پس با در پیش گرفتن چند راهکار ساده می‌توانید وضعیت کار و زندگی‌تان را تحت کنترل در بیاورید.



بچه‌ها و والدین اثرات منفی زیادی داشته باشد.

اگر بچه‌ها عادت دارند وقتی در خانه هستید مرکز توجه شما باشند، درک کنید که نادیده گرفته شدن از جانب شما وقتی در حال کار کردن هستید، برای آن‌ها کمی عجیب و گیج‌کننده است. پس سعی کنید توجه‌تان را بین کار و بچه‌ها تقسیم کنید. مثلاً وقتی در حال تایپ کردن هستید، با بچه‌ها که در حال گریه کردن هستند حرف بزنید.

به گفته‌ی روانشناسان کودکان دوست دارند با آن‌ها ارتباط چشمی برقرار کنید، به حرف‌هایشان گوش دهید تا مورد توجه شما قرار بگیرند. بنابراین اگر زمانی را تنها به آن‌ها اختصاص دهید این نیازها سریع‌تر برآورده می‌شوند.



چگونه حقوقی را دریافت کنیم که لیاقتش را داریم؟

اگر شما هم می‌خواهید تازه کسب‌وکار خودتان را شروع کنید یا کارتان را عوض کرده‌اید و به دنبال شغل جدیدی هستید یا می‌خواهید عملکرد بهتری در کار داشته باشید، بهتر است این متن را بخوانید. در اینجا چهار درس مهم ارائه می‌کنیم که با دانستن آن‌ها می‌توانید هم پول بیشتری در بیاورید، هم حقوق بهتری بگیرید؛ چون شما ارزشش را دارید.



نیازی به گفتن نیست که من واقعاً از دست خودم عصبانی شدم؛ اما درس مهمی گرفتم و دیگر این اشتباه را تکرار نخواهم کرد. راهنمایی: همیشه پول بیشتری درخواست کنید. نه خجالت بکشید، نه بترسید. بدترین چیزی که ممکن است بشنوید، یک نه است؛ اما حداقل می‌دانید که تلاش خود را کرده‌اید. قبل از اینکه به دنبال شغلی برای خود بگردید، بهتر است بگردید ببینید افرادی با شغل مشابه شما در این حرفه، شهر یا شرکت چقدر درآمد دارند. در ضمن مهارت‌ها و مدرک تحصیلی خود را نیز می‌توانید با آنان مقایسه کنید تا به نتیجه‌ی بهتری دست پیدا کنید. این کارها در شما پیش‌زمینه و آمادگی لازم برای مذاکره را ایجاد می‌کند. یادتان باشد که در مقابل هر حقوقی که به شما پیشنهاد می‌شود، افرادی هستند که بیشتر از شما حقوق می‌گیرند. یادتان باشد که شما نیز می‌توانید یکی از آنان باشید. همیشه برای خدماتی که ارائه می‌دهید درخواست پول بیشتری کنید. نه خجالت بکشید، نه بترسید. بدترین چیزی که ممکن است بشنوید، یک نه است؛ اما حداقل می‌دانید که تلاش خود را کرده‌اید.

■ درس دوم: برای پاداش‌ها مذاکره کنید

مذاکره کردن همیشه منحصر به حقوق نیست. شما می‌توانید حتی برای پاداش‌های خود نیز مذاکره کنید. مخصوصاً اگر می‌بینید که شرایط برای مذاکره برای حقوق بیشتر مساعد نیست. البته من بعد از اولین کاری که پیدا کردم پیش خودم قسم خوردم که دیگر هیچ‌وقت اولین حقوقی را که به من پیشنهاد می‌شود، قبول نکنم. تصمیم گرفتم نه تنها برای حقوقم مذاکره کنم، بلکه برای پاداش‌هایم نیز مذاکره کنم. در آخر، بدترین چیزی که می‌توانستم

■ درس اول: همیشه بیشتر بخواهید

اولین شغلم را پس از فارغ‌التحصیلی با حقوق ماهی ۵۴۰ هزار تومان پیدا کردم. این مبلغ بیشتر از کل پولی بود که در تمام عمرم در آورده بودم و تا جایی که می‌دیدم روزگار خوشی پیش‌رویم بود. حتی یک بار هم به ذهنم نرسیده بود که درخواست مبلغ بیشتری بکنم یا حتی درخواست برخی پاداش‌ها و مزایا را داشته باشم. فقط خوشحال بودم که این شغل را به دست آورده‌ام. این کار برای من درآمد خوبی داشت.

کم‌کم با همکارانم بیشتر آشنا شده و با آن‌ها دوست شدم. یک روز در حین ناهار به‌طور اتفاقی شروع کردیم به صحبت درباره‌ی حقوقمان. البته این کار اساساً رفتار اشتباهی بود؛ ولی چون با یکدیگر احساس راحتی می‌کردیم این بحث را ادامه دادیم. وقتی بحث کمی ادامه پیدا کرد، فهمیدم که من و یکی دیگر از همکاران پایین‌ترین میزان دریافتی را نسبت به کسانی که شغل یکسانی با ما دارند، داریم. در ضمن باید گفت که همه‌ی ما نیز در گذشته مدرک تحصیلی یکسانی گرفته بودیم. این همان تأثیر درخواست نکردن است.

برخی از آن‌ها میلیون‌ها تومان بیشتر از من درآمد داشتند و برخی حتی پاداش‌هایی را گرفته بودند که من کلاً از آن‌ها بی‌خبر بودم. دلیل درآمد بیشتر آنان چه بود؟ برخلاف من، آنان اولین درخواستی را که برایشان ارسال شده بود، قبول نکرده بودند و به جای آن مبلغ بیشتری درخواست کرده بودند. نه تنها این درخواست پول بیشتری برای آنان داشت؛ بلکه موقعیت دریافت حقوق بیشتر و مزایای دیگر را نیز فراهم کرده بود. این مزایا به‌عنوان درصدی از حقوقشان در طول مدت زمانی که برای آن شرکت کار کرده بودند، به آن‌ها پرداخت می‌شد.



مزایای خود فکر کنید. فراموش نکنید که باید حدود و میزان پرداختی مزایا را بدانید و پیشنهادهایی معقول ارائه دهید.

■ درس سوم: از انتظارات فراتر رفته و خود را گرانها نشان دهید

زمانی که وارد محل کار جدید خود شدید، می بایست به آن‌ها نشان دهید که چرا شما را استخدام کرده‌اند. همچنین با بالا بردن انتظارات ثابت کنید که چرا به شما پاداش، افزایش حقوق و دیگر مزایا را داده‌اند. یادتان باشد مهم این است که خود را منبعی ارزشمند برای شرکت نشان دهید. در هر شغلی که تا الان کار کرده‌ام، این هدف همیشگی من بوده است. هر روز که

بشنوم چه بود؟ آن‌ها می گفتند نه و من به کار ادامه می دادم. در شغل بعدی، من برای همه چیز مذاکره کردم؛ از تعداد روزهای تعطیل گرفته تا روزهای کار در خانه، نوع لپ تاپی که باید با آن کار کنم، برنامه کاری‌ام و مزایایی که در آینده بر اساس کارم باید دریافت کنم، درباره‌ی همه‌ی این‌ها مذاکره کردم. بهترین بخش آن چه بود؟ تمام این چیزها را بعد از مذاکره به دست آوردم. یادتان باشد، اگر درخواست نکنید، هیچ وقت چیزی را به دست نخواهید آورد.

راهنمایی: زمانی که به مذاکره برای پاداش‌ها می رسید، بهتر است مثل پرس و جویی که برای حقوق کرده بودید، برای این مورد هم تحقیق کنید تا ببینید در حرفه‌ی شما همکارانتان در شرکت و خارج از آن، به چه اندازه پاداش دریافت می کنند. این کار شما را برای مذاکره آماده می کند و کاری می کند که درخواستتان مسخره به نظر نیاید. در ضمن بهتر است که مراقب شرایط و ضوابطی که شرکت‌ها دارند نیز باشید. به عنوان مثال، اگر شرکت شما ضوابط سختی در پاداش دادن دارد، باید حواستان باشد که با مطرح کردن این موضوع خط قرمزها را رد نکرده باشید.

زمانی که شرایط برای درخواست حقوق بیشتر مناسب نیست، به مذاکره برای افزایش



زمانی که یک کارمند تمام‌وقت بودم، برنامه‌ای برای خودم داشتم. به این صورت که هر ماه ۱۵ دقیقه پیش رئیسم بروم و از او درباره‌ی عملکردم نظر بخواهم. من از او می‌پرسیدم که آیا می‌تواند راهنمایی‌ام کند تا در زمینه‌ای کارم را بهتر کنم یا اگر پروژه‌های وجود دارد که می‌تواند به من بدهد، این کار را بکند. این کار را جلسات رئیسم را آگاه می‌کرد که من چقدر در شغلم جدی هستم. در نتیجه، همیشه من را جزء اولین نفراتی که پاداش، افزایش حقوق و ارتقا می‌گرفتند، قرار می‌داد. به علاوه، در مواقعی که لازم بود از من دفاع می‌کرد، چون به توانایی من در انجام دادن کارها ایمان داشت.

از رئیس یا کارفرمای خود بازخورد بخواهید. زمانی که از رئیس‌تان نظر می‌خواهید مطمئن می‌شوید او درباره‌ی عملکرد شما چه فکری خواهد کرد یا چه فکری می‌کند؛ زیرا بازخورد او بر اساس نظری است که درباره‌ی عملکرد شما دارد.

■ درس چهارم: از یادگیری دست‌نکشید

فقط به خاطر این که در شغل خود عملکرد خوبی دارید؛ دلیل نمی‌شود که دیگر رشد نکنید و این که اگر یادگیری یک مهارت الان به کار شما نمی‌آید، دلیل نمی‌شود که آن مهارتی ارزش‌ش باشد.

هر مهارتی که در زمان کار کردنم یاد گرفتم، من را آماده‌ی این کرد که رئیس خودم باشم. من یاد گرفتم که چگونه کار گروهی انجام دهم، چگونه سیستم‌ها و فرایندها و مدیریت پروژه‌ها را بهبود بخشم و کلی چیزهای دیگر که همه‌شان حکم تمرین قبل از مسابقه را برای من داشت. امروزه همه‌ی آن مهارت‌ها به‌نوعی در کار من تأثیر خود را نشان می‌دهند. اگر هم تصمیم بگیرم که به کارم ادامه بدهم، می‌توانند شغلی کاملاً جداگانه برای من باشند.

راهنمایی: کلاس‌ها، دوره‌های آموزشی و کنفرانس‌هایی را پیدا کنید که بتوانید از آن‌ها برای بهتر کردن مهارت‌های خود استفاده کنید. این کار به شما کمک خواهد کرد که در کاری که دارید یا در شغلی که در آینده به دست خواهید آورد، همیشه بهترین باشید.

این درس‌ها را همیشه به خاطر داشته باشید. همین درس‌ها می‌توانند در رشد شما در شغل‌تان و افزایش حقوق‌تان تغییراتی باورنکردنی ایجاد کنند.

به سرکار می‌رفتم، تمام تلاشم را می‌کردم و سعی می‌کردم که چیزهایی را که برای بیشتر کردن نقش کاری‌ام لازم است، یاد بگیرم. سؤال می‌پرسیدم، نظر می‌خواستم، ایده‌ها و پیشنهادها را همیشه ارائه می‌کردم و کارهایی را که باید انجام می‌دادم، حتی با اینکه نیاز نبود، زودتر از موعد تحویل می‌دادم.

■ هیچ‌وقت منتظر شغل رویایی خود نمانید

حتی اگر سرکار رویایی خود هم نیستید، باز هم مهم است که تمام تلاش خود را بکنید. شاید بپرسید چرا. باید بگویم که شما باید خود را برای این شغل آماده کنید و زمانش که برسد این شغل رویایی خودش به سراغ شما خواهد آمد. البته ممکن است که شما همین الان هم عادات خود را برای عالی انجام دادن یک کار به‌صورت پیوسته، تغییر داده باشید. در ضمن باید گفت که در همین زمان ممکن است در شغل فعلی‌تان ارتقا بگیرید. راهنمایی: از رئیس خود همیشه بازخورد بخواهید. این بازخورد می‌تواند به صورت یک نامه‌ی رسمی ماهانه یا یک بررسی سریع و غیررسمی باشد. اما زمانی که از رئیس‌تان نظر می‌خواهید مطمئن می‌شوید او درباره‌ی عملکرد شما چه فکری خواهد کرد یا چه فکری می‌کند؛ زیرا بازخورد او بر اساس نظری است که درباره‌ی عملکرد شما دارد.



قواعد خرید لذت‌بخش در مراکز خرید و پاساژها

مراکز خرید گواهی بر شکوفایی شهرنشینی هستند و با داشتن یک برنامه واضح و کمی اعتدال مالی می‌توان بیشتر خریده‌ها را از پاساژها و مراکز خرید انجام داد. در این مطلب در سه بخش درباره قواعد و نکته‌هایی صحبت شده است که باید قبل، حین و پس از خرید از یک مرکز خرید به آن‌ها توجه کنید تا خریدی خوب را تجربه کنید.

مراکز خرید گواهی بر شکوفایی شهرنشینی هستند. هر چند خیلی از آن‌ها، به دلیل قیمت‌ها و تحویل‌های رایگان فروشگاه‌های اینترنتی، با مشکلاتی روبه‌رو شده‌اند؛ اما با این حال، شما باز هم به این فروشگاه‌ها می‌روید چون وقتی می‌خواهید برای مثال شلوار را امتحان کنید، حتماً نیاز به حضور فیزیکی شماست. خرید حضوری خیال شما را بابت داشتن یک خرید مناسب، در برخی زمینه‌ها مانند لباس راحت‌تر می‌کند؛ اما از طرف دیگر، ممکن است مخارج و خریده‌های اضافه روی دستتان بگذارد. شما با داشتن یک برنامه واضح و کمی اعتدال مالی می‌توانید بیشتر خریده‌های خود را از پاساژها و مراکز خرید انجام دهید. در این مطلب در سه بخش درباره قواعد و نکته‌هایی صحبت شده است که باید قبل، حین و پس از خرید از یک مرکز خرید به آن‌ها توجه کنید تا خریدی خوب و لذت‌بخش داشته باشید.

بخش اول: قواعد قبل از رفتن به خرید

۱) سبک خرید خود را بشناسید

شما چه نوع خریداری هستید؟ آیا جزء افرادی هستید که به سرعت وارد یک فروشگاه شده و محصولی را که به آن نیاز دارید، می‌خرید و سریع به پارکینگ برمی‌گردید و سوار ماشین می‌شوید؟ یا اینکه دوست دارید از پاساژی به پاساژی دیگر رفته، و پرتین‌گردی کنید و مردم را تماشا کنید، در حالی که هیچ هدف مشخصی در ذهن ندارید؟ هر دو نوع خریداران می‌توانند از یک فروشگاه بزرگ خرید کنند. بهترین کار این است که قبل از رفتن برای خود یک نقشه راه تعیین کنید. ببینید آیا یک خریدار اجتماعی هستید یا اینکه دوست دارید به‌تنهایی خرید کنید. اگرچه خرید کردن با دوستان می‌تواند تفریح خوبی باشد؛ ولی ممکن است نتوانید دقیقاً در زمانی که دوست دارید به فروشگاه‌هایی که می‌خواهید بروید. اگر این موضوع شما را ناراحت می‌کند، بهتر است

تنهایی به خرید بروید.

۲) انگیزه خود را از خرید کردن بدانید

آیا برای خریدن محصول به‌خصوصی که نیاز دارید به خرید می‌روید یا برای خرید هر چه چشمتان را گرفت؟ آیا می‌خواهید برای دوستان هدیه بخرید یا فقط به دنبال خرید بدلیجات برای تازه کردن روحیه خود هستید؟ اگرچه کمی خریدرمانی خوب است؛ فرایند خریدتان باید با رعایت اعتدال انجام شود.

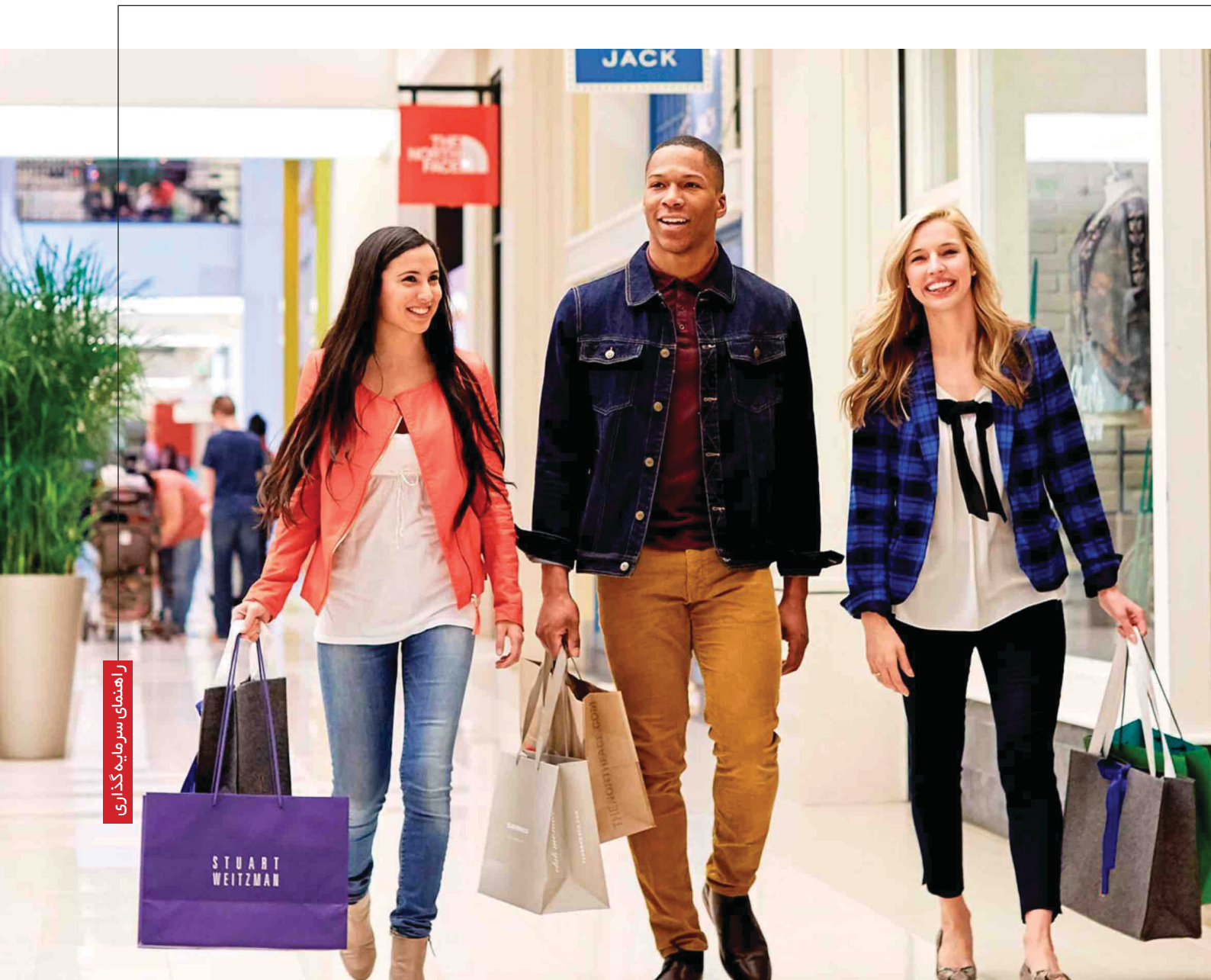
قبل از رفتن به خرید بودجه‌ای مشخص تعیین کنید. سعی کنید محصولات و لباس‌هایی را که بیشتر از بودجه شما هستند، حتی لمس هم نکنید. اگر محصولی را می‌بینید که به‌وضوح بیشتر از بودجه شماست، بهتر است حتی به آن نزدیک هم نشوید.

کنترل احساسات و هیجان‌ات خود را در دست بگیرید. گاهی فقط به یک جفت کفش نیاز دارید؛ اما با دو یا حتی سه جفت کفش از فروشگاه خارج می‌شوید. این مسئله نشان می‌دهد که احتمالاً به خرید اعتیاد دارید.

اگر هر هفته به خرید می‌روید و با خریدهایتان بدهی زیادی بالا می‌آورید یا اغلب سعی می‌کنید خریده‌های خود را از نزدیکان پنهان کنید، باز هم ممکن است اعتیاد به خرید داشته باشید. بهتر است برای کمک به سراغ یک روانشناس بروید.

۳) قبل از رفتن به فروشگاه حتماً درباره محصولات تحقیق کنید

اگر به یک کالای به‌خصوص (مانند یک ماهیتابه) نیاز دارید و می‌دانید در فروشگاه‌های مختلفی عرضه می‌شود، بهتر است ابتدا تحقیق کنید کدام مرکز



طبیعی است بخواهید در یک مرکز خرید بزرگ، شیک و زیبا به‌نظر برسید؛ اما باید لباسی بپوشید که در آن راحت هستید. مراکز خرید فضایی بزرگ و نیاز به پیاده‌روی زیاد دارند، پس به‌عنوان مثال برای پوشیدن کفش پاشنه‌بلند اصلاً جای مناسبی نیستند. اگر قصد خریدن لباس دارید، لباس‌هایی بپوشید که خیلی راحت می‌توانید آن‌ها را درآورده و دوباره بپوشید. شلوارهای راحت بپوشید و برای بالا تنه یک تی‌شرت یا پیراهنی که بتوانید به‌سادگی آن را درآورید به تن کنید. بهتر است کفش‌هایی بپوشید که راحت از پا در می‌آیند و راحت نیز پوشیده می‌شوند. چکمه‌های بلند و کفش‌های بندی را فراموش کنید.

۲) در ساعت‌های خلوت به مراکز خرید بروید

شلوغ‌ترین روزها در مراکز خرید، آخر هفته‌ها به خصوص عصر است. اگر ترجیح می‌دهید در ساعت‌های خلوت‌تر خرید کنید، صبح زود یا عصر دیگر روزهای هفته به خرید بروید. یادتان باشد در برخی روزها مثل بین دو تعطیلی مذهبی یا اعیاد، فروشگاه‌ها به شدت شلوغ هستند. اگر برنامه دارید در این ایام به خرید بروید؛ بهتر است سایت فروشگاه را بررسی کنید تا ببینید آیا کالایی که نیاز دارید در فروشگاه وجود دارد یا خیر. اگر در آن فروشگاه موجود نبود در خانه بمانید. این کار هم باعث صرفه‌جویی در زمان می‌شود هم کمتر باعث

خرید آن را موجود دارد و می‌فروشد. چون مطمئناً نمی‌خواهید به مرکز خرید رفته و ببینید هیچ کدام از مغازه‌ها چیزی را که شما می‌خواهید، ندارند. درست کردن لیست قیمت از محصولات می‌تواند که به صورت آنلاین دیده‌اید نیز می‌تواند کمک زیادی کند. وقتی به خرید رفتید از آن لیست برای مقایسه قیمت‌ها استفاده کنید.

هیچگاه فکر نکنید چون یک مغازه پنج سال پیش در یک مرکز خرید بوده، هنوز همانجا هست، حتماً قبل از خرید رفتن تحقیق کنید.

بخش دوم: قواعد حین خرید کردن

۱) لباسی بپوشید که راحت باشد



نامیدشدنتان می‌شود.

۳) بین شش تا هشت هفته قبل از ورود به فصل جدید به خرید لباس بروید

خیلی از فروشگاه‌ها لباس‌های پاییزی را در اواخر شهریور در ویترین قرار می‌دهند. اگر بتوانید برای خرید یک سویشرت جدید تا آبان یا آذر ماه که موقع تغییر لباس‌های پاییزی به زمستانی است صبر کنید، احتمالاً خرید خوبی خواهید داشت.

۴) در انتهای فروشگاه به دنبال قیمت مناسب بگردید

در بیشتر فروشگاه‌ها کالاهای خوب با قیمت تخفیف‌نخورده، همیشه در جلو قرار می‌گیرند و در کمین هستند که شما را دست به جیب کنند. اگر به دنبال یک خرید خوب هستید باید به انتهای فروشگاه

بروید، چون در آنجا محصولاتی را پیدا می‌کنید که تخفیف خورده‌اند یا برای خالی شدن انبار به حراج گذاشته شده‌اند. یادتان باشد هر جنسی را فقط به خاطر اینکه قیمت خوبی داشت یا در حراج بود، نخرید چون ممکن است برایتان فایده و استفاده‌ای نداشته باشد.

۵) قیمت‌ها را در مغازه‌های مختلف مقایسه کنید

قبل از اینکه برای کالایی که واقعاً به آن نیاز دارید پولی پرداخت کنید، بهتر است یک گام به عقب بردارید و قیمت همین کالا را در مغازه‌های مختلف مقایسه کنید. با دیدن مغازه‌های یک مرکز خرید و رفتن به مغازه‌های دیگر به دنبال پایین‌ترین قیمت ممکن بگردید.

شاید بد نباشد قبل از رفتن به خرید، قیمت کالای مدنظرتان را به صورت آنلاین بررسی کنید تا بدانید که باید برای آن کالا چقدر پول بدهید. حتی ممکن است با یک تبلیغ آنلاین مواجه شوید که بتوانید در فروشگاه‌ها از آن استفاده کنید.

برخی فروشگاه‌های آنلاین دارای قابلیت مقایسه قیمت‌ها به صورت آنلاین هستند. این قابلیت می‌تواند به شما کمک کند؛ مخصوصاً اگر کالایی در یک بخش با قیمتی بهتر نسبت به یک فروشنده دیگر فروخته شود.

اگر یک فروشگاه آنلاین تخفیفی را به شما پیشنهاد می‌کند بهتر است به هزینه ارسال آن هم نگاهی بیندازید. چون برخی اوقات هزینه ارسال باعث می‌شود این حراجی چندان هم

۷) درباره کالا فکر کنید، دوری بزنید و بعد برگردید

با پرهیز از سریع خرید کردن می‌توانید پول خود را صرف کالاهای با ارزش تری کنید. به جای خرید سریع کالا را سر جایش بگذارید، دوری بزنید و به این فکر کنید آیا واقعاً به آن نیاز دارید و آن را می‌خواهید. به این فکر کنید که آیا برای این وسیله در کم‌خود جایی دارید و آیا این همان چیزی است که به دنبالش هستید. وقتی تصمیمتان را گرفتید می‌توانید به فروشگاه برگشته و با اعتماد و اطمینان خرید خود را انجام دهید.

بخش سوم: قواعد بعد از اتمام خرید

۱) به رستوران بروید

اگر می‌دانید قرار است مدتی طولانی را در فروشگاه بگذرانید، بهتر است برنامه‌ریزی کنید تا در رستوران یا کافه مرکز خرید غذا یا نوشیدنی میل کنید. اگر با کودکان خود خرید می‌کنید، این کار بسیار مهم و واجب است.

۲) به سینما بروید

برخی از مراکز خرید، سالن سینما هم دارند. اگر وقت آزاد دارید می‌توانید آن را طوری برنامه‌ریزی کنید که حوالی ساعت اکران فیلم مورد علاقه‌تان باشد تا بتوانید به سینما هم بروید. تماشای فیلم در پایان یک روز پرمشغله، می‌تواند بهترین راه برای کسب آرامش باشد.

۳) از سرگرمی‌هایی که برای خانواده است نیز لذت ببرید

برخی از مراکز خرید نه تنها به‌عنوان مقصدی برای خرید هستند؛ بلکه پارک‌های بازی و شهربازی‌های کوچک هم دارند تا خانواده‌ها بتوانند علاوه بر خرید کردن از آن‌ها نیز بهره ببرند.

حتی اگر فروشنده‌ای که می‌روید چنین فضاهایی را داخل خودش ندارد، ممکن است بخش‌های بازی یا رستوران‌هایی مخصوص کودکان داشته باشد که بتوانید از آن‌ها استفاده کنید تا از خستگی کودکان جلوگیری کنید.

اگر شما نیز از آن دسته افرادی هستید که اغلب به مراکز خرید و فروشگاه‌های بزرگ سر می‌زنید و از آن‌ها خرید می‌کنید، با استفاده از نکاتی که گفته شد خرید خود را آسان‌تر، هوشمندانه‌تر و اقتصادی‌تر کنید. فراموش نکنید به‌خاطر سپردن چند نکته کوچک که فکر می‌کنید به درد شما می‌خورد و به کار بردن آن‌ها در عادات خریدتان، پس از مدتی تأثیر خود را نشان داده و شما را برای تغییرهای بزرگ‌تر آماده می‌کند.



به صرفه‌تر از خرید به صورت حضوری در فروشگاه نباشد.

۶) قبل از خرید لباس آن را امتحان کنید

به جای اینکه پیوسته خرید کنید و لباس‌هایی را بدون امتحان کردن بخرید، همیشه سراغ پرو کردن لباس‌ها بروید. لباس را بپوشید و طرز قرار گرفتن لباس روی بدنتان را به خوبی بسنجید و ببینید که به شما می‌آید یا نه. از همراهتان یا خود فروشنده بخواهید درباره لباس نظر بدهد و بگوید آیا ارزش خریدن دارد یا نه.

در ضمن بد نیست از برخی اتاق‌های پرو که دارای سه آینه هستند نیز استفاده کنید و از زوایای مختلف به لباس نگاه کنید. لباسی که از همه زاویه‌ها به شما بیاید، ارزش خریدن دارد.





بودجه بندی چگونه می تواند شماره را خوشحال کند؟

■ چهار دسته‌ی مهم هزینه‌های زندگی

بودجه‌بندی چطور می‌تواند خوشحالی را افزایش دهد؟ بودجه‌بندی به شما اجازه می‌دهد منابع مالی‌تان را صرف هزینه‌هایی کنید که کیفیت زندگی شما را واقعاً بهبود می‌بخشند و در عین حال پول کمتری صرف چیزهایی کنید که ارزشش را ندارند.

برای این کار می‌توان هزینه‌ها را به چهار دسته تقسیم کرد: در ابتدا آن‌ها را به دو دسته‌ی ثابت (به‌عنوان مثال، هزینه‌هایی که به‌صورت ماهانه یا سالانه تکرار می‌شوند) و متغیر (مثلاً حوادث غیرمنتظره) تقسیم می‌کنیم. سپس به خواسته‌ها (به‌عنوان مثال تفریحات) و نیازها و احتیاجات (مثلاً وسایل ضروری خانه) تقسیم می‌کنیم. با ترکیب این دسته‌ها، به چهار دسته‌ی خواسته‌های ثابت، نیازهای ثابت، خواسته‌های متغیر و نیازهای متغیر می‌رسیم.

دستیابی به حداقل نیازها برای خوشحالی و خوشبختی ضروری است. این مسئله برای نیازهای ثابت مانند اجاره‌خانه و غذا و نیازهای متغیر مانند هزینه‌های اضطراری صدق می‌کند. وقتی اتومبیل خراب می‌شود یا دندان‌تان دچار مشکل می‌شود، ناگهان هزینه‌های غیرمنتظره و اغلب با مبالغی بالا پیش می‌آید. اگر به‌اندازه‌ی کافی پول پس‌انداز کرده باشید، می‌توانید از استرس این اتفاق و احساسات منفی آن دور شوید. هدف از تقسیم نیازها این است که اطمینان حاصل کنید همه‌ی نیازهایتان را در نظر گرفته‌اید و برآورده‌شان می‌کنید. با این حال باید نهایت تلاش خود را برای کاهش هزینه‌ها بکنید.

■ خواسته‌های ما و تردمیل لذت

درواقع، این اصل برای خواسته‌های ثابت کاربرد دارد. بسیاری از مردم هزینه‌ی سنگینی را می‌پردازند تا در خانه‌ای زیبا زندگی کنند یا سوار یک اتومبیل شیک شوند. فکر می‌کنند این چیزها برای کیفیت بالای زندگی ضروری هستند؛ ولی به‌سرعت به سبک جدید زندگی‌شان عادت می‌کنند و خواسته‌هایی که به‌سختی برایشان تلاش کرده بودند، تازگی‌شان را برایشان از دست می‌دهند.

وقتی زرق‌وبرق خانه یا اتومبیل زیبا از چشمتان بیفتد، تازه می‌بینید واقعاً از زمانی که آن‌ها را نداشتید، خوشحال‌تر نیستید. در واقع، اگر خرید خانه‌ی بزرگ باعث شود بیشتر کار کنید، احتمال دارد خوشحالی و خوشبختی شما به‌خاطر هزینه‌های بیشتر



همیشه برای من اینکه چطور در آمدم را صرف هزینه‌های ماهانه‌ام کنم، کاری سخت بوده و هنوز هم هست. به‌نظر می‌رسد ساماندهی این مسائل که چه زمانی و چطور پول خرج کنیم، کار لذت‌بخشی نیست. ولی بودجه‌بندی صحیح به این معنی است که پول‌مان و وقت‌مان را صرف چیزهایی کنیم که ما را خوشحال می‌کنند. بله، درست خواندید: بودجه‌بندی همیشه به‌معنی کمتر خرج کردن نیست؛ بلکه هوشمندانه هزینه کردن است. سؤالی که ممکن است برای همه‌ی ما پیش بیاید این است که آیا ترندهایی وجود دارد که به کمک آن‌ها مدیریت هزینه‌هایمان، به خوشحالی روزمره تبدیل شود؟ برای پاسخ به این سؤال کلیدی بهتر است ابتدا با ۴ دسته از هزینه‌های زندگی‌مان دقیق‌تر آشنا شویم.



کاهش پیدا کند.

همین حرف را می‌توان برای دیگر هزینه‌های ثابت مانند رستوران رفتن زد. وقتی به چنین مسائلی عادت کنید دیگر به خاطرشان خوشحال نمی‌شوید؛ ولی هزینه‌هایشان به قوت خود باقی می‌ماند. وقتی خوشحالی‌تان مهم باشد، چنین هزینه‌کردن‌هایی واقعاً آفتابه خرج لحیم کردن است (با افزایش فشار به بودجه‌تان ممکن است شرایط بدی را هم تجربه کنید). در ابتدا تغییرات مثبت مثل بردن بخت‌آزمایی ما را خوشحال می‌کند؛ ولی با گذشت زمان، به نقطه‌ی اول خوشحالی‌مان برمی‌گردیم. به این فرایند، ترمیم لذت می‌گویند.

به‌صورتی متضاد، به‌دست آوردن هر خواسته‌ی متغیر ویژه، خوشحالی تازه‌ای را برای ما به ارمغان می‌آورد. اگر اولویت خرج پول را به تعداد زیادی از چنین تجارب مثبتی بدهید، می‌توانید با اثر ترمیم لذت مقابله کنید.

ترمیم لذت اصطلاحی است که ابداع شده تا نشان دهد افراد به‌سرعت به شرایط

جدید عادت می‌کنند و همه‌چیز برای آن‌ها عادی می‌شود. خرید یک خودروی جدید یا یک خانه‌ی بزرگ‌تر ممکن است مابرای مدت کوتاهی خوشحال کند؛ اما پس از چندی آن را بدیهی پنداشته و انتظارات ما بیشتر می‌شود. اگر تنها بتوانیم یک ارتقای شغلی دیگر بگیریم، یک ماشین بهتر، یک خانه‌ی بزرگ‌تر و... به‌محض آنکه این انتظارات ارضاشوند، دوباره از اول و بیشتر خواهیم خواست. سرعت ترمیم را بیشتر می‌کنیم و لحظه‌ای فکر می‌کنیم که به سطح جدیدی از موفقیت رسیده‌ایم؛ اما به‌سرعت به شرایط جدید عادت کرده و کماکان به دودن خود ادامه می‌دهیم و البته با سرعت بیشتر.

هدف از بودجه‌بندی خوب در سه دسته‌ی اول (نیازهای ثابت، نیازهای متغیر، خواسته‌های ثابت) این است که منابع مالی بیشتری را برای خواسته‌های متغیر فراهم کنیم؛ چون آن‌ها کیفیت زندگی را بهبود می‌بخشند. توانایی خرج کردن پول برای تعطیلات، هدیه دادن و خرید بعضی اجناس می‌تواند خوشحالی و خوشبختی ما را روزبه‌روز بیشتر کند.

وقتی زرق‌وبرق خانه یا اتومبیل زیبا از چشمتان بیفتد، تازه می‌بینید واقعاً از وقتی آن‌ها را نداشتید خوشحال‌تر نیستید.

در ادامه، به این مسئله می‌پردازیم که چطور با بودجه‌بندی و صرفه‌جویی در هر کدام از هزینه‌ها می‌توانیم خوشحالی و خوشبختی‌مان را بیشتر کنیم.

۱) هزینه‌ی نیازهای ثابت را کاهش دهید

شاید متوجه شوید به خانه‌ای بزرگ نیاز دارید؛ چون خانواده‌ای پرجمعیت هستید یا به تلفن همراه نیاز دارید؛ چون بدون آن گم می‌شوید. ایرادی ندارد؛ ولی توجه کنید که هزینه‌ای که برای این نیازها صرف می‌کنید، انعطاف‌پذیرتر از این حرف‌ها است.

به‌طور مثال، اگر به جای زندگی در یک خانه‌ی شخصی، با یک همخانه زندگی کنید؛ هزینه‌هایتان مقدار زیادی کاهش می‌یابد. برای کاهش هزینه‌ی نیازهای ثابت به‌دنبال فرصت‌هایی برای پس‌انداز باشید.

کمک کند. اگر راندگی می‌کنید، اتومبیلتان را حتماً بیمه کنید. بیمه بودن واقعا می‌تواند سلامت روانی شما را بهبود ببخشد. اگر وقتی اتفاقی می‌افتد، بیمه نباشید، ممکن است دچار استرس مالی زیادی شوید که خوشحالی شما را برای مدتی طولانی محدود خواهد کرد.

برای اینکه در برابر نیازهای متغیر استراتژی داشته باشید، باید:

■ ببینید بیمه‌ی کارتان کدام موارد درمانی را پوشش می‌دهد و سایر موارد را با بیمه‌های دیگر پوشش دهید.

■ یک حساب پس‌انداز باز کنید و مقداری از درآمد خود را به‌صورت ماهانه و خودکار به آن حساب واریز نمایید تا اینکه به‌اندازه‌ی چهار تا شش ماه زندگی در مواقع اضطراری پس‌انداز داشته باشید.

■ وقتی هزینه‌های غیرمنتظره و ناخوشایند پیش می‌آید، سعی کنید آن را پیش از موعد پردازید. یعنی هزینه‌های را در بودجه‌تان برای این اوقات لحاظ کنید تا در زمان نیاز، از آن بهره‌مند شوید.

با عمل به استراتژی‌هایی که برایتان گفتیم، درمورد نیازهای ثابت و متغیر و خواسته‌های ثابت، می‌توانید راه را برای هزینه‌های خواسته‌های متغیرتان باز کنید و با هزینه کردن در این مورد، شادی و خوشحالی را به‌دست آورید.



۲) هزینه‌ی خواسته‌های ثابت را کاهش دهید

هزینه‌ی خوراکی‌ها و تنقلات روزانه یا هر هزینه‌های ثابت دیگری را کنار بگذارید. خواهید دید هر سال چه مقدار کمتر خرج می‌کنید. بله، کنار گذاشتن خوراکی روزانه در ابتدا کمی سخت است؛ ولی با گذشت زمان عادت می‌کنید. تردمیل لذت هم عکس همین روال پیش می‌رود. شاید کیف پولتان هم از شما تشکر کرد که در یک سال چند صد هزار تومان پس‌انداز کرده‌اید.

وقتی عادت‌هایتان را تغییر دهید، می‌توانید از همان عادت سابق لذت بیشتری هم ببرید؛ چون یک خواسته‌ی ثابت را به خواسته‌های متغیر تبدیل کرده‌اید.

۳) برای نیازهای متغیر استراتژی داشته باشید

برای مدیریت نیازهای متغیر (آن هزینه‌های اجتناب‌ناپذیری که ناگهان پیش می‌آیند) بهترین کار این است که پس‌اندازی برای مواقع اضطراری داشته باشید و خود را بیمه کنید. مثلاً بیمه‌ی سلامت می‌تواند به شما

بهترین راه برای کاهش هزینه‌های زندگی چیست؟



برای رسیدن به استقلالی مالی نیازی به درآمد بالا نیست. درآمد بالا قطعاً موثر است؛ ولی اگر در کاهش هزینه‌هایتان پشتکار داشته باشید، با درآمدی معمولی هم می‌توانید به استقلال مالی برسید. به عنوان مثال، زندگی علی، معلمی ۸۱ ساله و بازنشسته را بررسی می‌کنیم. علی یک میلیونر است؛ ولی کسی از این موضوع خبر ندارد. علی ابتدا تجاری ساده بود؛ اما پس از ۳۰ سالگی تصمیم گرفت معلم شود و شروع به درس خواندن کرد. بیست سال بعدی عمرش را تا زمان بازنشستگی به تدریس در مدرسه و تدریس خصوصی پرداخت. علی هیچ وقت درآمد آنچنانی‌ای نداشت، پس چگونه آنقدر پولدار شده است؟ معلوم است! با ذره‌ذره پس‌انداز کردن و پایین آوردن هزینه‌ها! همهی میلیونرهایی که می‌شناسید مثل علی هستند؟ شاید فکرش را هم نکنید؛ ولی طبق تجربیات بسیاری از افرادی که توانسته‌اند به رفاه مالی برسند، اصلاح سبک زندگی، می‌تواند راهی برای پولدار شدن باشد. برای اثبات این موضوع نگاهی به دیدگاه صاحب‌نظران می‌اندازیم.

■ سبک زندگی ثروتمندان بی‌نام و نشان

نویسندگان کتاب همسایه میلیونر *The Millionaire Next Door* عادات زندگی ثروتمندان را بیان می‌کنند: سه واژه‌ی کلیدی برای ثروتمند شدن، صرفه‌جویی، صرفه‌جویی و صرفه‌جویی است. صرفه‌جویی اساس پولدار شدن است. ثروتمندان بیشتر از حد معمول درآمد دارند؛ ولی خرج و مخارجشان را تا جایی که می‌توانند پایین می‌آورند و به جای اینکه دنبال تجملات و مد باشند، به اندازه‌ی نیازهایشان خرید می‌کنند.

افراد کمی موفق می‌شوند بدون دست کشیدن از ولخرجی به سرمایه‌ی کلانی برسند. در واقع، میلیونرها با کنترل و کاهش هزینه‌هایشان میلیونر می‌شوند و با همین روش شرایط را ثابت نگه می‌دارند. تمام مطالعات در این زمینه این ادعا را تایید می‌کنند. برای پولدار شدن و پولدار ماندن باید سبک زندگی‌تان را مدیریت کنید. تا اینجا دریافتیم که برای رسیدن به اهدافمان باید هزینه‌ها را کاهش داد. اما





کمتر تلویزیون تماشا کن. او گفت که چنین چیزی محال است. باید بگویم تماشای تلویزیون خوب است؛ ولی از پرداخت بدهی‌ها که مهم‌تر نیست. با کاهش مصرف برق یا کاشت سبزیجات کسی پولدار نمی‌شود؛ ولی چنین عاداتی در کنار هم و به‌مرور زمان منجر به تغییرات اساسی می‌شوند. منظور از تمام این‌ها، تمرین کردن برای رسیدن به سبک زندگی‌ای است که می‌توان در آن هزینه‌ها را کاهش داد.

اینکه روزانه خریدهایمان را کنترل کنیم، مهم است؛ ولی نه به‌اندازه‌ی صرفه‌جویی در خرید اقلام بزرگ. با انتخاب هوشمندانه، هنگام خرید اقلام بزرگ می‌توان در یک لحظه میلیون‌ها تومان را نجات داد. اگر هنگام خرید خانه ۵۰ میلیون تومان کمتر هزینه کنید، دیگر نیازی ندارید برای کسب مجدد این مبلغ تلاش کنید. حالا به

چگونه؟ برای کاهش هزینه‌ها دو دیدگاه وجود دارد:

■ بیشتر نویسندگان حوزه‌ی مسائل مالی، به صرفه‌جویی در مقیاس کوچک مثل مصرف برق و تفریحات اشاره کرده‌اند. چنین مواردی، کوچک به نظر می‌رسند؛ ولی سریع و آسان نتیجه می‌دهند.

■ برخی صاحب‌نظران هم صرفه‌جویی در مقیاس‌های بزرگ‌تر مثل خرید خانه و ماشین را مطرح کرده‌اند. ایرادی که به این دیدگاه وارد است این است که موارد این چنینی به‌ندرت پیش می‌آیند.

ولی به عقیده‌ی من افراد زیرک هر دو روش را به کار می‌گیرند. در زندگی روزمره صرفه‌جویی را فراموش نمی‌کنند و خریدهای اقلام بزرگ را هم به‌دقت انجام می‌دهند.

■ صرفه‌جویی، مهم‌ترین بخش کنترل امور مالی شخصی

بهتر است به جای مثال‌های فرضی مثال‌هایی واقعی از زندگی خودم بزنم. زمانی که ۳۵ میلیون تومان بدهی بالا آورده بودم، از روش‌های زیر صرفه‌جویی می‌کردم:

■ کاهش مبلغ قبض موبایل و پس‌انداز سالانه ۱ میلیون و ۲۰۰ هزار تومان

■ فروش خط تلفن خانه و پس‌انداز سالانه ۸۲۰ هزار تومان

■ لغو اشتراک روزنامه‌ها و مجله‌ها و پس‌انداز سالانه ۱۴۰ هزار تومان و بسیاری از هزینه‌های کوچک دیگر. با همین تغییرات کوچک توانستم قرض‌هایم را پرداخت کنم. در جواب یکی از دوستانم که درباره‌ی پرداخت بدهی‌هایم پرسیده بود، گفتم



برای داشتن زندگی ایده آل خانه‌های ارزان‌تر در شهری با هزینه‌های زندگی پایین‌تر انتخاب کنید. شاید نقل مکان به خانه و شهری با سطح اقتصادی پایین‌تر معقول به نظر برسد؛ ولی آن‌قدرها هم راحت نیست. پس بهتر است در همان شهری که هستید خانه‌تان را فروخته و جایی کوچک‌تر بگیرید یا خانه‌های با اجاره‌بهای کمتر و متناسب با جیب‌تان را انتخاب کنید.

این فکر کنید که شما خانه‌ای خریدید با قیمت پایین‌تر از توانایی خود. هر مبلغی که شما آن را دارید؛ اما برای خرید مسکن اختصاص ندادید، می‌تواند به شما برای کسب درآمد جدید کمک کند. اگر بتوانید از ۵۰ میلیون تومانی که در اختیار دارید در سرمایه‌گذاری‌های مختلف سود ببرید، لذت بیشتری از خانه‌دار شدن خواهید برد.

■ صرفه‌جویی در مهم‌ترین هزینه‌های زندگی

■ هزینه‌های مسکن

هزینه‌های مربوط به مسکن، بزرگ‌ترین خرج در زندگی به حساب می‌آید. طبق آمار، هر خانواده ۴۰ درصد درآمدش را به پرداخت اقساط، اجاره‌بها، بیمه و قبوض خانه اختصاص می‌دهد.

این موضوع در مورد افرادی که در کلان‌شهرها زندگی می‌کنند، بیشتر صادق است و هزینه‌های حمل‌ونقل در سبد هزینه‌های خانواده، نقش قابل توجهی دارد. استفاده از اتومبیل شخصی راحت‌تر و شیک‌تر است؛ ولی اگر بتوانید کمتر برای اتومبیلتان هزینه کنید، پس‌انداز بیشتری خواهید داشت. اما چگونه؟

■ فقط در مواقع ضروری از اتومبیل‌تان استفاده کنید و جاهایی که می‌شود پیاده یا با دوچرخه بروید. این‌گونه سلامتی‌تان را هم تضمین می‌کنید. ■ از وسایل حمل‌ونقل عمومی استفاده کنید. هر وقت از وسایل نقلیه عمومی صحبت کردم با موجی از انتقادات مواجه شدم؛ ولی به‌جای تنبلی بهتر است به مزایای آن فکر کنیم.

■ برای کاهش سایر هزینه‌ها نسخه یکسانی وجود ندارد

هزینه‌های مسکن و رفت‌وآمد روی هم‌رفته نیمی از درآمد افراد را به خود اختصاص می‌دهند. راه‌هایی برای کاهش هزینه در این دو دسته گفته شد؛ ولی زندگی مخارج دیگری هم دارد. از آن جایی که افراد با هم تفاوت دارند و مخارجشان هم با هم فرق می‌کند، ارائه‌ی فرمولی کلی برای کاهش هزینه‌های این چینی کمی دشوار است.

به گفته‌ی یکی از دوستانم که به افرادی که خواهان بازنشستگی زودتر از موعد هستند، مشاوره می‌دهد: «راز رسیدن به استقلال مالی این است که صرف‌نظر از درآمدتان، هزینه‌های زندگی‌تان را پایین بیاورید. شاید این مدل زندگی دلخواه شما نباشد، ولی بهتر است آن را بپذیرید. بهترین راه برای کاهش هزینه‌ها صرفه‌جویی در خرید اقلام بزرگ است. اگر فقط به فکر صرفه‌جویی در مقیاس‌های کوچک باشید دیرتر به هدف‌تان می‌رسید.» همیشه علاوه بر اینکه به کاهش هزینه‌ها و مخارج فکر می‌کنید، به افزایش درآمد و راه‌های کسب درآمد جدید نیز فکر کرده و برای آن برنامه‌ریزی کنید.



اگر ثروت زیادی ندارید؛ ولی آرزویش را دارید، هیچ‌وقت خانه‌هایی که اقساط وامش در سال دو برابر بیشتر از کل هزینه‌هایی است که برای مسکن می‌کنید، نخرید. زندگی در خانه‌های ارزان‌تر هزینه‌های کمتر، مالیات کمتر و توان سرمایه‌گذاری بیشتری برای شما به همراه دارد. همچنین، زندگی در محله‌ی متوسط‌نشین، حس رقابت با همسایگان را در شما تحریک نمی‌کند.

■ حمل‌ونقل

پس از مسکن، بیشترین هزینه مربوط به حمل‌ونقل است. معمولاً افراد درصد زیادی از درآمدشان را صرف رفت‌وآمد که شامل بیمه، تعمیرات و تأمین سوخت اتومبیل شخصی یا هزینه‌های مربوط به حمل‌ونقل عمومی می‌شود، می‌کنند.



پروندهٔ ورشکستگی؛ والت دیزنی

سینما موجب شده مردم جهان با نماهایی از فرهنگ، قصه‌ها، افسانه‌ها و تاریخ مردمان دیگر نقاط جهان آشنا شوند. حالا تصور کنید که اگر بخشی از صنعت سینما وجود نداشت، حافظه تصویری و نوستالژی‌های ما چگونه بود. مثلاً اگر هیچ وقت شخصی به نام والتر الیاس دیزنی شرکت انیمیشن‌سازی‌اش را تأسیس نمی‌کرد. آن وقت شخصیت میکی‌موس وجود نداشت و انیمیشن‌هایی مثل «سفیدبرفی و هفت کوتوله»، «دیو و دلبر»، «زیبای خفته»، «پیتر پن»، «پینوکیو» و... هرگز خلق نمی‌شدند.

کارتون‌های دیزنی به بخشی از حافظهٔ مشترک جهانی تبدیل شده‌اند و دنیای کودکی چندین نسل را رنگارنگ کرده‌اند؛ اما ممکن بود هیچ وقت این دنیا به‌وجود نیاید، اگر والت دیزنی پس از ورشکستگی شرکت انیمیشن‌سازی Laugh-O-Gram Studio به‌کل دنیای انیمیشن را کنار می‌گذاشت.



■ دیزنی به دنیای انیمیشن‌سازی برگشت

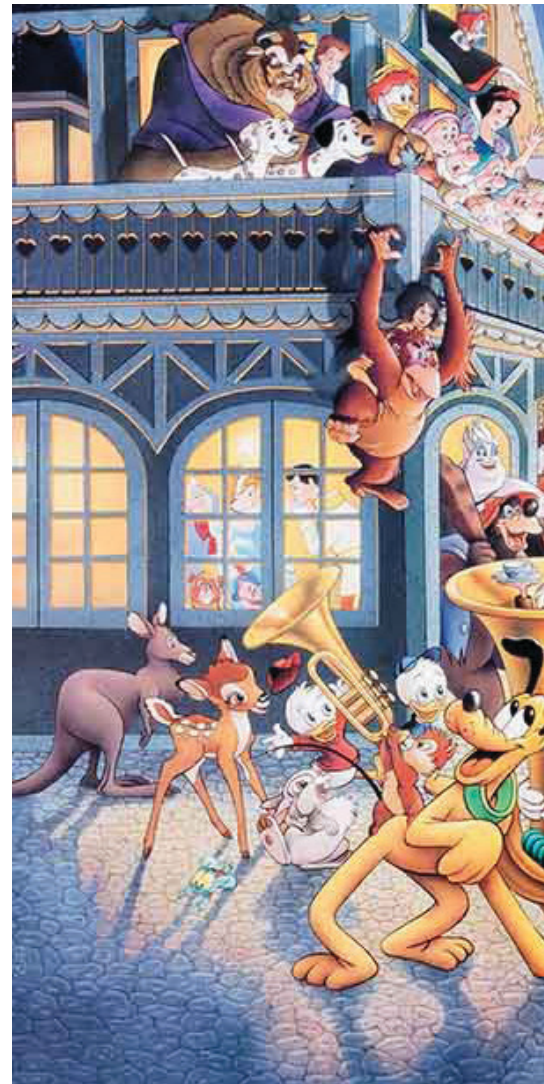
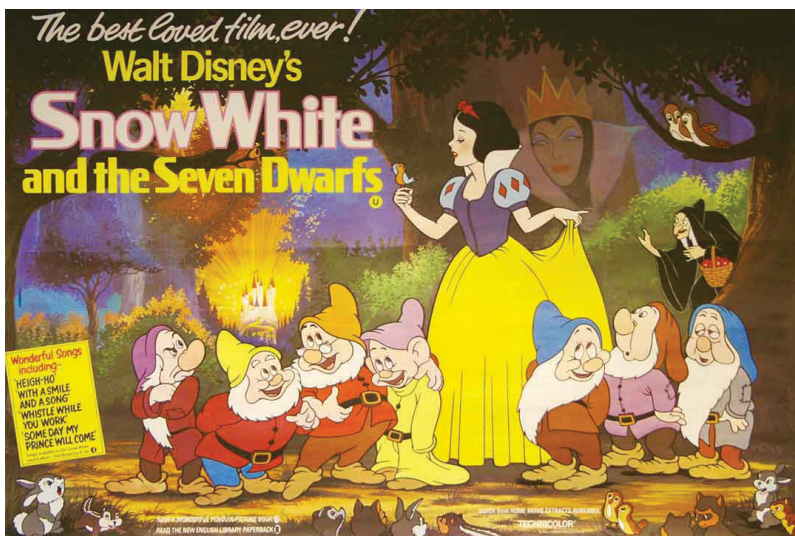
در سال ۱۹۲۳ والت دیزنی با قرض گرفتن از والدین و برادرش شرکت جدیدی تأسیس کرد. در سال ۱۹۲۸، میکی‌موس را به دنیا معرفی کرد؛ شخصیتی که شرکت دیزنی را به عرصه‌های بکری از موفقیت وارد کرد.

بعد از این موفقیت‌های اولیه، زمانی که مراحل تولید اولین انیمیشن بلند دیزنی طی می‌شد، شرکت دوباره به ورشکستگی نزدیک شد. هزینه ساخت این انیمیشن به رقم ۱.۵ میلیون دلار رسید که سه‌برابر هزینه پیش‌بینی شده بود. چیزی نمانده بود تا دنیای بزرگ انیمیشن‌های دیزنی پیش از ایجاد، نابود شود که اوضاع تغییر کرد. والت دیزنی از بانک درخواست وام کرد تا بتواند دستمزد کارکنان و هزینه‌های فیلم را بپردازد و با وام او موافقت شد.

نخستین انیمیشن سینمایی دیزنی، «سفیدبرفی و هفت کوتوله»، در سال ۱۹۳۷ اکران شد و بیش از ۶.۵ میلیارد دلار فروخت. این موفقیتی بی‌سابقه و درخشان بود که مسیر موفقیت‌های بعدی والت دیزنی را هموار کرد.

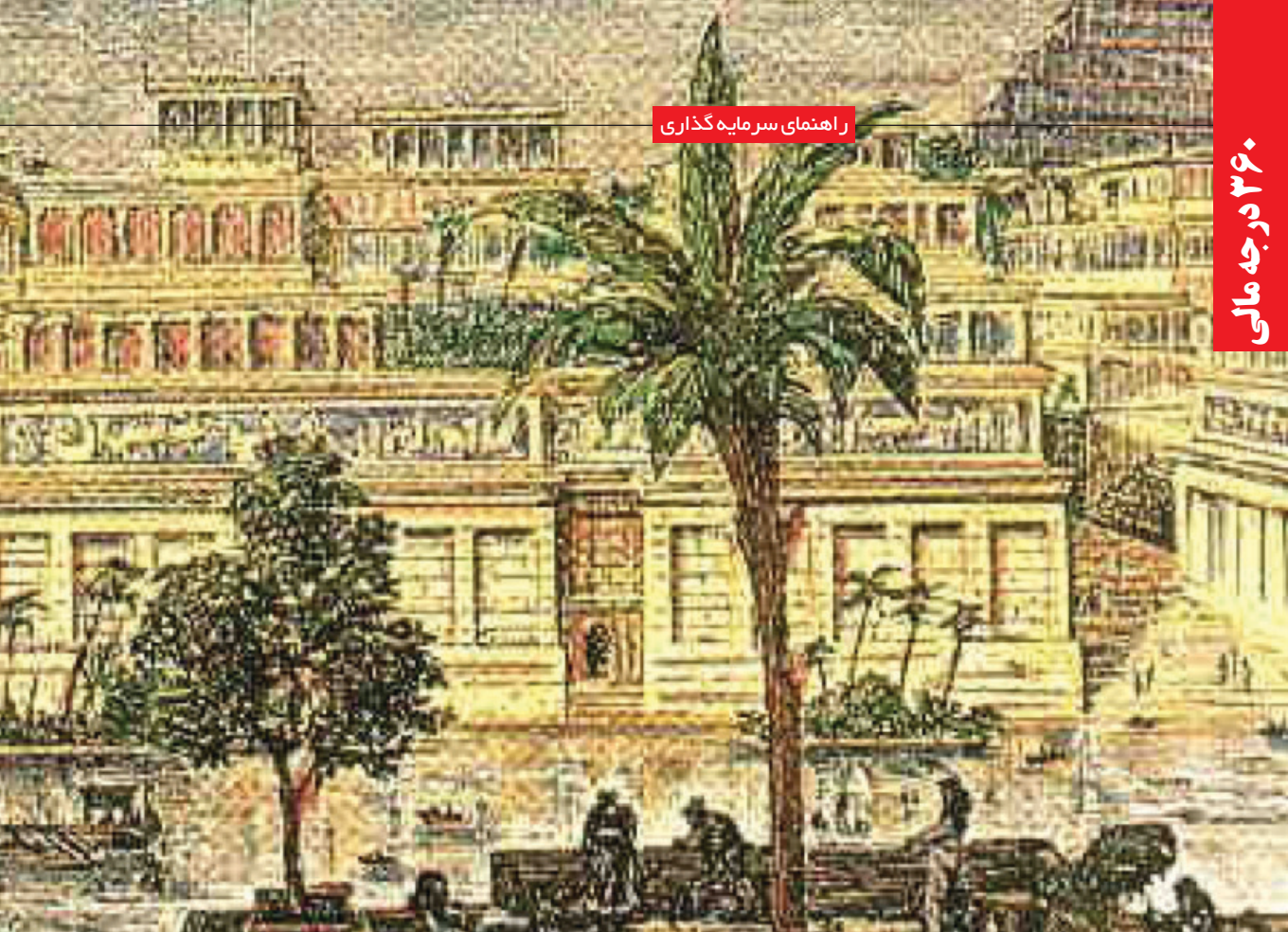
سفیدبرفی و هفت کوتوله موفق‌ترین فیلم متحرک سال و موفق‌ترین فیلم صوتی تا آن زمان شناخته شد. این دستاوردها باورنکردنی و خارق‌العاده بودند. فیلم‌های بعدی کمپانی والت دیزنی مثل فانتازیا و پینوکیو این دستاوردها را تکرار کردند و والت دیزنی را به جایگاهی رساندند که در زمان مرگش در سال ۱۹۶۶، ۵ میلیارد دلار درآمد داشت. تصور این رقم با ارزش دلار امروز اعجاب‌انگیز است.

امروز شرکت والت دیزنی یکی از بزرگ‌ترین شرکت‌های رسانه‌ای و سرگرمی جهان است و قسمت عمده‌ای از دنیای انیمیشن‌سازی کنونی زیرمجموعه آن است. بی‌شک هیچ کدام از این موفقیت‌ها می‌توانستند وجود نداشته باشند، اگر والتر ایلاس دیزنی در مقابل مشکلات مالی مقاومت نمی‌کرد و جسارت به خرج نمی‌داد.



■ چه شد که والت دیزنی ورشکسته شد؟

والتر ایلاس دیزنی در سال ۱۹۰۱ به دنیا آمد. او از کودکی به طراحی علاقه داشت و اولین بار وقتی طرحی از اسب همسایه‌شان کشید، از علاقه‌اش درآمد به دست آورد. او در این مسیر تا آن‌جا پیش رفت که مشهورترین آثار انیمیشن کوتاه و بلند کودکان را در قرن بیست، تولید کرد، ده‌ها جایزه برد و ثروتی باورنکردنی کسب کرد. والت دیزنی در سال ۱۹۲۰، اولین شرکت انیمیشن‌سازی‌اش را به نام Laugh-O-Gram Studio راه انداخت. هدف او جان بخشیدن به افسانه‌های کهن بود. برای استودیوی او یک پشتیبان مالی پیدا شد و دیزنی توانست با خیال راحت چند انیماتور استخدام کرده و کارش را شروع کند؛ اما خیلی زود شرکت پشتیبان ورشکسته شد. والت دیزنی نمی‌توانست از پس حقوق انیماتورها و بدهی‌های شرکت بر بیاید، به همین علت اعلام ورشکستگی کرد.



هفت راهکار «ثروتمندترین مرد بابل» برای رهایی از مشکلات مالی

در مسیر سرمایه‌دار شدن حرکت کنید. در ادامه داستان، آرکاد می‌پذیرد که در وهله اول به یک‌صد نفر از مردم شهر بابل آموزش دهد، تا آن‌ها هم دانش او را به دیگران منتقل کنند. آرکاد در اولین جلسه کلاس به مردم می‌گوید: «من مردی فقیر بودم با آرزویی بزرگ؛ و امروز می‌بینید که به آرزوها و اهداف خود رسیده‌ام. از آن‌جا که پادشاه به من امر کرده، رمز و راز موفقیت خودم را با شما در میان خواهم گذاشت». آرکاد از «قوانین هفت‌گانه» خود برای موفقیت در زمینه مسائل مالی می‌گوید و قرار بر آن می‌شود که طی هفت روز این قوانین را به مردم بیاموزد؛ تا آن‌ها هم ضمن تجربه این راهکارها، بتوانند به ثروت و دولت برسند. آرکاد می‌گوید: «من اولین قدم برای رسیدن به منبع ثروت را به شما خواهم آموخت، ولی اگر نتوانید پای خود را بر اولین پله محکم کنید، نخواهید توانست از نردبان موفقیت بالا بروید».

و از گردش بین مردم بازمانده‌است. هم‌اندیشی‌های پادشاه و وزیر اعظم به این‌جا می‌رسد که همه مردم راه و چاه کسب ثروت را بلد نیستند و از همین رو تعداد معدودی از افراد توانسته‌اند طلاهای شهر را تصاحب کنند. پادشاه از وزیر می‌پرسد که چرا مردم راز و رمز ثروت‌اندوزی را یاد نمی‌گیرند، و وزیر در پاسخ از ممکن بودن این امر می‌گوید. آن‌ها تصمیم می‌گیرند از ثروتمندترین مرد بابل کمک بگیرند. آرکاد به محضر پادشاه دعوت می‌شود و قبول می‌کند که به‌عنوان معلم، مردم شهر بابل را آموزش بدهد. پادشاه از آرکاد می‌پرسد چگونه به این مقام رسیده‌ای؟ و آرکاد از اولین قدم برای کسب ثروت می‌گوید: «در آغاز به‌جز آرزو و هوس، چیزی نداشتیم». ما نیز تا این‌جا یاد گرفته‌ایم که مرحله اول ثروت‌مند شدن «خواستن» است. شما تا انگیزه کافی را در خود ایجاد نکرده و اهدافتان را مشخص نکنید، نمی‌توانید

پیش‌تر در شماره تیرماه، با شخصیت آرکاد، ثروتمندترین مرد بابل، آشنا شدیم و خواندیم که او چگونه توانست خود را از یک شهروند معمولی به سرمایه‌داری بزرگ تبدیل کند. در ادامه داستان جذاب و آموزنده دیگری از آرکاد خواهیم خواند.

سارگون، پادشاه خوب شهر بابل، پیروزمنده از نبرد به‌خانه بازگشته‌است. او به محض ورود با معضل جدیدی مواجه می‌شود. مردم شهر بابل علی‌رغم همه امکاناتی که پادشاه در گذشته برای آن‌ها فراهم کرده، دیگر قادر به تامین هزینه‌های زندگی خود نیستند. وزیر اعظم سارگون این مطلب را با او در میان گذاشته و از وضعیت بیکاری و رکود بازار صحبت می‌کند. سارگون درگیر این پرسش می‌شود که پس آن همه طلا که خرج آبادانی این شهر شده، کجا رفته است؟ آن‌ها متوجه می‌شوند که همه ثروت شهر در دست تعداد اندکی سرمایه‌دار افتاده



درآمد فرد بالاتر می‌رود، آرزوهای او نیز بزرگ‌تر شده و باعث می‌شوند که او نتواند درآمد خود را به مرحله پس‌انداز برساند. راه‌کار رهایی از این مسئله، اندیشیدن به سبک زندگی و تغییر عادت‌هاست؛ شاید آن چیزی که شما به‌عنوان هزینه ضروری برای خود مشخص کرده‌اید، چندان هم تاثیری در مسیر زندگی‌تان نداشته باشد و بتوان آن را حذف کرده و یا کاهش داد. آرکاد در این‌جا از شاگردانش می‌خواهد که خواسته‌ها و آرزوهایشان را بنویسند و بیش از پیش درباره آن‌ها فکر کنند تا بتوانند هزینه‌های واقعا ضروری زندگی را مشخص کرده و بقیه را حذف کنند. آرکاد می‌گوید: «مخارج ضروری زندگی‌تان را بودجه‌بندی کنید و هرگز از آن یک‌دهم پس‌انداز برای تامین هزینه‌ها استفاده نکنید.»

در این لحظه سوالی برای یکی از شاگردان جوان پیش می‌آید: چرا انسان باید از نعمت‌های زندگی چشم‌پوشی کرده و با بودجه‌بندی درآمد، خود را از آن‌ها محروم کند؟ آرکاد در پاسخ به این سوال می‌گوید: «هدف از تنظیم بودجه آن است که کیسه شما پُرپول‌تر شود و بتوانید ضمن برآوردن نیازهای ضروری، به آرزوهایتان نیز برسید. بودجه برای آن است که شما مهم‌ترین خواسته‌های خود را شناخته و در دام اهداف و آرزوهای کم‌اثر زودگذر و بی‌نتیجه در زندگی نیفتید. این‌گونه است که شما خواهید توانست به هدف‌های ارزشمندتر خود برسید.»

آرکاد کلاس دوم را با این نکته تمام می‌کند: «مطابق بودجه خود خرج کنید تا پول کافی برای تامین نیازهای ضروری و لذت‌ها و خواسته‌های ارزشمندتان داشته باشید؛ بدون آن که مجبور شوید بیش از نُه‌دهم درآمد خود را خرج کنید.»

■ راه‌کار سوم: اندوخته خود را چندبرابر کنید.

جلسه سوم با این جملات آرکاد آغاز می‌شود: «مراقب رشد اندوخته خود باشید. مخارج خود را تنظیم کنید تا پس‌اندازتان بتواند به رشد خود ادامه بدهد. در قدم بعدی باید راهی بیابید که اندوخته‌تان را به محل کسب درآمد تبدیل کنید؛ تا پس‌اندازتان به خدمت شما درآمده و برای شما کار کند. اندوخته شما تنها برای آغاز کار است؛ و این درآمد اندوخته‌تان است که شما را ثروتمند خواهد کرد.»

آرکاد در ادامه از تجربه ناموفق خود در

■ اولین راه‌کار: پُر کردن کیسه خود را آغاز کنید.

اولین روز کلاس، آرکاد از شاگردان خود کسب‌وکار و پیشه‌شان را می‌پرسد. سپس به آن‌ها می‌گوید: «شاگردان من! اکنون متوجه شدید که بسیاری از مشاغل بازرگانی و حرفه‌ای وجود دارد که انسان می‌تواند از طریق آن پول به‌دست بیاورد. هر یک از این راه‌ها، مانند رودخانه‌ای از طلاست که شما در نتیجه‌ی تلاش و زحمت خود، آن را به سوی کیسه‌تان سرازیر می‌کنید. پس جریانی دائمی از رودخانه وارد کیسه شما می‌شود؛ و میزان مهارت و توانایی‌هایتان است که حجم آن را مشخص می‌کند. در این‌جا عاقلانه‌ترین تصمیم آن است که کار خود را با منبع درآمد فعلی‌تان شروع کنید.»

در این قسمت از کلاس، آرکاد به کیسه‌های خالی شاگردانش اشاره کرده و نخستین راه‌کار خودش را بیان می‌کند: «از هر ده سکه‌ای که وارد کیسه شما می‌شود، فقط نه سکه را خرج کنید؛ آن کیسه به‌زودی ضخامت بیش‌تری پیدا می‌کند و هنگامی که آن را در دست می‌گیرید، از سنگینی‌اش لذت برده و رضایت روحی پیدا می‌کنید.»

آرکاد از سادگی این روش گفته و این نکته را گوشزد می‌کند که شاگردانش نباید این راه‌کار را شوخی بگیرند. این همان روشی است که خود او توانسته با کمک گرفتن از آن به ثروت‌مندترین مرد بابل تبدیل شود. نکته دیگری که آرکاد مطرح می‌کند این است: کاهش دادن هزینه‌ها از ۱۰ به ۹ سکه، تغییر محسوس در سبک زندگی انسان ایجاد نمی‌کند و چندان به چشم نمی‌آید؛ پس کار سختی نخواهد بود. و دیگر این که هرچه درآمد فرد افزایش بیابد، روند پُر شدن کیسه نیز سرعت خواهد گرفت؛ و به‌زودی همه خواهند توانست از زیاد شدن اندوخته‌شان لذت ببرند.

آرکاد با این نکته جلسه اول را به پایان می‌برد: افراد پول خود را به دو طریق خرج می‌کنند؛ یکی برای اهداف و خواسته‌های زودگذر، و دیگری برای سرمایه‌گذاری و کارهایی که تولید درآمد می‌کنند.

■ راه‌کار دوم: مخارج خود را تنظیم کنید.

در جلسه دوم آرکاد از امیال و آرزوهایی می‌گوید که کار پس‌انداز را برای انسان سخت می‌کنند. همین مسئله است که باعث می‌شود افراد با درآمدهای متفاوت و هزینه‌های ضروری زندگی نامساوی، کیسه‌شان به یک اندازه خالی باشد. این موضوع از اشتباه گرفتن هزینه‌های ضروری زندگی با خواسته‌های سطحی انسان نشات می‌گیرد. هر چه سطح



سرمایه گذاری و اعتماد به افراد ناآگاه می گوید و سپس داستان اولین سرمایه گذاری سودآورش را تعریف می کند. داستان از این قرار بود که او سرمایه اش را در اختیار فردی به نام آگار قرار داد تا با آن به تجارت پرداخته و آرکاد را در سود خود شریک کند. آرکاد هر بار سود سرمایه اش را دوباره در اختیار آگار می گذاشت تا به اصل سرمایه اش افزوده شود. این کار باعث می شد نه تنها سرمایه اش بیش تر شود، بلکه هر بار سود دریافتی او نیز افزایش می یافت و در نتیجه همه آن درآمدها به کیسه اش برمی گشت. آرکاد به شاگردانش می گوید: «ثروت انسان سکه هایی نیست که در کیسه دارد، بلکه میزان درآمد او و جریان مداوم طلائی است که به کیسه اش می ریزد و باعث می شود که آن کیسه همیشه پر باشد.» مطالبی که آرکاد در این جلسه برای اهالی شهر بابل بیان می کند، بیان ساده ای است از چیزی که ما آن را با عنوان «درآمد غیرفعال» می شناسیم. همان نکته ای که آرکاد به شاگردانش نیز می گوید: «درآمدی که همیشه ادامه داشته باشد؛ خواه کار کنید و خواه در سفر باشید.»

آرکاد سومین نکته را نیز با آن ها در میان می گذارد: «هر یک از سکه های موجودی خود را به کار اندازید تا تولید مثل کند! هم چنان که گله های گاو و گوسفند نیز تکثیر می شوند، و در نتیجه درآمدها افزایش یابد و جریان مداومی از طلا به کیسه تان سرازیر شود.»

■ راهکار چهارم: از اندوخته تان محافظت کنید

جلسه چهارم آغاز شده و آرکاد با شاگردانش می گوید: «طلائی که در کیسه انسان است باید با دقت محافظت شود، و گرنه از دست می رود.»

او در ادامه چند نکته اساسی برای محافظت از سرمایه بیان می کند:

- اگر نگرانی از مقادیر کم را یاد بگیرید، در آینده خواهید توانست از سرمایه بزرگ تان

محافظت کنید.

- اولین اصل سرمایه گذاری صحیح این است: اصل سرمایه باید محفوظ بماند.

- طمع درآمد بیش تر نباید شما را در دام به خطر انداختن سرمایه گرفتار کند.

- پیش از سرمایه گذاری مطالعه کرده و خطرات احتمالی آن نوع از سرمایه گذاری را بشناسید.

- با وسوسه ثروت مند شدن سریع، خود را همراه و اسیر خیالات واهی نکنید.

- اگر می خواهید به کسی وام بدهید، ابتدا توانایی او را در بازپرداخت قرض بسنجید.

- مشاوره گرفتن از افراد آگاه و باتجربه شما را از دام سرمایه گذاری غلط دور خواهد کرد.

آرکاد در ادامه جزئیات اولین سرمایه گذاری اشتباه خود را بازگو می کند؛ او پس انداز یک ساله خود را در اختیار آجرپزی به نام آرمور قرار می دهد تا از فنیقیه جواهرات کم یاب بخرد. اما آرمور از فروشندگان آن سرزمین فریب خورده و به جای جواهر،



■ راهکار پنجم: در زمینه مسکن سرمایه‌گذاری کنید

این نکته در کلاس‌های قبلی مطرح شد که هر کسی می‌تواند با نُه‌دهم درآمدش به خوبی زندگی کند. حالا اگر آن فرد بتواند - بدون لطمه به زندگی خود و خانواده‌اش - بخشی از آن نُه‌دهم را در کار سودآوری سرمایه‌گذاری کند، خیلی سریع‌تر خواهد توانست اندوخته‌اش را افزایش بدهد. آرکاد با اشاره به این نکته، از اهمیت مسکن و خانه مناسب برای زندگی خانوادگی با شاگردانش صحبت می‌کند. البته توجه به این مطلب خالی از لطف نیست: آرکاد با توجه به شرایط زمان خود، شاگردانش را به خرید خانه توصیه می‌کرد. انسان امروزی با تحقیق درباره شرایط اقتصادی، شرایط محیطی و مقایسه درآمد خود با نرخ خرید یا رهن مسکن می‌تواند بهترین تصمیم مناسب با عصر حاضر را بگیرد. بی‌شک مشورت با افراد آگاه در زمینه مسکن و متخصصین امور مالی می‌تواند فرد را در گرفتن مناسب‌ترین تصمیم یاری کند.

پنجمین جلسه از کلاس آرکاد برای اهالی شهر بابل با این جمله به پایان می‌رسد: «خانه‌ای برای خود داشته باشید.»

■ راهکار ششم: به فکر تامین آینده خود باشید

آرکاد به شاگردانش می‌گوید: «یکی از مسائل مهم این است که انسان درآمد مناسبی برای روزهای آینده خویش تدارک ببیند و به فکر روزگار پیری خود باشد. هم‌چنین برای تامین آتیه و راحتی خانواده‌اش نیز چاره‌ای ببیند؛ چرا که همیشه در کنار آن‌ها نخواهد بود.» منظور آرکاد از بیان این جملات، پرداختن به اهمیت بیمه عمر و تامین آینده بود. او معتقد بود که به‌هرحال هر انسانی روزی به جایی خواهد رسید که دیگر قادر نیست همانند روزهای گذشته درآمد کسب کند، و اگر از قبل برای چنین روزهایی برنامه‌ریزی نداشته باشد، ممکن است زندگی خود و خانواده‌اش را تباه کند. هر فرد در مسیر کسب ثروت، باید نگاهی هم به آینده داشته باشد و با سرمایه‌گذاری‌های موثر و سودآور آسودگی آتیه خویش را تضمین کند. داشتن شغل پردرآمد و سرمایه‌گذاری‌های سودآور نمی‌تواند انسان را از بیمه کردن آینده بی‌نیاز کند. پس شایسته است که انسان زمان مناسبی را به اندیشیدن درباره راه‌های تامین آتیه و سرمایه‌گذاری‌های عمر اختصاص داده و با قدرت هر چه تمام‌تر با آینده و زندگی در بازنشستگی روبه‌رو شود.

جلسه ششم نیز با این جمله طلایی از آرکاد تمام می‌شود:

«برای دوران پیری خود و هم‌چنین تامین آتیه خانواده‌تان، پیشاپیش تدبیری ببینید.»

■ راهکار هفتم: توانایی خود را برای کسب درآمد افزایش دهید

آخرین جلسه کلاس با یکی از حیاتی‌ترین راه‌کارهای آرکاد برای رهایی از مشکلات مالی آغاز می‌شود. آرکاد از شاگردانش می‌خواهد که پول و طلا را فراموش کرده و لحظه‌ای به خود ببینند؛ به چیزهایی که در ذهن و زندگی‌شان هست و باعث موفقیت آن‌ها در این مسیر می‌شود. او می‌گوید: «ما باید خواهان پیشرفت باشیم، و این میل باید در ما نیرومند و قاطع باشد.» مسئله‌ای که آرکاد به آن اشاره می‌کند، همان «تعهد ذهنی» است که امروزه به‌عنوان یکی از ابتدایی‌ترین قدم‌ها برای اندوختن ثروت مطرح می‌شود. آرکاد از شاگردانش می‌خواهد که اهداف‌شان را ملموس کنند و به‌جای آرزوی «ثروت‌مند شدن» برای خود اهداف مشخص‌تر و قابل دسترسی‌تری تعریف کنند. انسان باید ابتدا خواسته‌های کوچک خود را تامین کند و سپس از تجربیات و راه‌کارهایی که یاد گرفته، برای رسیدن به اهداف بزرگ‌تر خویش استفاده کند. خواسته‌ها باید ساده و مشخص باشند. اگر انسان گرفتار تعدد خواسته‌ها و پیچیدگی آن‌ها شود، ممکن است از هدف اصلی دور بماند. هر فرد باید تلاش کند تا در کار خود به سطوح بالاتری رسیده و توانایی خود را برای کسب درآمد افزایش بدهد. هر چقدر که دانش و مهارت‌های فرد افزایش بیابد، درآمد او نیز بیش‌تر از پیش خواهد شد.

آرکاد سخنان خود را با هفتمین و آخرین راه‌کار ادامه می‌دهد:

«توانایی‌های خود را پرورش دهید، مطالعه کنید و بر عقل و دانایی خود بیفزایید. مهارت‌های خود را افزایش دهید و به شخصیت خود احترام بگذارید.»

در پایان آرکاد شاگردانش را به تفکر در این آموزه‌ها و اجرایی کردن آن‌ها دعوت می‌کند و از آن‌ها می‌خواهد این آموزه‌ها را با دیگر مردم شهر نیز در میان بگذارند تا همه بتوانند از موهبت‌های شهر بزرگ بابل بهره‌مند شده و در رفاه و خوش‌بختی زندگی کنند.



استراتژی‌های پس‌انداز از زبان کودکان

ضعیف‌تر هم شده است. برخی کارشناسان توصیه می‌کنند باید از سه سالگی آموزش مفاهیم ساده مالی را به کودکان را آغاز کرد. درک بهتر از موضوع پول به رفتار صحیح‌تر با پول در دوران بزرگسالی منجر خواهد شد. برای دیدن این ویدیو، کد کیوآر زیر را اسکن کنید و وارد سایت شوید.

فکر می‌کنید بچه‌ها درباره پس‌انداز چه می‌دانند یا چه درکی از بزرگی مقدارهای مختلف پول دارند؟ در این ویدیو، کودکان به چند سؤال ساده درباره پس‌انداز پاسخ می‌دهند. درک کودکان امروزی از پول به‌خاطر ندیدن پول و انجام‌شدن تمام دادوستدها با کارت بانکی نسبت به نسل‌های قبل



Max
AGE 6



**ثروتمندان تلویزیون‌های کوچک و کتابخانه‌های
بزرگ دارند ولی مردم فقیر کتابخانه‌های کوچک و
تلویزیون‌های بزرگ دارند**






ALAFKHERS
www.alafkhers.com

موسسه فرهنگی دیجیتال
راهنمای اندیشه هدفمند (راه)
شماره ثبت ۳۹۲۶۵

پول روی درخت دانش می‌روید