



یک سبد پر از خرید و خودنمایی

بگو چه می خری تا بگویم چی هستی!؟

▀ ربابه زینال

اگر چه در دسته‌بندی اقتصادی و رده‌های کسب در آمدی خانواده‌ها به چند دسته متفاوت کم در آمد، متوسط و ثروتمند دسته‌بندی می‌شوند اما بسیاری از رفتارهای اقتصادی هیچ ربطی به چنین مرزبندی‌هایی ندارد. بسیاری از رفتارهای خاص جوامع انسانی فارغ از سطح در آمد خانواده‌ها غیر قابل حذف است اصلا هم فرقی نمی‌کند خانواده‌ای پر در آمد باشد یا فقیر. خرید کردن از دسته رفتارهایی است که بسیار به دسته‌بندی سطح در آمد اقشار مختلف وابسته است اما در عین حال باز هم مسئله خرید کردن در بسیاری از مواقع حساس غیر قابل کنترل است. در نظر بگیرید با همه گلابه‌هایی که از پایین بودن سطح در آمد و بالا بودن نرخ تورم در جامعه

▀ تغییری برای ایجاد لذت

روانشناسان معتقدند که همه اهداف زندگی آدمی در رسیدن به راحتی خلاصه می‌شود که اکثر لذت را در پی دارد. در تحلیل رفتارهای آدمی باید اشاره کنیم که رسیدن به تغییر آن هم برای رسیدن به لذت گاهی اوقات با رفتارهایی مثل خرید کردن به‌روز می‌کند؛ یعنی انسان برای اینکه تغییری رضایتبخش در اطرافش ایجاد کند، اولین راهی که به ذهنش می‌رسد خرید کردن است. اینکه بسیاری از روانشناسان تأکید می‌کنند که خریدهای آخر سال بی‌حد و حصر است و مهارت‌هایی که برای مقابله با جلوگیری از خرید ارائه می‌دهند اغلب کارگشا نیست، به این دلیل است که ترندهای علاقه‌دار بر برابر لذت‌های خرید کم می‌آورد.

خرید برای بسیاری از افراد یعنی تنوع در واقع هدف از خرید ایجاد تغییر برای کسب لذت است، به همین دلیل است که خرید کردن اگر کنترل شده و بر اساس ضروریات باشد، می‌تواند برای هر انسانی لذتی ایجاد کند که برگرفته از تغییرات است.

یکی از دلایل مهم خرید کردن استفاده از کالااست که مصداق عینی مصرف کردن است. اگرچه همیشه خرید کردن‌های مصرفی بر اساس نیاز تعیین می‌شود اما نمی‌توان گفت که مصرف تنها برای رفع نیاز است. مصرف از منظر جامعه‌شناسان جزء موارد خودمانیانه، نمایشی یا ابزاری برای نشان دادن منزلت است.

پس در نتیجه خرید کردن در واقع مصرف کردن است و مصرف یک پدیده کاملاً اجتماعی است چون این رفتار هد دهند در بین عموم افراد جامعه به فراخور وضع مالی دیده می‌شود. جامعه‌شناسان معتقدند که رفتارهای اجتماعی مثل خرید کردن و مصرف کردن نشانه‌هایی برای نمایان کردن نوع و سبک زندگی افراد جامعه هستند. دقیقاً به همین دلیل می‌توان بر اساس مصرف آدم‌ها را دسته‌بندی کرد چون خرید عموم مردم در روزهای خاص و حیاتی مثل شب‌های آخر سال و عید شبیه به هم است، پس می‌توان نتیجه گرفت که مصرف آنها هم شبیه هم است. در نتیجه سبک زندگی‌شان هم به‌رغم همه تفاوت‌ها نقاط مشترک بسیاری دارد.

▀ ارتباط خرید کردن با سبک زندگی

«چی خریدی؟ چی مصرف می‌کنی تا من بهت بگم سبک زندگی آدم‌ها به دیگران است. البته یکی دیگر از روش‌های پی بردن به سبک زندگی و خرید ما برسی نپسندهای مصرفی یک خانواده در طول روز، هفته، ماه و سال است. از لباس خریدن، تغییر دکوراسیون، انتخاب ماشین، محل نقل مکان خانه جدید و حتی مواد غذایی مصرفی هر خانواده می‌شود به نکت مهمی در زمینه سبک زندگی می‌رسید. در واقع کسی که دکوراسیون عوض می‌کند، خانه جدید می‌خرد، لباس‌های متنوع دارد سبک زندگی‌اش را به‌راحتی می‌توان تشخیص داد.

حتی از مقایسه بین خریدهای مختلف یک خانواده می‌توان به تفاوت‌های فرهنگی، اقتصادی، مذهبی و اجتماعی اعضای آن با سایر خانواده‌ها پی برد. مثلاً خانواده‌ای که در سبد خرید یک ماهش بیشتر از آنکه مواد غذایی دیده شود وسایل فرهنگی وجود دارد خودبه‌خود به شما می‌گوید که این خانواده بلوغ فرهنگی بالایی دارد. اگر در خانواده‌ای بخش مهمی از درآمدها به خرید کالاهای لوکس، غیر کاربردی و صرفاً تزئینی اختصاص پیدا کند شمامی‌توانید به‌راحتی متوجه شوید که اعضای این خانواده

▀ مصرف‌گرا رشد کرده‌اند.

▀ خرید، ضرورت یا خودنمایی؟

نکته مهمی که در زمینه خرید کردن باید به آن توجه شود ضرورت خرید کردن است؛ مادامی که خریدها بر اساس رفع نیازهای ضروری خانواده صورت گیرد، جای نگرانی وجود ندارد اما به محض اینکه ضرورت‌سنجی در خرید کاهش یابد و در مقابل هدف خودنمایی یا نمایشی بودن خرید افزایش پیدا کند شما باید نگران روش و سبک زندگی‌تان باشید.

کسب منزلت و خودنمایی در ذهن اطرافیان از نکات منفی است که اگر بر خرید شما تأثیر بگذارد، دیگر آمیدی به روند اصلاح سبک زندگی‌تان وجود ندارد. وقتی شما در مسیری قرار می‌گیرید که نه از روی نیازسنجی بلکه صرفاً از روی خودنمایی، چشم و هم‌چشمی و به تصور خودتان کسب منزلت کاذب اجتماعی دست روی خرید کالاهای غیر ضروری، لوکس و گرانیقیمت می‌گذارید، یعنی خودتان با دست خودتان رگ حیات اقتصادی خانواده را قطع کرده‌اید.

شرط اساسی خرید کردن در نظر گرفتن کارایی، رفع نیاز و اهمیت دادن به پولی است که هزینه می‌کنید. تصور کنید وقتی شما برای خرید و رفع نیازتان تصمیم می‌گیرید، به جای یک کالای ساده ۹ برابر بیشتر هزینه کنید و یک کالای لوکس بخرید، در واقع با پرداخت هزینه ۹ برابری پذیرفته‌اید که پولتان را فدای جلب نظر اطرافیان‌تان کنید.

بدترین و فاجعه‌آمیزترین نمونه رفتار مصرفی، خرید کردن بر اساس مد است؛ یعنی شما وقتی هیچ نیازی به یک کالا ندارید تنها برای تابعیت از روی مد، بخش زیادی از هزینه‌تان را صرف خرید جنسی کنید که می‌دانید فقط قرار است نظر اطرافیان‌تان را جلب کند و این یعنی شما به اندازه یک خرید معمولی عقل حساب کردن، شعور انتخاب و درک ضرورت خرید را ندارید.

▀ ریسک مناسبتی خرید کردن را حذف کنید

گاهی اوقات خرید کردن تنها برای پیروی از یک سری رسوم و آئین است که جامعه‌شناسان اسم این خرید را مصرف آئینی می‌گذارند که خریدهای شب عید یکی از بارزترین

می‌شود اما در بعضی از ماه‌های سال بدون کنترل بازار خرید شلوع است و در بین خریداران از همه گروه‌های در آمدی حضور دارند.

بسیاری از نکات خرید در بین جوانان و نوجوانان متفاوت است علاوه بر این بسیاری از ویژگی‌های خرید بین مجردها و متأهل‌ها هم متغیر است. مثلاً در نظر بگیرید نوجوانان معمولاً سطحی و کوتاهمدت خرید می‌کنند این گروه از اقشار جامعه اکثر تابع مد هستند و بخش مهمی از هزینه‌های خریدشان را صرف مد گرایی می‌کنند. هر چه از سن نوجوانی رد می‌شویم و به جوانی می‌رسیم خریدهای منطقی و عقلانی در بین جوانان بیشتر دیده می‌شود. در نمونه‌ای دیگر مجردها زمان خرید کردن فقط خودشان را لحاظ می‌کنند و اگر هم کسی مثل پدر، مادر، خواهر یا برادر به آنها سفارش خرید داده

سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۹۴۷۱

ف

کسب منزلت و خودنمایی در ذهن اطرافیان از نکات منفی است که اگر بر خرید شما تأثیر بگذارد، دیگر آمیدی به روند اصلاح سبک زندگی‌تان وجود ندارد. وقتی شما در مسیری قرار می‌گیرید که نه از روی نیازسنجی بلکه صرفاً از روی خودنمایی، چشم و هم‌چشمی و به تصور خودتان کسب منزلت کاذب اجتماعی دست روی خرید کالاهای غیر ضروری، لوکس و گرانیقیمت می‌گذارید، یعنی خودتان با دست خودتان رگ حیات اقتصادی خانواده را قطع کرده‌اید

باشد اولویت با خریدهای خودشان است. در مقابل متأهل‌ها از جمله کسانی هستند که نیازها و خریدهای خودشان را در درجه دوم یا سوم اهمیت قرار می‌دهند. در خانواده‌های دونفره مرد خانواده ترجیح می‌دهد در خرید کردن اول سراغ نیازهای خانم برود و بعد به فکر خودش باشد که این مصداق درجه دوم اهمیت است اما در خانواده‌های فرزنددار، پدر و مادر خانواده اولویت را بر خریدهای کودکان می‌گذارند و خریدهای خودشان در درجه سوم اهمیت قرار می‌گیرد. در تلفیق نکته اول (دسته‌بندی خانواده‌ها بر اساس در آمد) با نکته دوم (اولویت‌های خرید در خانواده‌ها) در بین خانواده‌ها به‌ر وضع مالی بچه‌ها در اولویت خریدها قرار دارند و اگر وسیع مالی تنها اجازه خرید یک کالا را به پدر و مادر بدهد قطعاً آن یک مورد خرید مربوط به کودک است.

نمونه‌های خریدهای آئینی است. معمولاً خریدهای آئینی جنبه ضرورت ندارند و مردم تنها بر اساس رسوم خود اقدام به خرید کالاهایی می‌کنند که جزو آئین‌شان است؛ اینکه برای خرید کالاهای آئینی چقدر هزینه می‌کنند و در مقابل از همان کالا چه استفاده‌ای می‌کنند، بخشی از مقوله خرید کردن است که در این زمینه کاملاً حذف می‌شود.

آنچه در مورد مصرف شب عید می‌توان گفت این است که درست‌است مردم ایران در این زمان بیش از سایر ایام سال خرید می‌کنند ولی این مصرف در طبقات مختلف یکسان نیست و معانی یکسانی نیز برای آنها وجود ندارد. اگر چه خرید کردن جزو عادت‌های رفتاری همه مردم ایران است و هیچ فرقی ندارد که هر کدام از مردم چه در آمد مالی دارند اما همین خریدهای شب عید در بین طبقات مختلف مردم از تفاوت‌های ریز و درشتی برخوردار است.

مثلاً مردم با سطح در آمد متوسط که در طبقه متوسط قرار می‌گیرند، کلاً یاد گرفته‌اند که خریدهایشان را از روی نیاز انجام دهند. در خریدهای شب عید هم این اصل را رعایت می‌کنند و دور خریدهای اضافی را خط می‌کشند.

خریدهای شب عید در آمد متوسط‌ها به خریدهایی با

ف

«چی خریدی؟ چی مصرف می‌کنی تا من بهت بگم سبک زندگی‌ت چیه» یک سؤال بسیار مهم در زمینه معرفی سبک زندگی آدم‌ها به دیگران است. البته یکی دیگر از روش‌های پی بردن به سبک زندگی و خرید ما بر سری پسماندهای مصرفی یک خانواده در طول روز، هفته، ماه و سال است. از لباس خریدن، تغییر دکوراسیون، انتخاب ماشین، محل نقل مکان خانه جدید و حتی مواد غذایی مصرفی هر خانواده می‌شود به نکات مهمی در زمینه سبک زندگی‌اش رسید



سبک آراستگی

استقبال از فصل تازه با تغییرات کم‌هزینه در خانه

بهار را به خانه‌هایمان بیاوریم

▀ زهرا شکوهی‌طری

کم‌کم حال و هوای بهار را می‌توانیم در خیابان‌ها و کوچه‌های شهر ببینیم. فصل‌ها برای هر کس تداعی‌کننده یک‌سری خاطره است که آمدنش همه آنها را زنده می‌کند. بهار عروس فصل‌هاست، عروسی که کمتر پیش می‌آید، از دیدن زیبایی‌های آن خسته شویم طبیعت و رنگ‌های زیبایش در این فصل روح و جان آدم را مملو از امید و انرژی می‌کند و این چشم‌نوازی‌ها را کمتر در فصل‌های دیگر می‌توان پیدا کرد. در آفرینش این همه زیبایی خداوند بزرگ را می‌توان در جای جایش حس کرد و شکرش را رجا آورد، حیف است که بهار را نادیده بگیریم و بگذاریم که آن هم بگذرد.

برای بهره‌گیری بیشتر می‌توانید بهار را به خانه‌تان هم دعوت کنید تا بتوانید بوی بهار را در خانه‌تان هم استشمام کنید. اگر چه در نگاه اول تغییر دکوراسیون خانه با گذشت هر فصل و آمدن فصل جدید کاری سخت به نظر آید و از نظر برخی از افراد کاری بی‌بهره باشد اما به خاطر داشته باشید هر گونه تغییر و تحول همگام با فصل جدید تأثیر بسزایی در روحیه و ایجاد تنوع در زندگی دارد.

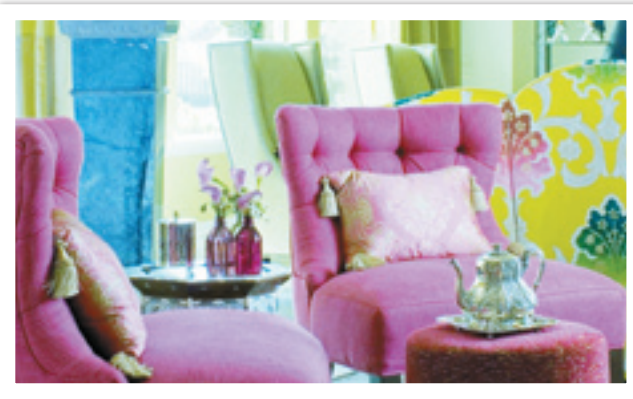
▀ روح تازه در خانه با هزینه اندک

بعد از تمیز کردن خانه و فویلی‌خانه‌تکانی، بهار شما نیاز به تغییر و تحول دارد. این تغییر در خانه شماست که روح تازه‌ای به آن می‌دهد و خانه را متحول می‌سازد. اگر چه توصیه می‌شود همگام با هر فصل تغییر دکوراسیون را انجام دهید اما دسته‌ای از خانم‌ها این تغییر را هر ساله قبل از آمدن سال جدید انجام می‌دهند. البته لازم نیست

که این تغییر دکوراسیون پر هزینه باشد و هزینه‌ای به هزینه‌های شب عید شما اضافه کند. منظور از این تغییر، تغییرات جزئی که در گوشه و کنار خانه انجام می‌شود که همگام با آمدن عید نوروز و فصل بهار خانه‌تان نیز بهاری می‌شود. با تغییراتی کوچک می‌توانید نتیجه‌های بزرگ و تأثیر گذار دریافت کنید و در طول سال از این وضعیت لذت ببرید. در واقع این تغییر دکوراسیون اثر مثبتی را روی خود شما می‌گذارد و همسر و فرزندان‌تان هم در این لذت شریک خواهند شد. افرادی که این تغییر دکوراسیون را تجربه کرده‌اند با آمدن فصل نو انرژی دو چندان در دریافت کرده‌اند که هر بار مشتاقانه‌تر این کار را انجام می‌دهند.

▀ دکوراسیون بهاری

اگر در فصل سرما نقطه کانونی اتاق نشیمن‌تان شومینه و اطراف آن بوده این بار در این فصل نقطه کانونی را به سمت پنجره‌ها هدایت کنید تا در هنگام نشستن و میل کردن صبحانه، ناهار



صورتی در میان درختان تداعی‌کننده این رنگ شده‌تان هستند. اگر از این رنگ استفاده کردید سعی کنید پرده‌ها و حتی تابلوهای روی دیوار‌تان با این رنگ همگونی داشته باشند.

در این فصل از حضور گل و گیاهان غافل نشوید در هر گوشه و کنار خانه که شرايط را برای گذاشتن گیاهان و گل‌های بهاری مناسب می‌بینید استفاده کنید. اینکه حضور گیاهان در خانه شادی و نشاط را دو چندان می‌کند را نمی‌توان نادیده گرفت. در میان این تغییرات فراموش نکنید که جایی برای چیدن سفره هفت‌سین‌تان کنار بگذارید.

▀ تمیزکاری اساسی

سرویس بهداشتی از جمله قسمت‌هایی هستند که در طول سال دست نخورده می‌مانند. نهایت کاری که برای آنها می‌شود انجام داد، عوض کردن و سابیل کهنه و اسپید دیده است. اگر تصمیم‌ناشستید که وسایلی کهنه آن را مثل حوله، پیشه‌و... عوض کنید، رنگ سبزی‌های روشن را به شما پیشنهاد می‌دهیم. این رنگ احساسات بیننده را بر می‌انگیزد. حتی می‌توانید برای تغییر بیشتر تعدادی از کاشی‌های سبزی‌ایی را تهیه کنید و روی کاشی‌های سرویس بهداشتی بچسبانید. طرح چسباندن این کاشی روی دیوار سرویس به سلیقه خودتان است.

در سرویس‌های بهداشتی تماماً سفید که رنگ‌های دیگری در آنها به کار برده نشده است، می‌توانید یکی از دیوار‌ها را با کاغذ دیواری که طرح گیاهان سبز دارد بپوشانید که در کنار رنگ سفید که نماد درخشندگی و پاکیزگی است، رنگ سبز کافئ دیواری حیات و زندگی به این سرویس بهداشتی می‌بخشد.

طراحی دکوراسیون بهاری کاملاً مقابل دکوراسیون زمستانی است. همان‌طور که رنگ‌های سرد با بیشتر ظروف مثل لعابی کهنه و قدیمی است و فرسوده به نظر می‌رسد، رومیزی بلندی برای آن نموزید که اسکلت آن را ببوشاند و دوباره از آن استفاده کنید.

▀ بهار را به خانه‌تان بیاورید

اتاق نشیمن نیاز به یک شوک دارد این شوک

ف

تغییر دکور خانه شما روح تازه‌ای به آن می‌دهد و خانه را متحول می‌سازد البته لازم نیست که این تغییر دکوراسیون پر هزینه باشد و هزینه‌ای به هزینه‌های شب عید شما اضافه کند. منظور از این تغییر، تغییرات جزئی که در گوشه و کنار خانه انجام می‌شود که همگام با آمدن عید نوروز و فصل بهار خانه‌تان نیز بهاری می‌شود

و عناصر از زیبایی‌های طبیعت لذت ببرید و از آن بدون صرف هزینه استفاده می‌کنند. در دکوراسیون بهاری باید میلمان را از دور شومینه به نزدیک پنجره انتقال دهید. اگر در فصل سرد سال میلمان‌تان به‌صورت فرسوده چیده شده است وقتش رسیده که با جمع کردن وسایلی گرمایشی و استفاده کمتر، به آنها پرداختگی ببخشید و آنها را با فاصله بیشتری بچینید، حتی می‌توانید دو تا از میلمان تک نفره‌تان را کنار پنجره و کاناپه را روی روهی تلویزیون و... قرار دهید اما اگر موقعیت این کار وفضای آن را ندارید می‌توانید شومینه‌تان را تمیز کنید و درون آن را با انواع گل‌های مصنوعی و خشک تزئین کنید.

اگر برای عوض کردن رویه مبلی‌ها هزینه کافی را نرانید می‌توانید از بازار پارچه‌ای با رنگ شاد مثل صورتی، سبزی، آبی... که به دکور خانه‌تان و حیاط خانه اکتفا کنیم. جدید و نو خریدن هنر نیست، هنر به خاتم خانه این است که از وسایلی قدیمی بهترین استفاده را کند و هنر مسرد به عنوان سرپرست مالی خانواده این است که از عهد مدیریت اقتصادی روزهای آخر سال به‌خوبی برآید اما متأسفانه این روزها خرید بر اساس ضرورت جای خود را به خریدهای اضافی و غیر ضروری از لباس و کیف و کفش گرفته تا پرده و مبلی و تعویض کابینت‌ها داده است.