

پنج شنبه‌های هر هفته،
با «فر فره» و «جوانه»

صحناتی ویژه
کودکان
و نوجوانان خلاق
صفحات ۸ و ۹

یک روان شناس پاسخ می دهد و تحلیل می کند:

پول مهم است، اما در نهایت خوشبختی را باید در درون مان جست و جو کنیم

پس از شنیدن پاسخ های مختلف شهروندان، تصمیم گرفتیم این سوال را با یک روان شناس هم در میان بگذاریم و پاسخ ایشان و تحلیل بقیه پاسخ ها را از منظر روان شناختی بشنویم. «تینا امیری» کارشناس ارشد روان شناسی از دانشگاه علوم پزشکی ایران، توضیحات قابل تاملی در این باره می دهد.

● **میزان پول و دارایی مان چه ارتباطی با حس رضایتمندی مان دارد؟**
امیری، به عنوان اولین قدم، تبیین می کند که همه ما آدم ها برای تجربه حس رضایت و خوشبختی در زندگی، نیاز به تأمین یک سری نیازهای اولیه و ابتدایی داریم که لازم ه اش داشتن پول است. او معتقد است: «نظریه ای که می توانیم این جابه آن استناد کنیم، نظریه ماز لوان است که سطوح مختلف نیازهای انسان را بر س می کند و اولین سطحش نیازهای معیشتی مثل شغلی یا آب و سر، غذایی برای خوردن و آب ی برای آشامیدن است و بالاترین سطحش خودشکوفایی. پس برای انسان در چند سطح نیازهای مختلفی تعریف می شود که برای تأمین ابتدایی ترین هایش، نیاز به پول داریم. نیازهای سطح بالاتر، بعد از رفع شدن نیازهای ابتدایی است که مطرح می شوند و احساس رضایت خاطر و خوشبختی واقعی را به وجود می آورند. پس وقتی از آدمی که شرایط اقتصادی اش به شکلی نیست تا بتواند نیازهای اولیه اش را پاسخ بدهد، سوالی در باره احساس خوشبختی بپرسید، طبیعتا این آدم می گوید در اولین قدم نیاز به پول دارم.»

● **گاهی امتناع از تصور پولدار شدن، نه از سر عزت نفس بلکه نوعی انکار است امیری، به ادامه به کسان ی اشاره می کند که حتی تصور داشتن پول زیاد پولدار شدن را پس می زنند و می گوید: «گاهی این رفتار از سر عزت نفس است و شخص، در حالی که نیاز به پول دارد، با بزر گواری این نیاز را به روی ماو خودش نمی آورد. گاهی هم شخصی وضع مالی اش خوب نیست، اصرار دارد که من بدون پول هم احساس خوشبختی می کنم که این جا به نظر می رسد با یک مکانیزم دفاعی ذهنی در برابر مسئله روبرویم. در این شرایط وقتی موضوعی شخص را مضطرب می کند، تصمیم می گیر د آن را انکار کنند. در واقع فرد در حالی که می گوید نداشته هایم بر ا هم نیست، اتفاقا برایش خیلی مهم است. نکته مهم دیگر در نادریده گرفتن عمدی نیازهای مادی، بحث ارزش هاست. خیلی وقت ها از همان دوران کودکی به آدم هایم گویند علاقه به پول و تأمین نیازهای مادی، تمایل مبتذل و پستی است و مثلا این باعث می شود افراد همیشه دید گاهی منفی به پول یا لذت جویی های مادی داشته باشند. اما واقعیت این است که نیاز به پول، یک نیاز غیر قابل انکار است که نباید از آن خجالت بکشیم و انکارش کنیم.»**

● **نیازهای بیرونی تمامی ندار د؛ باید به رضایتمندی درونی برسیم**
امیری در پایان و در تحلیل پاسخ های مختلف شهروندان در باره میزان پولی که نیاز دارند، معتقد است: «در باره این که رقم و میزان پول مدنظر افرادی که با شما حرف زده اند متفاوت است، باید بگوییم که سبک زندگی می تواند هم در متفاوت بودن نگاه و رویا و توقع مادی آدم ها موثر باشد و هم تعریفشان از خوشبختی. این را هم باید در نظر بگیریم که افراد سطوح مختلفی از خواسته های ارضا نشده دار ند. چون ما همه موجودات هوشمندی هستیم که ویژگی های شخصیتی و تجربه های زیستی متفاوت داریم و این تأثیر می گذارد بر رقم مدنظر خیالی مان. مثلا اگر با یک آدم ایده آل کار طرف باشیم، مدام نشقه های جدیدی برای خودش می سازد و خواسته هایش تمامی ندارد. اما گاهی با شخصی طرفیم که آن قدر موضوع تأمین کردن اجاره منزل ذهنش را مشغول کرده که آن نیاز برایش پررنگ شده و فکر می کند با داشتن آن به سطح بالایی از خوشبختی رسیده است؛ اما مسلما همین آدم اگر نیازش تأمین شود، آن زمان نیازهای جدیدی برایش تعریف می شود. این جاست که با وجود همه این ها، به این نقطه می رسیم که تأمین نیازهای مادی به جای خود، ولی باید خوشبختی و رضایتمندی را در درون جست و جو کرد. ما در هر مرحله ای وقتی به سطحی از نیازهای بیرونی پاسخ بدهیم، بایک نیاز تازه روبرو می شویم و این چرخه می تواند تا ابد ادامه داشته باشد، مگر این که با علم به همه این ها، به یک رضایت رونی برسیم.»

تصور کنید می توانید هر چقدر بخواهید، پول داشته باشید: با چقدر احساس رضایت و خوشبختی دار ید؟

قیمت خوشبختی ات چقدر است؟

محمد علی محمد پور | روزنامه نگار

پرونده

شاید این روز ها شرایط مالی خیلی از ما، رضایت بخش نباشد. گاهی در طول روز چندین بار با خود مان حساب و کتاب می کنیم و هر بار به این نتیجه می رسیم که دخل و خرج مان چندان با هم نمی خواند. شاید شما هم گاهی با خود تان خیال پردازی کر دید که «اگر فلان مبلغ پول داشتم، الان وضع بهتر بود و احساس خوشبختی بیشتری می کردم!». و این جور وقت ها می نشینید چر تکه می انداز ید که با این مبلغ خیالی، چه تغییراتی می توانستید در زندگی کنونی تان به وجود آور ید، چه کار های نکرده ای را انجام می دادید، چه نداشته های ی را تهیه می کر دید و به چه آرزوهای جامه عمل می پوشانید. ولی واقعاً این روز ها، آدم های معمولی دور و بر مان در کوچ و خیابان، با چه مقدار پول احساس خوشبختی دار ند؟ این پول را صرف انجام چه کاری می کنند؟ و اصلا از تباط میزان پول و دارایی با احساس خوشبختی و رضایتمندی چیست؟ برای دانستن پاسخ این سوالات، به سراغ شهروندان رفتم؛ بعضی از پاسخ ها معمولی و قابل پیش بینی بود و بعضی هم غیر منتظره ه جالب. در ادامه، یک روان شناس به تحلیل رابطه میزان پول و احساس خوشبختی می پر داز د که خواندنی و قابل تأمل است.

یک کسب وکار راه می انداز م

حمیدرضا جوانی ۲۲ ساله است و با خورشویی حاضر به مصاحبه می شود. از شغلش می پر سم، اظهار می کند: مهندس صنایع غذایی است و در کار پخش و فروش مواد غذایی مشغول به کار است. او در پاسخ به سوال مام ی گوید: با مقدار پولی که هم اکنون دارم و اتفاقا زیاد هم نیست، احساس خوشبختی می کنم و ا ادامه می دهد: «هر کسی باید حرفه مدنظر خودش را پیدا کند و پس از آن ببیند که نیاز به چه مقدار سرمایه برای راه اندازی و پیشبرد این پول دار د، و بعد تا کید می کند: «ما باید با پول مان کار کنیم و نباید صرفا پولی ذخیره داشته باشیم و آن را خرج کنیم.»



صندلی دانشگاه می خرم!

مهدی ۱۸ سال دارد و دختری پراثرژی به نظر می رسد. درباره مشغولیت این روز هایش کوتاه می گوید: «بیکار هستم». سپس با تأکید می گوید، علاقه مند ورود به دانشگاه است اما تا کنون موفق نشده است. او در پاسخ به سوال مان هم آرزویش را رفتن به دانشگاه اظهار می کند و می گوید: «من دوست دارم حداقل یک میلیارد تومان داشته باشم. آن وقت با آن یک صندلی توی دانشگاه معتبر مور د علاقه ام بخرم و در رشته روان شناسی یا دندان پزشکی ادامه تحصیل بدهم.»



هر چه پول داشته باشم، کم است

امید، کوله ای بر دوش و هندز فری در گوش دارد. به نظر می رسد از مدرسه بر می گردد. ۱۷ سال دارد و در پاسخ سوال می گوید: «فکر می کنم هر چقدر هم پول داشته باشم کم است. اما مثلا سه میلیارد تومان فکر کنم خوب باشد. با آن می توانم خانه ای شیک و خودرویی لوکس بخرم و سر و وضع مرتبی داشته باشم و احساس خوشحالی و خوشبختی کنم.»



باید فکرت آز اد و خیالت راحت باشد

بهروز ۳۰ ساله است و خودش را نمایشگاه دار خودرو معرفی می کند. وی در پاسخ سوال می گوید: «میزان پول اصلا برای من موضوعیت ندار د. همین که فکرم آزاد و راحت باشد و با درآمد معمولی خودم، خرج زندگی ام را به شکل آبرومندی در آورم بر ایم کافی است». او می افزاید: «اصلا همین که بدانم با درآمد معمولی ام، ارزش پولم کم نمی شود برای من کافی است. متاسفانه این روز ها آن قدر مشکلات اقتصادی جامعه زیاد شده که مدام فکر مان مشغول گذران زندگی روز مره است و فقط به فکر زنده بودن هستیم. ضمنا به دلیل مشکلات مالی، اعتمادا هم از بین رفته و این باعث می شود تمرکز کافی برای زندگی خوب وجود نداشته باشد.»



همین قدر که محتاج نامرد نشوم

مرتضی روی موتورش کنار خیابان نشسته است. به گفته خودش پیک موتوری است و ۲۳ سال سن دارد. او در پاسخ به سوال مام کی فکر می کند و بعد می گوید: «دنبال پول زیادی نیستم. همین قدر پول می خواهم که محتاج نامرد نشوم. برای من ماهانه دو میلیون کافی است و می توانم با آن زندگی راضی کنند ای داشته باشم». او در پاسخ به سوال ما که پرسیدیم باین دو میلیون تومان چقدر کار خور می کر د؟ می گوید: «قسط هایم را می دهم و مخارج روزانه ام را تأمین می کنم. همین.»



فقط دنبال یک زندگی معمولی هستم

۶۳ سال سن دارد و خودش را فرهنگی باز نشسته معرفی می کند. انگار حرف های نگفته زیادی دارد و دنبال تربیونی است تا از خودش وضع زندگی اش بگوید. وقتی سوال ما را می شنود، لیختن تلخی می زند و می گوید: «با شرایط این روز ها، که شب می خوابیم و صبح بیدار می شویم و می بینیم قیمت ها تغییر کرده، پول تبدیل به مسئله مهم و تعیین کننده ای شده است. من کارمند باز نشسته هستم، فقط دنبال یک زندگی معمولی ام اما همان پیش می رود و اتفاق می افتد.»



نداشتن پول یک فکر می آورد

داشتنش هزار فکر

جلیل مردی حدود ۵۰ ساله و شغلش اد می اف کار است. او می گوید: «این روز ها آن قدر مخارج بالاست که واقعا نمی شود مبلغ دقیقی داد. اما معتقدم مقدار کم پول هم می تواند آدم ها را خوشبخت کند» او در پاسخ به این که با پولی که برای خوشبختی ات کافی می دانی چه کار هایی خواهی کر د؟ پاسخ می دهد: «با شرایط امروز نمی توان واقعا تصمیم روشنی برای استفاده از پول گرفت. وقتی پول نیست یک فکر داریم و وقتی پول بیشتر داریم، هزار فکر جدید دیگر!»



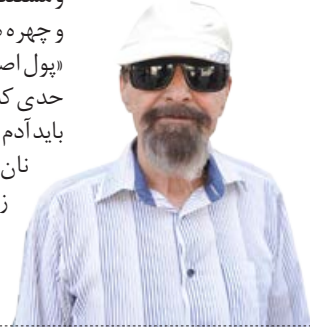
هنوز نمی دانم پول را حل است یا مشکل؟

مجید حدود ۵۷ سال سن دارد و شغلش را تولیدی پوشاک معرفی می کند. در پاسخ به سوالم، نگاهی توام با لیختن می انداز د و می گوید: «والا من هنوز نمی دانم پول خوب است، بد است، خیر است، شر است، خلل مشکل است یا مشکل است؟ پول داریم تا پول، مهم این است که چه پولی پیدا کنیم. طبیعتا هر چه بیشتر بهتر. مهم این است که پول حلال باشد، خیلی مهم است که پول مان حرام نباشد» او در پایان البته این را هم اضافه می کند که: «پول شاید خوشبختی نیارود اما دانشش بدبختی می آورد.»



آدم باید با شرافت نان در آور د

آقامهدی مردی ۶۰ ساله است و خودش را فیلم ساز و مستند ساز معرفی می کند، چیزی که تقریبا از تیپ و چهره هنری او هم می توان حدس زد. او می گوید: «پول اصلا ملاک خوشحالی و خوشبختی نیست. در حدی که دست پیش کسی دراز نباشد کافی است. باید آدم کار کند و از دسترنج وزر و بار و و شرف خودش نان در بیارود». او ادامه می دهد: «اگر روزی پول زیادی داشته باشم، بهترین کار این است که با آن پول برای دیگران کاری جور کنم تا کمکی کرده باشم.»



پول هم خوب است، هم بد!

رضا ۴۷ سال سن دارد، کارمند باز نشسته است و این روز ها در بورس فعالیت دارد، او در پاسخ به سوال ما می گوید: «پول واقعا و سوسه کننده است و آدم نمی داند چه باید بگوید. پول هم خیلی خوب است، هم خیلی بد؛ مثل یک تیغ دولبه. خوبی اش این است که آدم را به یک سری از آرزوهایش می رساند و بدی اش هم این است که روی نفس آدم تأثیر منفی می گذارد. در نتیجه می دهم به این فانتزی فکر نکتم.»



جدول متوسط [شماره ۷۲۴۵]	
طراح جدول: امید موسوی	

عمودی	
۱- بلوا- ثروت- صنم- ۲- خرس درختی- خستگی ناپذیر- ۳- نیم سال تحصیلی- مادر- ۴- نقاق- دوپار هم قد- خوبشوند- گوشت تری- ۵- شادمانی- درست کار- خانه- ۶- نوعی پای افزار- مسیر گردش- ۷- محل تحصیل- عقوبت- ۸- پیکر- درس خوانده- ۹- علامت- معنوی- ۱۰- تیانچه- برهنه- ۱۱- جد- از اشکال هندسی- ۱۲- خیروفر اوانی- ۱۳- تازگی- ۱۴- سلی- ویتامین جدولی- گوهر- بخار دهان- ۱۵- نظرات- ۱۶- سدی در- ۱۷- خوزستان- بالشتک- ۱۸- آب عرب- از شهرهای هر مزگان- نرخ بازاری- ۱۹- جاده قطار- ۲۰- نیتروژن- شبگاه- ۲۱- نادر- گیرنده امواج- ۲۲- به دنیا آوردن- نتر- غلام	

جدول متوسط [شماره ۷۲۴۵]	
طراح جدول: امید موسوی	

جدول سخت [شماره ۴۵۵]	
طراح جدول: بیژن گورانی	

عمودی	
۱- از شعرای مشهور در بار سلطان محمود غزنوی- ۲- بد اخلاق- آسیب جسمی یا روحی- ۳- زن گندمگون- فرمانده سپاه حضرت داوود (ع)- ۴- بت عصر جاهلی که مارد خدایان بود- شست و شوی سر سری و بدون دقت- ۵- کار بنی کار شده!- مقابل خروج- مایه اذیت و آزار دیگران- ۶- عالی و رفیع- خاک فرمز رنگی که در مناطق گرمسیر یافت می شود- ۷- عاشقی که بهمر حله جنون رسیده است- ۸- فیلمی ساخته آلفرد هیچکاک با بازی کری گرنو و لیگامر برگمن- ۹- پوشاک مخصوص پائون- ۱۰- طرد شده- مهربان- ۱۱- بخشی از زمان- پخیل- برهنه- عریان- ۱۲- بسیار خوب- لگد عبوس- ۱۳- و اخمو- ۱۴- تند رخت- خواهران- ۱۵- نان پاره گدایی- کشوری در شبه جزیره هندوچین- ۱۶- تبلیوی تبلیغاتی بزرگ- ۱۷- چپاول کننده- ازوزارخانه های جمهوری اسلامی ایران- ۱۸- پهلوان قانونی که چنگیز برای مغولان وضع کرده بود- ماهی کنسروی- ۱۹- حسرت زده- از واجبات نماز- ۲۰- معروف ترین تلسکوپ فضایی- سفره خانه در بار صفوی- ۱۹- حرکت مار پیچ یا خودرو- سنگی قیمتی از تریکبات آلومین- ۲۰- از برترین نویسندگان رمان جنایی و پلیسی- و خالق اثر خداحافظی طولانی.	

جدول متوسط [شماره ۴۵۴]	
طراح جدول: امید موسوی	