

یاد خدا آرام بخش قلب هاست

پرسشنامه سنجش نگرش و رفتارهای پولی (MBBS)

Money Belief and Behavior Style

سوالات زیر را با دقت مطالعه نمایید و به صورت زیر به هر سوال امتیاز بدهید.

امتیاز	هر جواب امتیاز مخصوص خودش را دارد
۱	هیچ وجه در مورد من صدق نمی کند
۲	در مورد من تقریباً صدق نمی کند.
۳	نظری ندارم (نمیتوانم آن را تایید یا رد کنم)
۴	در مورد من نسبتاً صادق است.
۵	کاملاً در مورد من صادق است.

ردیف	سوالات	امتیاز
۱	به خاطر موفقیت‌های مالی سرمایه گذاریها خریدها و ... احساس غرور میکنم و برای دوستانم از آنها حرف میزنم	
۲	حتی وقتی که به اندازه کافی پول دارم هنوز از اینکه پولم را خرج ضروریات زندگی مثل پوشاک میکنم حس بدی دارم	
۳	در هر نوع تصمیم گیری برای هر نوع هدف مهمترین و نخستین عاملی که در نظر میگیرم هزینه است.	
۴	احساس می کنم پول تنها چیزی است که میتوان روی آن حساب کرد.	
۵	همیشه در مورد پول و اینکه چه کارهایی میتوانم با آن انجام دهم رویاپردازی میکنم	
۶	اغلب از پول به عنوان سلاحی برای کنترل دیگران با عصبانی کردن کسانی که مرا ناراحت میکنند استفاده میکنیم	
۷	احساس میکنم برای هر نوع خرید و هزینه حتما باید چانه زنی کنم.	
۸	فکر میکنم وقتی که صرف پول درآوردن نشود حرام شده است.	

۹	مستقل از اینکه پول داشته باشم یا نه خیلی وقتها میگوید با من برای فلان کار پول کافی ندارم»
۱۰	زمانی که از من راجع به وضع مالی ام می پرسند مضطرب می شوم و حس بدی پیدا میکنم
۱۱	گاهی اوقات دوستی با دیگران را با رفتارهای بخشنده و سخاوتمندانه به دست می آورم و میخرم.
۱۲	از اینکه پول پس انداز کردن را بلد هستم احساس غرور میکنیم
۱۳	بیشتر اوقات در مورد وضعیت مالی خودم نگران هستم
۱۴	استفاده از پول را به استفاده از کارتهای الکترونیکی بانکها ترجیح میدهم
۱۵	به شدت اعتقاد دارم که پول میتواند همه مشکلات من را حل کند.
۱۶	اگر آخر هفته یا آخر ماه پول زیاد بیاورم تا همه آن را خرج نکنم خلاص نمی شوم
۱۷	وضع مالی من از چیزی که دوستانم فکر میکنند بدتر است.
۱۸	خیلی وقت ها چیزهایی میخرم که لازم ندارم فقط برای اینکه به بقیه نشان دهم میتوانم آن چیزها را بخرم
۱۹	تقریبا حاضرم برای به دست آوردن پول هر کاری البته کارهای قانونی انجام دهم
۲۰	ترجیح میدهم از مردم پول قرض نگیرم
۲۱	مهم نیست بحث در مورد چه میزان پول باشد من همیشه در تصمیم گیریهای مالی دچار مشکل و تردید میشوم
۲۲	پول تنها چیزی است که میتوانم به آن دلگرم باشیم
۲۳	فکر میکنم در مقایسه با سایر کسانی که میشناسم بیشتر به پول فکر میکنم
۲۴	اکثر دوستانم بیشتر از من پول دارند
۲۵	پولی که پس انداز کرده ام هیچوقت کافی نبوده است.
۲۶	پول در آوردن را در مقایسه با استراحت کردن و لذت بردن در اولویت قرار میدهم
۲۷	بعضی وقتها مستقل از موفقیتها و تواناییهای دیگران صرفا به دلیل اینکه ثروت بیشتری دارم خود را بالاتر از آنها می بینم
۲۸	خیلی وقتها صرفا به دلیل اینکه کالایی تخفیف خورده یا حراج شده آن را میخرم بی آنکه نیازی داشته باشم
۲۹	به خدمتکاران در رستورانها و کارگران کارواشها و ... بیش از حد عادی انعام میدهم.
۳۰	وقتی احساس افسردگی میکنم برای خودم پول خرج میکنم
۳۱	به ندرت به گدایان و متکدیان پول میدهم
۳۲	اگر دست خودم بود ترجیح میدادم به جای حقوق ماهانه به صورت هفتگی حقوق دریافت کنم

۳۳	بلافاصله پس از اینکه قبض، آب، برق تلفن و ... را دریافت کنم آن را پرداخت میکنم
۳۴	فکر میکنم درآمد فعلی من با کاری که در حال انجام آن هستم تناسب دارد.
۳۵	فکر میکنم بهتر است که جزیات وضعیت مالی خودم را از دوستان و نزدیکانم پنهان کنم.
۳۶	در این مملکت مردم یکدیگر را فقط بر اساس معیارهای پولی مقایسه میکنند.
۳۷	ترجیح میدهم به کسی پول قرض ندهم
۳۸	همیشه میدانم که چقدر پول در هر یک از حسابهای بانکی خود دارم
۳۹	فکر میکنم درآمد هر کسی با تواناییها و تلاشی که انجام میدهد تناسب دارد.
۴۰	بسیار راحت برای دیگران خرج میکنم اما برای خودم خسیس هستم
۴۱	معتقدم که حقوق یک فرد هوش او را نشان میدهد
۴۲	اصرار دارم بیش از سهم خودم هزینه ها را پردازم تا مطمئن شوم به کسی بدهکار نیستم
۴۳	تقریباً از آخرین ریال پولی که در کیف یا جیبم هست خبر دارم.
۴۴	احساس میکنم پرسیدن در مورد حقوق و دستمزد مردم گستاخی است.
۴۵	پول قدرت فراوانی برای صاحبش به ارمغان می آورد.
۴۶	احساس میکنم کنترل بسیار زیادی بر روی وضعیت مالی خود برای تغییر و بهتر کردن آن دارم
۴۷	میشه علاقمند به پیگیری جزئیات و سبک زندگی انسانهای ثروتمند و موفق دارم
۴۸	برای افزایش درآمد بهترین راه افزایش توانایی هاست.
۴۹	حتی یک ریال هم که ذخیره شود یک روز به کار خواهد آمد.
۵۰	پرداخت حقوق مساوی به هیچ وجه عادلانه نیست به هر کس باید به اندازه تلاشش پرداخت شود.
۵۱	کسی که ثروتمند شده از دارایی و حقوق دیگران کم گذاشته که توانسته ثروتمند شود
۵۲	پرداخت سهمی از فروش به فروشنده یک شیوه منطقی است.
۵۳	شاید نتوان درآمد را افزایش داد اما میتوان هزینه ها را کاهش داد.
۵۴	هیچوقت برای همه شغل و درآمد مناسب وجود نخواهد داشت.
۵۵	بعید است به تنهایی و فقط با شانس کسی بتواند از نظر مالی موفق شود
۵۶	معمولاً پولهایم را به شکلی سرمایه گذاری میکنم که به سادگی نتوانم آنها را خرج کنی
۵۷	هیچوقت نسبت به کسی که کمتر از من پول دارد حس ترحم نداشته ام به احتمال زیاد کمتر از من زحمت کشیده است.

۵۸	با شناختی که از وضع مالی خودم دارم هیچوقت نمیتوانم تمام آرزوهایی را که دارم برآورده کنم
۵۹	هزینه زندگی مشخص است. نباید با افزایش درآمد به ولخرجی بی دلیل ترغیب شد.
۶۰	میدانم که اگر بیشتر تلاش کنم میتوانم درآمد بیشتری به دست بیاورم

کلید پرسشنامه

امتیاز سوال های فوق را در گروه های زیر تفکیک کرده و امتیاز هر پارامتر را محاسبه نمایید.

امتیاز نهایی	شماره سوالات										موارد مورد بررسی
	۴۷	۲۷	۲۶	۲۳	۲۲	۱۹	۸	۵	۴	۱	وسواس پولی
	۵۹	۵۶	۵۳	۴۹	۲۸	۲۱	۱۲	۷	۳	۲	نگهداری و حفظ پول
	۵۸	۵۴	۵۱	۴۴	۲۵	۲۴	۱۷	۱۳	۱۰	۹	ناکافی بودن پول
	۴۵	۴۰	۳۶	۳۰	۲۹	۱۸	۱۶	۱۵	۱۱	۶	کسب قدرت ز طریق هزینه کردن
	۴۳	۴۲	۳۸	۳۷	۳۵	۳۳	۳۲	۳۱	۲۰	۱۴	محافظه کاری و امنیت
	۶۰	۵۷	۵۵	۵۲	۵۰	۴۸	۴۶	۴۱	۳۹	۳۴	تلاش

تست mbbs

۱_ با سرعت جواب بدهید چون سریعترین و اولین جواب ها از ناخودآگاه ما می آید.

۲_ نمره ها را در جودل قرار بدین و مجموع را در اخر ستون هر (مورد) بنویسید.

۳_ امتیاز پنج مورد اول ۲۰ الی ۲۷ باید باشد (بهترین حالت)

و مورد ششم باید از ۴۰ بالاتر باشد.

۴_ بهتر از بعد از جمع امتیاز در هر بخشی مشکل داشتین و مجموع شما کمتر از بیست بود بهتر است روی سوالاتی که نمره آنها ۱ شده کار کنید و رفتارتان را تغییر دهید.

و اگر مثلا جمع ستون ناکافی بودن پول شما زیاد است بهتر است روی سوالاتی کار کنید که نمرات شما ۵ است

نکته فقط مورد تلاش و توانایی باید بالای ۴۰ باشد.

ما ۶ حوزه داریم و ۶۰ رفتار

یکسری سوالات مربوط به حوزه‌ی وسواس پولی - نگهداری و

حفظ پول - ناکافی بودن پول - کسب قدرت از طریق هزینه کردن - محافظه کاری و امنیت - تلاش و توانایی هستش بازه امتیازات هر حوزه ۱۰ تا ۵۰ میشه که بازه ای که باید در ۵ حوزه اول باشیم ۲۰ تا ۲۵ باشد در غیر این صورت باید یک کاری انجام بدهیم و یک رفتار را برعکس یا تغییر دهیم یکسری رفتارها تشدید و یکسری رفتارها باید کم بشه اگر در بازه ی ایده آل باشیم.

حوزه ی اول وسواس پولی

هر فکری یا تصویری که بیش از ذهن را درگیر کنه و بیش از پول توی ذهن من نقش بسته است.

کسی که وسواس پولی اش بالاست هر اتفاقی بیفتد را توی پول میبیند

کسی که وسواس پولی اش پایین است دچار بی قیدی های مالی میشویم.

نگهداری و حفظ پول

به قول یکی از اساتیدم مثل آبهای استخر میماند زمانی که میپری داخل استخر آبهای سطحی میریزه بیرون و این آبهای سطحی باید از زندگیمون بره و اتفاق نیفتد، یک سری آبها کف

استخر نباید از بین برود مثل خونه ی ما. اگر امتیازش بالا شد بابت هزینه های جاری هم که میکنم سالم بده پول داره ولی یک جفت کفش می خواهد برای خودش بخورد حالش بد میشه مریض میشه ناراحت میشه چرا باید برم دکتر پول بدم

حالش بد میشه مریض میشه ناراحت میشه چرا باید برم دکتر پول بدم.

اگه امتیاز کم بشه پولامون را مدام از دست میدیم همه رفیقام دارند از من باج میگیرند.

دو دیدگاه در نگهداری پولی وجود دارد صرفه جویی و کار آفرینی، یعنی چی؟

یعنی پول کم میاد سعی میکنه از همه جا بزنه تا پول جمع کند ، ولی کار آفرین میخواد فروشش زیاد کنه چون چیزی که ما را پولدار میکنه افزایش درآمد و منابع مالی هستش ، نه اینکه به قرون دوزار جمع کنیم چون تورم و گرانی پول ما را از بین می برد در یک صورت حفظ پول را خیلی انجام میدیم که قرض بدهکاری از حد توانم بیشتر باشد.

ناکافی بودن پول

وقتی عدد ناکافی بودن پولت بالا ، باشه همش داری کار میکنی تلاش میکنی میلیاردها پول داری ولی باز هم کمه و دچار حرص و آز میشوید

وقتی عدد ناکافی بودن پول پایین ، باشه من راضیم به رضای خدا ، هیچ کاری نمیکند.

کسب قدرت از طریق هزینه کردن ایا کسب قدرت از طریق هزینه کردن بده یا خوبه؟ نه بده ، ونه محصول لاکچری باز هاست

امروز مثلا یکم حقوق اضافه گرفته میره همه را دعوت میکنه تا کسب قدرت ، میکنه زمانی بده که پول در آوردنم را صرف له کردن آدمها بکنم اینجا خطرناک میشود.

نکته مثبت و مهم در سوالات اینکه از هیچکس نمیپرسه چقدر نکته مثبت و مهم در سوالات اینکه از هیچکس نمیپرسه چقدر پولداری؟

محافظه کاری و امنیت

امنیت مهمترین نیاز بشر از بدو خلقت بوده ، زمانی خطرناک میشه که امنیتم را با پول بخرم مثلا یکسری آدمها میکند اگه من پول نداشته باشم زن و بچه ام من را تنها میگذارند و میروند یا واسه رفیقاش پول خرج میکنه تا بمونه پیشش. اگه عدد امنیت و محافظه کاری شما بالا باشه هیچ وقت نمیتونی پول زیاد بدست بیارید

کسانی که طعم فقر را چشیده باشند این عددشون معمول بالاست.

تلاش و توانایی = صادقانه بگم بین تلاش و توانایی و پول درآوردن هیچ ارتباط مستقیمی هست ، ارث رسیدن به آدمها، یا بچه پولداره داستانشان فرق می کنه . در این حوزه (باید) عدد بالا باشد این آیتم باید بالای ۴۰ باشد. ما معمولا این عدد مون پایینه به خاطر چیه؟ تلویزیون و فضای مجازی ، وقت تلف کردن های بیخود و بیهوده هستش.

اما ما توی این شرایطی که داریم چیزی جز تلاش و توانایی برامون نمونده است، تلاش و نه تقلا، کنیم هوشمندانه تلاش کنیم.

ارادتمند شما بهزاد سیامکی