



وزارة التربية

علوم الأسرة والمستهلك

إدارة الموارد

المرحلة الثانوية - اختياري حر

FAMILY AND CONSUMER SCIENCE

الطبعة الأولى

علوم الأسرة والمستهلك

إدارة الموارد

المرحلة الثانوية - اختياري حر

تأليف

د/ هيفاء مبارك العنجري - مشرفاً

أ / سميا سليمان القلش أ / عبير علي النمر

أ / فايز عبدالرحمن الريش

الطبعة الأولى

١٤٢٨ هـ

٢٠٠٧ - ٢٠٠٨ م

حقوق التأليف والطبع والنشر محفوظة لوزارة التربية - قطاع البحوث التربوية والمناهج

إدارة تطوير المناهج

الطبعة الأولى ٢٠٠٧/٢٠٠٨ م

محتويات الكتاب

الصفحة	الموضوع
5	المقدمة
9	الفصل الأول
11	1 - المكونات الضرورية للحياة :
12	- القيم
19	- الأهداف
23	- الموارد
28	- إدارة الوقت
34	- التقويم
35	2 - التخطيط المهني
36	التعرف على المهنة المناسبة
37	- العوامل التي تؤثر في اختيارك المهني
40	- موارد المعلومات المهنية
45	- عوامل أخرى تؤثر في اختيارك المهني
48	- اتخاذ قرار مهني
49	- السيرة الذاتية - خطوات كتابة السيرة الذاتية
51	- الاستعداد للمقابلة
54	- التقويم
55	الفصل الثاني
57	- إدارة المواد المالية
58	- العوامل التي تؤثر على إدارة أموالك
60	- أهمية التخطيط المالي
61	- الميزانية
63	الأسس العامة لوضع الميزانية
63	1 - تأسيس الأهداف المالية
63	2 - تحديد موارد الدخل
64	3 - تقدير النفقات
66	4 - مقارنة الدخل
66	5 - كتابة الميزانية ومتابعة السجلات
67	6 - تقويم الميزانية

الصفحة	الموضوع
69	- تخفيض النفقات المرنة
72	- استخدام الحاسب الآلي في إدارة الأموال
73	- الادخار
73	- أنواع الادخار المالي
73	- أهمية الادخار في تنمية الدخل الأسري والوطني
75	- التقويم
77	الفصل الثالث
80	1 - المستهلك والقانون
80	- تعريف المستهلك
80	- الوعي الاستهلاكي
80	- حقوق وواجبات المستهلك
87	- كيف تحل مشكلة استهلاكية
88	- أساليب الغش التجاري
88	- الجهات الرسمية التي تقوم بحماية المستهلك
89	- التقويم
91	2 - اتخاذ قرارات التسوق
92	- المستهلك الواعي
92	- محلات التسوق - المحلات الكبيرة
94	- المحلات ذات الأسعار المخفضة - المخازن المتخصصة
96	- التسوق بالدليل (كتالوجات التسوق)
96	- إرشادات عند التسوق بالدليل
97	- التسوق الإلكتروني من داخل المنزل
98	- خيارات التسوق الأخرى
99	- تنزيلات التسوق
103	- عوامل تؤثر في القرارات الشرائية
105	- مقارنة التسوق
107	1 - النوعية
107	2 - السعر
108	3 - الملاءمة
108	- العناية والاستخدام
108	- كيف تتغلبين على ظاهرة ارتفاع الأسعار
109	الضمانات
109	أنواع الضمانات
111	- التقويم
113	المراجع

المقدمة

مادة علوم الأسرة والمستهلك هي في جانبها التربوي تُبنى على تطوير الأسرة من خلال علاقتها مع البيئة من حولها .

هذه المادة تزودك عزيزتي المتعلمة بمفاهيم تساعدك على إدارة حياتك بطريقة صحيحة وفعالة عن طريق تطبيق المهارات وتحليل الاختيارات المتوافرة لديك ، وتعزيز الكفايات الشخصية من خلال البرنامج المتكامل لعلوم الأسرة والمستهلك .

مادة علوم الأسرة والمستهلك تتكون من ستة مجالات رئيسية هي :

- مجال إدارة الموارد .
- مجال التربية الأسرية .
- مجال الغذاء والتغذية .
- مجال التصميم الأزياء .
- مجال التصميم الداخلي .
- مجال إدارة الضيافة والسياحة .

عزيزتي المتعلمة :

حرصنا في هذا الكتاب توضيح أهمية مجال إدارة الموارد الذي يدفعك للإتجاه نحو مستقبل مثمر يتطلب المحافظة على الموارد المختلفة ، ويركز على تصميم وتنفيذ الخطط التي تساهم في انجاح إدارة الموارد الفردية والأسرية مع التركيز على أهمية الموارد المالية والاقتصادية ، وتطوير المهارات المختلفة في هذا المجال كاتخاذ القرارات الحكيمة والتخطيط المهني المدروس والعوامل المؤثرة عليه وتبصير الفرد بدوره بصفته مستهلكاً ومستثمراً للأموال مع ممارسة التسوق والشراء من قبل المستهلك في ظل منظومة (الحق والواجب) ومساعدتك في تنمية مواهبك ومهاراتك واستخدامها في عمل مشاريع لتحسين المستوى المعيشي مع تقدير ممارسة العمل اليدوي واحترام ممارسيه والقائمين عليه .

يطبق هذا المجال الجديد نظرياً مع التطبيقات العملية أملين أن يكون له تأثير ايجابي في تطوير حياتك الأسرية والعملية .

والله ولي التوفيق .

المؤلفون

مجال إدارة الموارد

تنمية القدرات على إستخدام الموارد بفاعلية
وبما يحقق جميع الاحتياجات



الفصل الأول

- (١) المكونات الضرورية للحياة
- (٢) التخطيط المهني

المكونات الضرورية للحياة
(القيم-الأهداف-الموارد)



كلمات تعرفت عليها خلال هذا الموضوع :

المصطلح باللغة الإنجليزية	المصطلح باللغة العربية
Values	القيم
Goals	الأهداف
Resources	الموارد
Personal Values	القيم الشخصية
Cultural Values	القيم الثقافية
Social Values	القيم الاجتماعية
Work Values	قيم العمل
Family Goals	الأهداف الأسرية
Short term Goals	الأهداف قصيرة المدى
Long term Goals	أهداف طويلة المدى
Human Resources	الموارد البشرية
Non - Human Resources	الموارد غير البشرية
Ownership	الممتلكات
Energy	طاقة
Abilities	القدرات
Skills	المهارات
Hobbies	اهتمامات
Time Management	إدارة الوقت

Values

القيم



هي تلك الأفكار والأعراف والعادات الجديرة بأن نناضل من أجلها وتؤثر في قراراتنا وأهدافنا وسلوكياتنا . فهي نموذج يستدل به على أفعالنا وسلوكياتنا، ويحدد ما هو مفيد وما هو ضار .

نشاط Activity

١. لديك زميلة في صفك دخلت المستشفى لإجراء عملية جراحية عاجلة.
سجلي القيم التي توضح اتجاهاتك وسلوكياتك نحو زميلتك.

اعلمي أن:

القيم توضح الاتجاهات والسلوكيات .
القيم تبني علاقة بينك وبين الناس من حولك .
إن تحديد قيمك الشخصية سيساعدك على تحديد مسار حياتك .



إن القيم نعتبرها أهم شيء في حياتنا ونسعى دائماً للحفاظ عليها وقد تختلف من فرد لآخر. فمثلاً: النجاح في العمل قد يعد من القيم المهمة بالنسبة لبعض الأفراد وقد يكون مقياس القيم عند الآخرين الجاه والمال ولكن هناك قيم عامة عادة ما تكون شائعة عند جميع الناس من مثل:

النجاح - الصحة - الطموح - الثروة - المعرفة - الأمانة - الصداقة... إلخ.

إن للقيم صفة معنوية وهي ليست ملموسة ولكنها تعبر عن ذاتها ووجودها في أسلوب حياة الفرد في سيرته وفي سلوكه وفيما يرتضيه لنفسه من مستوى، وكما أن الأهداف التي تختارها الأسرة تعبر عن قيم معينة لدى أفرادها، وكذلك الأسلوب الذي تتبعه الأسرة لتحقيق أهدافها يعبر عما لدى الأسرة من قيم.

إن لفترات عمرك الزمنية تأثيراً كبيراً على قيمك، فهناك أشخاص لهم تأثير على قيمك في كل مرحلة من مراحل عمرك:

فمن (١ - ٧) سنوات يكون التأثير الأكبر للأسرة

من (٨ - ١٣) سنة يكون التأثير الأكبر للمعلمين والأبطال، وقد يكونون رياضيين، وطنيين، ممثلين... إلخ)

من (١٤ - ٢٠) سنة يكون التأثير الأكبر للصديقات .

من (٢١ - فما فوق) تكون قيمك قد ثبتت في هذه السن، ولكن يجب عليك مراجعتها بين فترة وأخرى.

نشاط Activity

أكمل ما يلي بعبارات مناسبة:

- ١- في يوم الجمعة أحب أن.....
- ٢- الصفة التي أعمل على تنميتها ورعايتها هي.....
- ٣- أتمنى أن.....
- ٤- أحب الناس الذين.....
- ٥- أفضل شيء في حياتي.....
- ٦- في الإجازة القادمة سوف.....

من أنواع القيم

قيم مرتبطة بالعمل قيم اجتماعية قيم ثقافية قيم شخصية

القيم الشخصية: Personal Values



هي المبادئ الخاصة بك ومن أمثلتها: الأمانة الشجاعة، النزاهة، الصدق وغيرها من القيم الشخصية التي تجعلك تواجهين الناس وتربطك بهم .

القيم الثقافية: Cultural Values



هي المبادئ التي تربطك بجذورك الثقافية، من مثل الأصول العرقية والروابط الوطنية والعادات والتراث... إلخ، تشعرك بارتباطك بمجتمع كبير من الناس ذوي خلفيات مماثلة.

القيم الاجتماعية: Social Values



هي المبادئ التي تشير إلى تلك الارتباطات التي لها معنى مع الآخرين في المواقف الاجتماعية وتتضمن تلك المتعلقة بالأسرة والأصدقاء وزملاء العمل، ومنها الإيثار والود الأسري والثقة بالنفس.

القيم المرتبطة بالعمل: Work Values



قيم العمل هي المبادئ التي توجه سلوكك في الاتجاهات المهنية وهي تلك التي تعرفك بالعمل وتتعلق بزملاء عملك ورؤسائك وعملائك، وتكشف إمكاناتك نحو الإنجاز والتقدم والانضباط والمسؤولية والولاء ودقة المواعيد... إلخ

الإثراء:

*** تحدثني عن القيم التي تجدينها في صديقاتك وكل من حولك وتعجبين بها.
*** وضحي مفهوم القيم في نظرك.

الجدول التالي يوضح أمثله من كل نوع من القيم :

قيم شخصية	قيم ثقافية	قيم اجتماعية	قيم مرتبطة بالعمل
الدقة	معرفة مناسبات متنوعة	الإيثار	الذاتية
الشجاعة	معرفة الأصول العرقية	الوعي البيئي	المنافسة
الإبداع	معرفة الاعتقاد	إعلاء المساواة	الضمير الحي
الود	معرفة الروابط اللغوية	تحرير العدالة	المسؤولية
الأمانة	معرفة الروابط الوطنية	الود الأسري	الرصانة الأخلاقية
الشرف	معرفة الروابط الدينية	الصدقة	الولاء
الاستقلالية	معرفة التقاليد	المبادئ الأخلاقية	المهارة
النزاهة	التراث	الثقة بالنفس	دقة المواعيد
الروحانية			الانضباط



احترم الناس يحترموك

نشاط Activity

وضحي مفهوم بعض القيم من مثل :

الاحترام - المسؤولية

الصدقة - الأمانة

ثم ناقشي ما أعددت من نشاط ؟

نشاط
Activity

١- دوني في الجدول قيمتين من كل نوع من أنواع القيم التي درستوها مع توضيح أهميتها بإيجاز؟

القيم الشخصية	الأهمية
١	
٢	
القيم الثقافية	الأهمية
١	
٢	
القيم الاجتماعية	الأهمية
١	
٢	
قيم مرتبطة بالعمل	الأهمية
١	
٢	

٢- دوني في الجدول ثلاثة اختيارات لمهن لا تتعارض مع قيمك الشخصية والثقافية والاجتماعية وقيمك في عملك :

١-	
٢-	
٣-	

٣- دوني في الجدول خمساً من القيم المرتبطة بالعمل ستمارسها مستقبلاً والتي ستجعلك تشعرين بالفخر لأنك ستتميزين بها :

١-	
٢-	
٣-	
٤-	
٥-	

Goals

الأهداف

الهدف هو: الشيء أو الغاية التي تسعين إلى تحقيقها وتعملين جادة للوصول إليها، والأهداف جزء هام جداً من الحياة لأنها تساعد على تحقيق الحاجات والرغبات .

أنواع الأهداف : Types of Goals

هناك نوعان من الأهداف : أهداف فردية، وأهداف أسرية.

الأهداف الفردية : Individual Goals



ترتبط بمصلحة أفراد الأسرة أو بعضهم، فأهدافك الشخصية تتضمن الأشياء التي ترغبين في تحقيقها أو إنجازها أو امتلاكها، هذه الأهداف تختلف اختلافاً نسبياً من شخص لآخر، غير أنه يمكن تمييزها بتلك التي تشبع الحاجات وتلك التي تشبع الرغبات، على سبيل المثال : السيارة في وقتنا الحاضر أصبحت حاجة بينما فيما مضى كانت رغبة.

النجاح والتفوق هو من أهدافي الشخصية

الأهداف الأسرية : Family Goals

ترتبط بمصلحة أفراد الأسرة ومطالبهم كوحدة ،وتكون عادة أهدافاً أكثر أهمية. وتختلف أهداف الأسر باختلاف قيم وتطلعات أفرادها إلى الحياة إلا أنها تشترك في أهداف عامة:

أولاً:

إتاحة الفرصة لأفراد الأسرة لينموا نمواً شاملاً متكاملًا في حدود إمكانياتهم ويتطلب ذلك أن توفر الأسرة ما يلي :

- المطالب الجسمية.
- المطالب الاجتماعية.
- المطالب العقلية.
- المطالب النفسية.

ثانياً:

ضمان وجود مورد ثابت ومستقر.

ثالثاً:

زيادة موارد الدخل للأسرة لضمان تحقيق أهدافها والأهداف الشخصية لأفرادها.



امتلاك بيت من الأهداف الأسرية

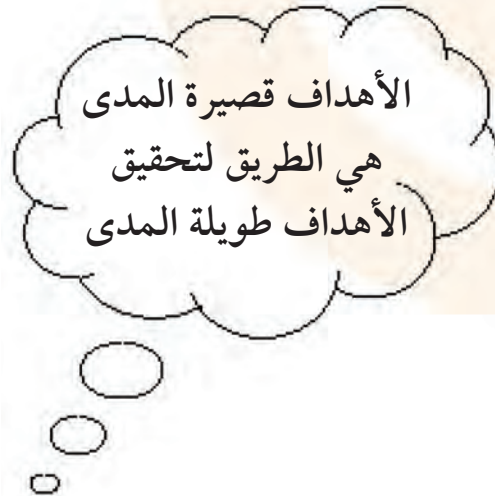
إن الأهداف الفردية والأسرية بنوعها قد تكون أهدافاً قصيرة المدى، أو أهدافاً بعيدة المدى.

الأهداف قصيرة المدى : Short-term Goals

هي خطوات أساسية في طريق تحقيق الأهداف طويلة المدى، والأهداف قصيرة المدى تشمل النظرة بخصوص التعليم، ووظائف نصف الوقت أو القصيرة الأمد بالإضافة إلى المشاريع التي تعطيك تجربة عملٍ ثمينة ، كل هذا يساهم في أغلب الأحيان مباشرة في الهدف البعيد الذي أعددت نفسك له.



تلبية رغباتك من مشتريات تحقق أهدافاً لك قصيرة المدى



الأهداف طويلة المدى: Long-term Goals

تشمل إمتلاك منزل، الوظيفة، مشاريع مستقبلية، وأهداف التقاعد، وهي تنجز بمرور الوقت وخلال مراحل تخطيط الحياة والعمل، يضع الناس الأهداف بعيدة المدى لأنفسهم بالتصور الذي يريدونه من خمس إلى عشر سنوات، ثم يستعملون الأهداف قريبة المدى للوصول إليها.



نشاط Activity

- خططي لنيل أهداف بعيدة المدى .
- ** الآن فكري كيف ستجزي هذه الأهداف.
- ** سجلي الأهداف القريبة المدى التي ستساعدك لنيل أهدافك بعيدة المدى.

الأهداف القريبة التي ستساعدك	كيف ستجزي هذه الأهداف؟	أهداف بعيدة المدى
		إمتلاك منزل
		-
		-
		الوظيفة
		-
		-

معلومات تهمك :

وضع الأهداف قصيرة المدى والأهداف بعيدة المدى هو تأسيس مبكر لتخطيط حياتك، هذه الأهداف تراجع بشكل مستمر وتراجع في أثناء إنجازها أو عندما تتغير ظروف الحياة.

الموارد Resources

يقصد بالموارد جميع الإمكانيات المتاحة للفرد (البشرية وغير البشرية) ، والتي تستخدمها أو تستفيد منها في إشباع حاجاتك المتعددة وبلوغ رغباتك وتحقيق أهدافك .

وعلى الرغم من أن هذه الموارد متشابهة، إلا أنها مهما زادت أو قلت فلها إمكانياتها المحدودة ويعتمد كل منها على الآخر .

أولاً: الموارد البشرية: Human resources:

وتعد الموارد البشرية أمراً هاماً للأسرة وهي مواهب ومهارات وقدرات وطاقات كل فرد من أفراد الأسرة وما يستطيع أن يقدمه من كسب أو خدمات في حدود إمكانياته.

وتتمثل الموارد البشرية للأسرة فيما يلي :

١. الطاقة والجهد : Energy



من أبرز ما يميز العنصر البشري مقدار ما لديه من طاقة وجهد ، أي قدرته على التفكير والعمل الجسماني، وهي طاقة تختلف من شخص لآخر تبعاً لعدة عوامل، من مثل السن والجنس والحالة الصحية والنفسية ، فنلاحظ أن بعض الأعمال تبدو مجهدة للبعض في حين أن البعض الآخر يعتبرها سهلة الإنجاز .

٢. القدرات : Abilities

للقدرات صلة وثيقة بالميول والمهارات والذكاء ، وذلك يتمثل عندما يستخدم أفراد الأسرة خامات البيئة المتوافرة لديهم والسلع المعتدلة التكاليف .

٣. المهارات : Skills

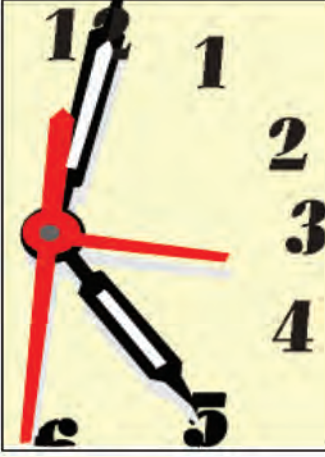
منها ما هو فطري نتيجة موهبة طبيعية توجد مع الفرد عن طريق الوراثة، كالرسم أو الخط مثلاً ، ومنها ما هو مكتسب يتزود به الفرد نتيجة للتعلم والخبرة والمران كتصميم الملابس مثلاً ، أو حين يكون أحد الأفراد ذا مهارة يدوية في النجارة، مما يمكن أن يعد مورداً معيناً للأسرة .

٤. الميول والاتجاهات : Hobbies



الميول تؤثر على إدارة شؤون الأسرة فيما يتعلق بالمسكن وتنظيمه ، فعندما نقارن بين سيدتين إحداهما تسعد عندما تجعل المسكن نظيفاً ومرتباً ، بينما الأخرى تبغض كل ما يتعلق بالتنظيف والعناية بالمسكن وتقوم به دون رغبة أو إقبال .

ثانيا : الموارد غير البشرية (المادية) : Non-Human Resources



وهي لازمة لتحقيق كثير من الأهداف، وتعد أكثر وضوحاً في الأذهان من الموارد البشرية لأنها تتعلق بأشياء ملموسة ومرئية يستفيد منها الفرد مباشرة وتتضمن الوقت والمال والممتلكات الخاصة والتسهيلات والخدمات الاجتماعية والاقتصادية :

١- الوقت : Time

يعد الوقت المورد الوحيد الممنوح لجميع الأشخاص بالتساوي ، وهو أكثر الموارد تحديداً لأن كل فرد يمتلك ٢٤ ساعة يومياً ، فالساعات التي تمضي دون عمل هي في الواقع ساعات تهدر دون فائدة ، وثروة تبدد دون وعي ، لذلك يمكننا القول بأن الوقت من الموارد المادية التي تتعاطم أهميتها مع زيادة وعي الفرد وعلمه وثقافته وحسن استغلاله لهذا المورد والتي ستعود حتماً بالنفع عليه .

٢- المال : Money



هو المصدر الأساسي لإشباع كثير من حاجتنا، وتحقيق أهدافنا، وكلما زاد المتوافر منه استطاعت الأسرة أن تحسن من مستوى معيشتها وتنهض بمسؤوليتها نحو أفرادها ونحو المجتمع، ونحصل عليه من رواتب العاملين من أفراد الأسرة أو الكسب من تجارة أو الأعمال الحرة أو إيجار العقارات والأرباح الناتجة عن استثمارات الأموال في البنوك أو شراء الأسهم.

٣- الممتلكات الخاصة: Ownership

وتشمل كل ما يمتلكه الأسرة من عقارات وأراض ووسائل النقل الخاصة والأجهزة والمعدات وغيرها.



الجهاز النقال أصبح من الممتلكات الخاصة

٤- التسهيلات والخدمات الاجتماعية والاقتصادية : Economic and Social Facilities

وتتمثل في الخدمات التي يقدمها المجتمع لأفراده، كالجمعيات التعاونية، وخدمات الدولة، متمثلة في إعانات الأسر، وإسكان المواطنين، ودور الحضانه، والمدارس والخدمات الطبية، والحدائق العامة، والنوادي والطرق والمرافق العامة الخ.



إدارة الإطفاء من التسهيلات والخدمات الاجتماعية

السمات المشتركة للموارد :

أ. جميع الموارد محدودة : Resources are limited

- تختلف درجة تحديد كل مورد فمثلاً :
- الوقت محدد ، إذ إنه لا يمكن زيادة اليوم على ٢٤ ساعة ، كما لا يمكن ادخار ساعة من يوم ليوم آخر .
- كذلك مورد الطاقة ، فهي محدودة الكمية بالنسبة لكل فرد ، لكنها تختلف من شخص لآخر .
- أما قدرات الأفراد وميولهم فهي محددة بعوامل كثيرة متشعبة ، كالوراثة ، درجة التدريب ، التعليم ، المستوى الاقتصادي ... وغيرها .

ب الموارد مترابطة : Correlative Resources

مع أن لكل مورد استعمالاته المختلفة، إلا أنها مترابطة ، وليكن مثالنا الترابط الواضح بين كل من مورد المال والوقت والممتلكات.

فمثلاً، السيدة العاملة التي لا يتوافر لديها الوقت الكافي لأداء جميع الأعمال المنزلية ، نجدها تنفق المال للاستعانة بخادمة ، أو لاقتناء بعض الأجهزة الكهربائية لتوفر لها بعض الوقت، وهنا نرى الترابط بين مورد المال والوقت والممتلكات.



الأم العاملة تنفق المال للاستعانة بخادمة في المنزل

إدارة الوقت Time Management



إن الوقت كمورد مادي قد يكون أقل وضوحاً مما سبق من الموارد المادية. وإن تنظيم الوقت هو تطوير العمليات والأدوات التي تزيد كفاءتك ومعدل إنتاجك وتنظيم الوقت هو أن تسيطر ببساطة على وقتك وأن تكوني مسؤولة عن استخدامه. ومن المهم لك أن تعترفي بأن وقتك لن يقسم ببساطة بين الدراسة والأمور الشخصية، بل يجب أن نقضى يومنا بشكل محدد أكثر ليتضمن هذه الأنشطة :

** الصلاة وقراءة القرآن.

** الدراسة .

** العمل.

** النوم أو الأكل أو قضاء وقت مع الأسرة أو الصديقات.

** الاشتراك بنادي صحي.

** الاستماع إلى الموسيقى ، مشاهدة التلفاز ،

القيام برحلات مدرسية ، التسوق ، كتابة الرسائل ،

مكالمات هاتفية للتواصل مع الأهل والأصدقاء، تخصيص وقت فراغ للراحة .

اعلمي عزيزتي :

إن تنظيم الوقت أصبح مسألة أولويات شخصية ، بعض الناس يجدونه مهمّاً للعمل بجد ولتحقيق العائد المادي والنجاح العملي ، والآخرين يجدون الأكثر أهمية أن يكون لديهم وقت كاف لقضائه في البيت مع الأسرة أو للتطوع في عمل أو للدراسة ، فالقرار يجب أن يعود إليك.

بعد أن تقرري الأمور العامة الأكثر أهمية بالنسبة لك يمكنك أن تبدئي بتحديد وقتك.

طرق مختصرة لتنظيم الوقت:

١ الأولويات Priorities



لتقسيم وقتك الثمين عملياً يجب أن تحدد أهدافك ذات الأولوية من مثل :

(أ) السفر للخارج لقضاء رحلة استجمامية.

(ب) الحصول على معدل عام امتياز A+ في دراستك.

(ج) ممارسة الرياضة ومتابعة أحداثها.

وهنا مثلاً حدد أي هدف من الأهداف السابقة التي ستكون لها الأولوية في تخطيطك ثم حددي الهدف الأقل في الأهمية ، وهكذا لتضعي خطتك .

كيف تحقق الأهداف How to accomplish your goals

عندما تقرر أهدافك ذات الأولوية، يجب أن تحدد الفترة الزمنية التي تحتاجينها، المهارات المطلوبة لتحقيق أهدافك.

مثال:

إذا قررت بأنك تريد الحصول على امتياز A+ كمعدل درجة أعلى في المدرسة، فقد تجد أنك بحاجة لبعض المهارات الجديدة . من مثل ورشة عمل لممارسة مهارات البحث المعينة لهذا المجال ، لذا حاولي أن تعرفي:

** أهدافك جيداً.

** ما ستحتاجينه لإنجاز هذه الأهداف ليساعدك في الإعداد لوقت محدد لإدارة الخطة.

ثقي بنفسك وابتعدي عن التفكير السلبي : Think Positive



إن العدو الحقيقي لتنظيم الوقت هو تفكيرنا السلبي ، لكنها حقيقة خاصة متعلقة بإدارة الوقت .

التفكير السلبي هنا هو عدم الثقة أو القلق حول قدراتنا بالالتزام بموعد نهائي لتحقيق أهدافنا .

فالقلق من عدم القدرة على تحقيق ما نريده في الوقت المحدد يكون سبباً في ضياع الوقت لأنه يستهلك تفكيرك وإرادتك، كما أن عدم ثقتك بنفسك في الالتزام يؤدي إلى عدم قدرتك في إدارة أي خطة لتقسيم وتنظيم الوقت، فليس هناك قوة تضعفنا أكثر من عدم الثقة بقدرتنا في التركيز على تحقيق ما نريده ، فإذا حددت وقتاً لمراجعة دروسك ، ما عليك إلا أن تحاولي الالتزام بخطتك الدراسية بقدر ما يمكنك.

وإليك قصة رجل عمره ٧٥ عاماً راجع عدم ثقته بذاته على مرّ السنين السابقة ووجد أنه أمضى وقتاً كبيراً من عمره قلقاً.

فإذا تحدثت مع أي شخص عمره فوق الـ ٦٠ عاماً سيقول لك بأننا نضيع وقتاً أكثر من اللازم قلقين بشأن الأمور التي لا نستطيع السيطرة عليها ، فلماذا نقلق إذن؟

لاحظي : look



إن إدارة الوقت تحتاج إلى تقسيم وتوزيع المهام حسب حجمها، ولا تقولي في نفسك :

خمس دقائق وقت بسيط فتهدرينها ، في حين تتوقف نجاحات آخرين وبراءات اختراعاتهم على خمس دقائق يخشون إهدارها.

نشاط Activity

سنستخدم مثلاً لشخص ما يدرس في المدرسة ، هذه الطرق قابلة للتطبيق في العمل أو في البيت على حد سواء:



١. اسأل نفسك :

أ) متى أدرس بصورة أفضل ؟

ب) أين أدرس بصورة أفضل ؟

ج) هل أستطيع أن أضع ما يشتهى الانتباه خارجاً (مثال على ذلك: الهاتف، التلفزيون .. إلخ) ؟

د) إلى متى ستكون فترات دراستي ؟

أجيبني عن هذه الأسئلة بأمانة وبعد ذلك ننتقل إلى:

٢ التخطيط Planning



١) ابدئي بفترة زمنية لمدة طويلة نسبياً (فترة ٦ شهور - فصل دراسي).

٢) أعدى دفترًا صغيراً يغطي إطارك الزمني.

٣) استعملي قلماً رصاصاً، وحددي الأحداث المعروفة مقدماً من مثل :

الإجازات الرسمية ، الامتحانات، المناسبات الخاصة، الالتزامات الاجتماعية، الأحداث الرياضية... إلخ.

٤) اعتبري وقت الدراسة وظيفة تلتزمين فيها بالمواعيد للبحث، والكتابة والدراسة ، واجعلي هذه المواعيد نهائية لا تعدّل مالم تعيدي تحديدها .

٥) إذا أردت الحصول على معدل درجات مرتفع ضعي علامة بقلمك الرصاص على الأنشطة المتعلقة بالدراسة قبل الأنشطة الاجتماعية.

٦) في بداية الفصل :

حددي المواعيد النهائية وضعي جدولاً زمنياً للبحث ، مراجعة دفاتر الدروس أو المحاضرات، القراءة ، الكتابة ، دراسة للاختبارات والامتحانات .

٧) ضعي جدولاً للأنشطة الاجتماعية :

الأسرية ، الهوايات ، الاسترخاء البسيط ، مشاهدة التلفاز ، العمل التطوعي ، التنزه، وأنشطة أخرى تتمتعين بها.

٨) في بداية كل يوم استخدمي نموذجاً من مثل بطاقة لإدراج الأنشطة المحددة لذلك اليوم مع إضافة أي بنود أخرى ستقومين بها من مثل :

- المكالمات الهاتفية المهمة .

- التسوق لمساعدة والدتك في شراء متطلبات المنزل .

- القيام ببعض الأعمال المنزلية .

٩) ضعي علامة على كل بند حققته من القائمة ، ستشعرين بالارتياح مع انتهائها !

في نهاية اليوم دوني أي شيء لم ينجز يضاف في قائمة يوم آخر، ويفضل أن تبذلي قصارى جهدك في عدم التأجيل إلا للضرورة القصوى .

نشاط Activity

اشرحي باختصار في سطرين معنى هذه العبارة : «إن العدو الحقيقي لتنظيم الوقت هو تفكيرنا السلبي»



** ضعي جدولَ مهامٍ صغيراً بدلاً من آخر كبير.
 ** ضعي أقل المهام المفضلة لديك عندما تكون طاقتك في قمته.
 ** ضعي مهام جدولك المفضلة عندما تكون طاقتك منخفضة لتجديد نفسك.

** ضعي المهام الإبداعية في أغلب الأحيان عندما تكون طاقتك في قمته، أو عندما تكوني مرتاحة جداً، في أغلب الأحيان أفضل أفكارك تأتي قبل النوم مباشرة، أوفي أثناء الليل لذا احرصي على وجود دفتر صغير وقلم رصاص بجانب سريرك .



** ضعي لنفسك وقت استراحة كافياً في جدولك.
 ** عندما تحددين مواعيد للدراسة التزمي بها ما لم تكن مستحيلة، وإذا حدث أن تجاوزتها أعيدي جدولاً ما تستبدلينه في بعض أوقات الفراغ فوراً .
 ** افترضتي ظروفًا خارجية قد تتعارض مع الجدول:

(المرض، فترات من الخمول، المواقف الأسرية، العلاقات الشخصية،.... الخ).
 التخطيط الطويل الأجل يتطلب أن تكوني مرنة بما فيه الكفاية لتتكيفي مع التغيرات غير المتوقعة .
 لا تهملّي هذه الظروف في جدولتك، بل راجعيها بقلمك الرصاص في الجدول عند الضرورة.
 ** عندما تؤدّين واجبات الدراسة عليك عدم الرد على المكالمات الهاتفية، أو استقبال الضيوف. فأنت ستتحملين هذه الأشياء إذا كنت صاحبة إرادة قوية.
 واعلمي أن هذه التصرفات خطوة رائعة نحو تقديرك لواجبك.

التقويم؟

السؤال الأول :

- ضعي علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارات غير الصحيحة فيما يلي :
- تعد الموارد أدوات لتحقيق الأهداف. ()
 - الطاقة والقدرات والمهارات والميول التي يمتلكها الأفراد تكون بنسب متساوية. ()
 - تغلب على القيم الصفة المعنوية الفكرية. ()
 - للقيم تأثير مباشر على سلوك الفرد وأعماله. ()
 - إن إدارة الوقت لا تحتاج إلى تقسيم وتوزيع المهام حسب حجمها. ()

السؤال الثاني :

املئي الفراغات في الجمل الآتية بكلمات مناسبة :

- ١- إن النقود و..... هي موارد
- ٢- القدرات والمهارات هي موارد
- ٣- إن الأهداف تساعدك على تحقيق..... و..... ورغباتك.
- ٤- رغبات الشخص تتأثر ب..... و.....

السؤال الثالث :

- أ- ما هي القيم ؟ اذكرى ثلاثاً منها ؟
- ب- الأمانة من القيم الشخصية في حياتنا ، اذكرى سلوكيات تساعدك على أن تكوني أمينة مع نفسك ؟
- ج- دوني بعضاً من أهدافك القصيرة والبعيدة المدى ، ثم عيني القيم التي تشكل جزءاً من كل هدف من أهدافك ؟
- د - بم تنصحين إحدى صديقاتك لكي تكون قيادية ؟
- هـ- اكتبى تقريراً تصفين فيه شخصاً يعاني من تضارب القيم وأنهى التقرير باقتراح لحل المشكلة.

التخطيط المهني Career Planning



- تعرفني على اهتماماتك (Green oval)
- اكتشفي الخيارات المتوافرة (Blue oval)
- اتخذي القرار الصائب (Yellow oval)
- تابعي مسيرتك (Red oval)

كلمات تعرفت عليها خلال هذا الموضوع :

المصطلح باللغة الإنجليزية	المصطلح باللغة العربية
Career Planning	التخطيط المهني
Job	الوظيفة
Career	المهنة
Career information resources	موارد المعلومات المهنية
Life Style	أسلوب المعيشة
Potential income	الدخل المتوقع
Curriculum vita	السيرة الذاتية
Confidence	الثقة بالنفس
Positive Attitude	اتجاهات ايجابية

عزيزتي المتعلمة:



هل فكرت بنوع المهنة التي تريدین ممارستها؟
هل تعلمين نوع الوظيفة التي تساعدك على إدراك هدفك المهني؟
حان الوقت لتبدي التفكير بجدية أكثر في خياراتك المهنية.

كيف يمكنك أن تتعرفي المهنة المناسبة لك؟
How do you know what job is suitable for you?

لاختيار المهنة التي تناسبك ، يجب أن تفكري وتخططي بعناية ودقة ، لأن اختيارك المهني سيؤثر على المدى الطويل في أسلوب حياتك المستقبلية .
فعندما تبدئين بالتخطيط المهني، سوف تستمعين كثيراً لمفهوم الوظيفة والمهنة.
هل تعرفين ما الفرق بين المفهومين؟
من السهل الالتباس في المعنى، لذا من المهم فهم الفرق بينهما ، فمفهوم المهنة أوسع بكثير من مفهوم الوظيفة.

الوظيفة: job هي كل عمل أو مجال تقومين بممارسته حالياً.
المهنة: career هي سلسلة وظائف أديتها خلال سنوات، أحياناً تكون في المجال نفسه.

ومن خلال التخطيط المهني فإن كل وظيفة سوف تحصلين عليها ستساعدك على إعداد وإدراك هدفك المهني، خلال حياتك المهنية قد تغيرين وظيفتك مرات عديدة، ومع تقدم حياتك المهنية، يتم ترقيةك إلى مراكز أعلى وتزداد بذلك مسؤولياتك ومكافأتك المادية .

أتمنى أن أكون طبيبة أطفال
وسأبدأ بالتخطيط لمهنتي



ولتكتشفي اهتماماتك ومؤهلاتك وقدراتك
ابدئي التخطيط لمهنتك بمعرفة ذاتك وقيمك
واهتماماتك ومؤهلاتك وقدراتك ، فهذا
سيساعدك على اتخاذ القرار المهني بشكل
أفضل .

العوامل التي تؤثر على اختيارك المهني :

(١) قيمك Your Values

قيمك صفه وهي ليست ملموسة ولكنها تعبر عن ذاتك في أسلوب حياتك وسلوكك وفيما ترتضينه لنفسك .

(٢) اهتماماتك (هواياتك) your Interests

اهتماماتك هي كافة الأنشطة التي تحبين ممارستها، أجبي عن هذه الأسئلة.

نشاط Activity

- كيف تقضين وقت فراغك ؟

- ما الهوايات التي تفضلينها ؟

- ما هي الموضوعات التي تهتمك في المدرسة ؟

إجابتك عن هذه الأسئلة مهمة جداً، فهذه الأولويات سوف تؤثر على خيارك المهني، عندما تعرفين الإجابة وما الذي يرضيك أكثر يمكنك البحث عن وظيفة تمارسينها تكون مقبولة ومرضية لك.



الطهي وتنسيق الزهور من الهوايات المفضلة لدى البعض

(٣) مؤهلاتك Qualification

لديك كثير من الاهتمامات لكي تنجح وتبرعي في مهنتك ، كذلك يجب أن تتحلى أيضا بمؤهلات خاصة لممارستها .

غالباً ما تتعلق المؤهلات بنجاح الوظيفة ، إذا كنت تحبين الكتابة ، قد تكون لديك فرصة لتبدعي في مهنة الصحافة.



وإذا لم تكن لديك مؤهلات عن الموسيقى ، فقد لا يكون اختيارك لمهنة العزف والموسيقى هو الخيار الأفضل.

ناقشي : Discuss

الفرق بين الوظيفة والمهنة.

(٤) قدراتك your Abilities

القدرات هي نقاط قوتك، فهي المهارات التي تتمتعين بها في أداء المهمات ، ويمكن تطويرها من خلال التدريب والممارسة ، وقد تكون القدرات عقلية أو جسدية.

لاحظي : look

تطوير القدرة في أداء مهمة ما يكون أسهل إذا كانت لديك الاهتمامات والمؤهلات لإنجاح هذا الأداء ، غير أنه بالاهتمام الراسخ والعمل والمثابرة يمكنك التغلب على قدراتك الضعيفة وتجاوزها.



دانة تنمي موهبتها في الرسم

إن القيم والاهتمامات والمؤهلات والقدرات مرتبطة ببعضها.

فتوحيدها يساعدك على تحديد الوظائف التي سوف تساعدك على إنجاز هدفك المهني. وبالتدريب والتعلم المتقدم يمكن تطوير قدراتك المطلوبة.

نشاط
Activity

ما هو العمل الذي يثير اهتمامك أكثر؟ العمل في مجال السياحة والضيافة أو العمل في مجال تصميم الأزياء؟



نشاط
Activity

أكملي الفراغ في الجدول التالي :

القدرة	مهنة المستقبل
الرسم	
القراءة	
التصميم	
التدريس	

تعرفني أكثر على مهنتك learn about your career

بعد أن تعرفت قدراتك واهتماماتك ومؤهلاتك ، يمكنك أن تبدئي في البحث عن المهنة التي تناسبك ، وتكمن خطوة التخطيط المهني في معرفة كيف ستجدين المهنة التي تناسبك ؟

يجب أن تقومي بالبحث والاستكشاف عن المهن، حيث يمكنك الاستفادة من الموارد العديدة المتوفرة التي ستساعدك على اتخاذ القرار الذي يناسبك ، وذلك من خلال :

موارد المعلومات المهنية Career Information Resources

يمكنك الاطلاع على الموارد المتعددة المتوفرة التي ستساعدك على معرفة المهن وفهمها أكثر عن طريق :



١. التحدث مع أشخاص لهم خبرة بمهن محددة .
٢. جمع المعلومات من المكتبات.
٣. البحث عن طريق الإنترنت.

١ التحدث إلى أشخاص لهم خبرة بمهن محددة:



أصدقائك وأقاربك والأشخاص المعنيون بعالم الأعمال مصادر جيدة للمعلومات عن المهن ، أسألهم عن وظائفهم، فهذا يساعدك على اكتشاف الوظائف المختلفة التي تعجبك من مثل:

■ كيف اختاروا وظيفتهم ؟

■ ما الإيجابيات والسلبيات في وظيفتهم ؟

وعند التحدث مع الآخرين، ضعي في الاعتبار نوع الوظائف التي تهملك.



فالتحدث مع معلمة علوم الأسرة والمستهلك مثلاً عن اهتماماتك ومؤهلاتك وقدراتك وأهدافك المهنية يمكن أن يكون مفيداً لك.

الإثراء:



اختاري وظيفة أو مهنة. ابحثي عن هذه المهنة في الإنترنت وأعدي تقريراً عنها.

التحدث إلى أشخاص لهم خبرة بمهن محددة

٢ استعملي الموارد المكتبية: Use Library Resources:



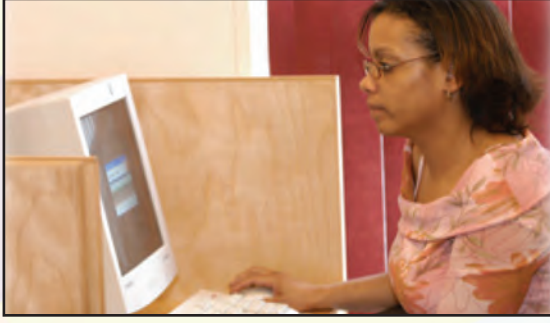
المكتبات العامة

معظم المكتبات غنية بمصادر عن المعلومات المهنية ، ابحثي في مكتبات المدارس والمكتبات العامة.

ابحثي تحت خانة ”مهن“ أو ”وظائف“ للحصول على المعلومات العامة. إذا كنت مهتمة بمجال معين ، كالتمريض أو التصميم أو الفنون أو الهندسة ، ابحثي في خانة هذا الموضوع.

يوجد مورد مكتبي آخر ألا وهو ”المطبوعات الدورية“ ، كالصحف والمجلات الرئيسية الخاصة بالتوظيف والمهن ، إن الفائدة منها ترجع الى أنها تزودك بمعلومات جارية وحديثة عن الوظائف الشاغرة .

٣ استخدم الإنترنت : Use The Internet



الإنترنت غني بالمواقع الوظيفية المعروفة عالمياً فما عليك إلا أن تبحثي بدقة وعناية في المواقع الموثوقة عن الوظائف التي تناسبك وبسؤال معلمة علوم الأسرة والمستهلك ستدلك على مواقع وزارة التربية للإنترنت.

لاحظي:

التكنولوجيا تغير عالم العمل والتجارة بسرعة كبيرة، وقد يغير الأشخاص وظائفهم وحتى مهنتهم مرات عديدة خلال سنوات عملهم، قد تدركين عزيزتي المتعلمة أن التدريب العلمي الرسمي لن ينتهي على الأرجح مع انتهاء المدرسة الثانوية أو المعهد فيجب عليك متابعة تدريبك بقدر المستطاع حتى يتسنى لك الوقوف على كل ما هو جديد في مهنتك.

نشاط
Activity

اكتبي مقابل كل صورة ما تعبر عنه من موارد عن المعلومات المهنية .

(١)

(٢)

(٣)

(١)



(٢)



(٣)





خياراتك العلمية

■ ماذا تحتاجين من مؤهلات علمية لإنجاز هدفك المهني؟

■ هل من المطلوب الخضوع لدورات تدريبية؟

إن الإجابة عن هذه الأسئلة هي الخطوة التالية في عملية التخطيط المهني.

واعلمي عزيزتي المتعلمة أن عالم العمل والتجارة في يومنا هذا أكثر تعقيداً وأكثر تنافساً، ومن الضروري تلقي العلم عن طريق التعليم المستمر والاطلاع، وتطوير المعرفة والمهارات التي يمكن استعمالها في العديد من الوظائف خطوة ذكية يجب اعتمادها، ولا يمكن لأحد توقع سوق العمل المستقبلي، فالتكنولوجيا الجديدة تحجب بعض الوظائف (القديمة منها) وتخلق وظائف أخرى جديدة.

التعليم كمورد

يقدم التعليم الجيد للشخص منافع عديدة في الحصول على وظيفة جيدة وراتب مناسب.

في الواقع، تتطلب العديد من الوظائف متابعة العلم والدراسة بعد المدرسة الثانوية. كما يمكنك الحصول على تدريب مهني في المعاهد التدريبية أو الجامعات. في بعض المجالات المهنية، تتوفر خيارات تدريب أخرى أيضاً، حيث تتوفر برامج التدريب في صورة دورات تدريبية. على سبيل المثال:

- * تقدم بعض الشركات للموظفين تدريباً حول المهارات في العمل.
- * تقدم بعض الوزارات الحكومية دورات وبرامج وورش عمل لتدريب موظفيها على مهارات العمل.

عزيزتي المتعلمة!

إن تسلحك بالعلم عامل رئيسي لتحديد الاختيارات الوظيفية، عليك اختيار نوع العلم الصحيح للمهنة التي تريدينها.

ناقشي : Discuss

- هل يمكنك التفكير للعمل في بعض الوظائف القديمة رغم تطور التكنولوجيا الجديدة؟
- هل فكرت في هذه الوظائف كخطوات أولية في مسيرة حياتك المهنية؟
- ما مدى أهمية الدخل المتوقع من اختيارك المهني؟
- هل سيكون الدخل في أعلى قائمة الأولويات أو في مرتبة أدنى؟

عوامل أخرى تؤثر على اختيارك المهني Other Factors Affecting Your Career Choice

عند اتخاذ أي قرار مهني ، عليك النظر في جوانب متعددة . ضعي في الاعتبار المتطلبات التعليمية والتدريبية للمهنة ، وبعض العوامل الأخرى التي يجب أن تنظري فيها مثل أسلوب المعيشة والدخل المتوقع وشروط العمل.

١ أسلوب المعيشة : Life Style



١. كيف تؤثر مهنتك على أسلوب حياتك؟
عند اختيار المهنة التي تناسبك، فكري في أسلوب الحياة الذي تريدينه.
٢. ما القيم والأهداف المهمة بالنسبة لك؟
إضافة إلى حرصك على وظيفتك فكري في تأثيرها على حياتك المستقبلية.
٣. هل تؤثر ساعات العمل الطويلة على حياتك الأسرية؟

٢ الدخل المتوقع: Potential Income



الدخل هو عامل آخر يوضع في الاعتبار عند اختيارك لأي مهنة .

نشاط Activity

- ما المهنة التي تتمنين العمل بها في المستقبل؟

- كم قيمة الدخل الذي تريد الحصول عليه ؟

- ما الدخل الذي تتوقعينه من مهنتك التي اخترتها ؟

- هل هذا الدخل كافٍ لتلبية احتياجاتك الأسرية؟

٣ شروط العمل : Working Conditions



العمل ضمن فريق Team Work

أيزعجك العمل في بيئة تسودها الضجة أم
تفضلين الجلوس في مكتب هادئ؟
أتريدين تحمل المسؤوليات عينها يومياً أم
ممارسة مجموعة مهمات متنوعة؟
أتحبين العمل في فريق أم تفضلين العمل
بمفردك؟

لكل عمل بعض السلبيات والإيجابيات،
لذا يجب أن يكون اختيارك المهني
مقنعاً ومقبولاً.

ضعي في الاعتبار تأثير مهنتك على
صحتك الجسدية والنفسية، فبعض
المهن تسبب الكثير من الضغوط
النفسية والتوتر. بعض الأشخاص



يعملون تحت الضغط والتوتر، بينما أشخاص آخرون لا يمكنهم ذلك، إذا كان
التوتر والضغط يؤثران على جودة الإنتاجية في العمل، فسوف يؤثران على الأرجح
على أسلوب حياتك أيضاً.

فكري في أهدافك وقيمك، فقد سبق وحددتها في درس القيم .
كيف ستؤثر على أسلوب حياتك المطلوب وعلى اختيارك المهني؟

تطبيق:

اتخاذ قرار مهني Making Career Decision



يعد القرار المهني أصعب القرارات التي يتم اتخاذها حيث إنّ اتخاذ قرار حالياً سوف يعطيك انطلاقة لتخطيطك المهني ، يمكن استغلال عملية صنع القرار التي تعلمتها في المرحلة المتوسطة في تحديد اختياراتك المهنية واتخاذ قرار أكثر حكمة عن كيفية توجيه حياتك، ومن ثم تحديد أهدافك المهنية حالياً واتخاذ الإجراءات حيالها. وخلال حياتك العملية ، قد تواجهين بعض التغييرات في قراراتك المهنية، قد تعملين في وظيفة ثم تتعلمين مهارات جديدة قد تؤهلك لوظيفة أخرى .

مثال :

لننظر إلى مهنة (دانة) بعد أن أنهت المرحلة المتوسطة قامت بتصميم بعض الملابس وعرضها للبيع، وبعد أن جمعت قدراً من المال قررت التسجيل في معهد حيث تفوقت فيه فعرضت عليها مديرة المعهد العمل لتدريب الطالبات، ثم قدمت في مراكز الدراسة المسائية وحصلت على الثانوية العامة وفي أثناء ذلك عملت بصفة مسؤولة لتدريب الفتيات بالمعهد صباحاً لعدة سنوات، وبعد ذلك تقدمت للدراسة في الجامعة وهي الآن معلمة لغة إنجليزية، كل اختيار مهني اتخذته (دانة) جعلها تخوض تجارب مهنية مختلفة.

عزيزتي المتعلمة:



عندما تتقدمين لوظيفة يجب أن تكوني مستعدة للقيام
بخطوتين مهمتين هما :

- ١ - إعداد سيرتك الذاتية .
- ٢ - الاستعداد للمقابلة عند التقدم للوظيفة التي
اخترتها .

أولاً : السيرة الذاتية : Curriculum Vita

تستخدم السيرة الذاتية عند التقدم لشغل وظيفة أو الحصول على منحة أو جائزة
في المجال الأكاديمي في بعض الأحيان ،وهنا سنستعرض سويا خطوات كتابتها،
ولتكن خطوة نحو إعدادك لمواجهة مستقبلك العلمي والمهني، ولكن قبل أن نتعرف
هذه الخطوات يجب أن تتعلمي بعض النصائح وخطوات كتابة سيرتك الذاتية :



النصائح Advices

- ١ يجب أن تعبر سيرتك الذاتية عن معنى (هذه
حياتي) بحيث تشمل بشكل واضح إنجازاتك
ونجاحاتك بأجمل صورة صادقة عن نفسك .
- ٢ اطبعي سيرتك الذاتية على ورق جيد النوعية
فنحن في عالم افتراضي يقدر الناس عن طريق العرض والمحتوى المتميز .
- ٣ كوني مقتصدة وبسيطة في استخدام نوع الخط الذي تكتبين به سيرتك الذاتية
ويمكنك الاستعانة بأحد المصممين المتخصصين، فقد يساعدك في كتابتها
بطريقة رسمية وجيدة إذا أردت ذلك .
- ٤ تذكر أنك في عصر الإنترنت حيث يمكنك تحميل سيرتك الذاتية على
شبكة الإنترنت لذا يجب أن تدققي بين فترة وأخرى الأسماء والتواريخ فيها
وتقومي بتحديثها من حين لآخر .

خطوات كتابة السيرة الذاتية :

١ اجمعي معلوماتك حول:

- المؤهلات العلمية التي حصلت عليها.
- جهودك في (المؤتمرات أو الندوات أو الصحف أو البحوث أو أنشطة أخرى ... الخ).
- الوظائف أو المهن التي عملت بها .

٢ حددي شكل سيرتك الذاتية :

بمعني أن تحدد الشكل النهائي لسيرتك الذاتية ، فهناك أشكال مختلفة للسير الذاتية تختلف حسب الهدف الذي صممت من أجله.

٣ حددي أهدافك :

- هل تبحثين عن وظيفة ؟
- هل تبحثين عن منحة علمية ؟
- هل تبحثين عن نشر نشاط لك ؟ الخ .

٤ ابحثي عن الاتجاهات الحديثة في كتابة السير الذاتية في المجلات والكتب ومواقع الويب المرتبطة بالمهن وبرامج التخرج وانظري في السير الذاتية بالإنترنت وخصوصاً تلك التي تدخل ضمن مدار اهتمامك .

٥ إذا كنت تبحثين عن وظيفة:

- سجلي الدورات التدريبية التي تعلمتها بحيث تتضمن اسم المؤسسات والأقسام.

٦ إذا كنت تطمحين في الحصول على درجة دراسية :

- ابدئي بتسجيل آخر مؤهل لديك ثم ما يسبقه من آخر خبرة تعليمية حصلت عليها .

٧ إذا كنت تريدين المشاركة في أنشطة معينة :

- سجلي (الأنشطة - المقالات - الكتب إلخ) التي أعدتها بحيث تتضمن الموضوع وسنة النشر ودار النشر .

ثانيا : الاستعداد للمقابلة : Be Prepared for the Interview

قبل مراجعة أي جهة بهدف الالتحاق بعمل فيها، يفضل الاستعداد للمقابلة الشخصية، لذا عليك :



- * البحث عن معلومات تتعلق بهذه الجهة، فحاولي مثلاً أن تعرفي المنتجات التي تبيعها أو الخدمات التي تقدمها .
- * تحدثي مع العاملين بالشركة أو مع أشخاص آخرين لهم علاقة بمن يعملون هناك .
- * حاولي أن تستكشفي كل ما يفتح لك الباب للعمل بهذه الوظيفة .

راجعِي مؤهلاتك الخاصة بالعمل ، وتابعي ما يلي :

١ كوني مستعدة : Be Prepared

وذلك بأن تكوني جاهزة للإجابة عن أسئلة صاحب العمل، فسوف يسألك بعض الأسئلة التقليدية من مثل :

* ماذا تعرفين عن شركتنا؟

* أي نوع من العمل تتطلعين للحصول عليه ؟

* لماذا تعتقدين أنك مؤهلة لهذه الوظيفة ؟

فعندما يعلم الذي يقابلك بأنك بحثت وعرفت معلومات عن الشركة، سوف يعلم حقيقتين عنك، الأولى هي أنك تريدين الوظيفة فعلاً، والثانية هي أنك ستضعين كل اهتمامك في هذا العمل.



٢ اظهري بمظهر حسن : Look Your Best

عزيزتي المتعلمة اعلمي أن الانطباعات الأولية مهمة جداً عندما تقابلين شخصاً ما لأول مرة، وأول ما يجذب انتباه الناس في أول مقابلة هو الالتزام بالمواعيد وارتداء الملابس المناسبة والاستعداد الجيد وعدم المغالاة في الزينة أو المكياج.

لاحظي:

لقد سبق لك دراسة اختيار الملابس الملائمة في مجال تصميم الأزياء بالمرحلة المتوسطة.

٣ عبري عن ثقتك بنفسك : Show Confidence

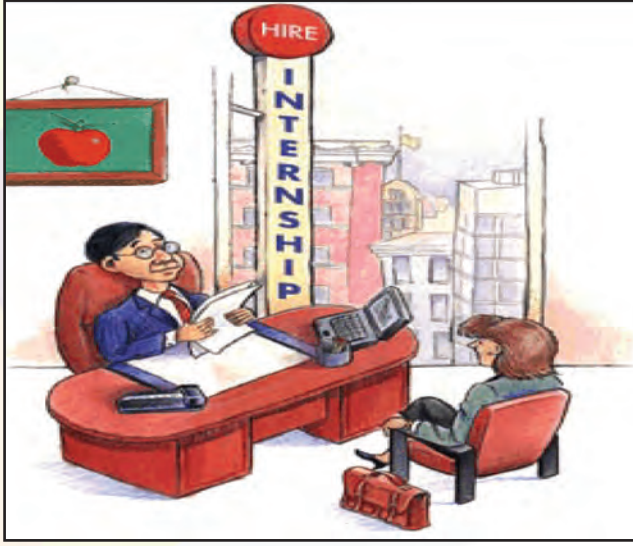
إن الطريقة التي تتصرفين بها عامل أساسي في أي مقابلة ، ويمكنك أن تشعر بثقتك بنفسك إذا اتبعت هذه النصائح :

- اذهبي للمقابلة بمفردك دون أن يحضر معك أحد من أفراد أسرته أو صديقاتك حتى لا يبدو الأمر وكأنك غير معتادة على الاعتماد على نفسك .
- استيقظي مبكراً قبل موعدك بخمس دقائق على الأقل .
- أخبري السكرتيرة باسمك، واسم الشخص الذي جئت لمقابلته، ثم انتظري لبدء المقابلة
- ابدئي المقابلة بتحية مناسبة .
- عندما تأخذين موضعك في الجلوس تأكدي من اتخاذك وضعاً مريحاً ، وخذي موقفاً جيداً وترقبي بحذر .

لاحظي:

المقابلة فرصتك للتعبير عن نفسك، فتحدثي عنها وعن تجاربك بإيجابية وكوني مستعدة لمناقشة خبراتك العملية وما لديك من قدرات واهتمامات وأهداف مهنية تعتقدين بأنها توصلك إلى هدفك .

٤ أظهري اتجاهاتك الإيجابية : Have a Positive Attitude



إن اتجاهاتك تعبر عنك بقدر ما تعبر كلماتك في المقابلة ، فأظهري ذلك كما يلي :

- حاولي أن تكوني إيجابيا فأظهري الاهتمام بما يقوله الشخص الذي يجري مقابلتك.
- كوني متحمسة للعمل ، ولا تبالي في هذه الحماسة، فإذا كنت تريدين العمل فعلاً سيدو هذا الأمر طبعياً .

- تكلمي بهدوء وبشكل واضح واستخدمي التعبيرات اللغوية الصحيحة.
- كوني صادقة فيما تقولينه أو تكتبينه، فلن يحقق الكذب مصلحتك .
- في أثناء المقابلة سيكون لديك فرصة لطرح الأسئلة، فقد تسألين عن مسؤولياتك الوظيفية وساعات العمل، وإذا عرضت الوظيفة عليك وأبدت اهتمامك لذلك فاسألي عن الإجازات والفوائد الإضافية الأخرى .
- يجب أن يفتح الشخص الذي يقابلك موضوع الأجر، فإذا قربت المقابلة على الانتهاء من حقك أن تسألي عما تتوقعينه من أجر مقابل العمل .
- في نهاية المقابلة يجب أن تشكري من قابلك لاختياره لك لشغل الوظيفة، وإذا لم يعرض الوظيفة عليك مباشرة كوني متفائلة ولا تكوني محبطة.

لا حظي:

إذا لم تستلمي أي رد حول عرض العمل لا تستسلمي واعلمي أن البحث عن العمل ليس سهلاً، بل يأخذ وقتاً وصبراً، لذا تعلمي من التجربة لأنك ستقابلين أرباب عمل عديدين فأظهري أفضل ما لديك، وفي تلك الأثناء استمري في البحث عن أعمالٍ أخرى.

التقويم؟

١. اذكر ثلاثة موارد عن المعلومات المهنية التي ستساعدك على معرفة المهن وفهمها أكثر

- ١-
- ٢-
- ٣-

٢. ما العوامل التي تؤثر على اختيارك المهني ؟

-
-
-
-
-
-

٣. كيف يمكنك اتخاذ قرار مهني ؟

-
-
-
-
-
-

٤. سجل خطوات كتابة السيرة الذاتية

-
-
-
-
-
-

الفصل الثاني

(١) إدارة الموارد المالية

(٢) الميزانية

(٣) الادخار

إدارة الموارد المالية Financial Resource Management



كلمات تعرفت عليها خلال هذا الموضوع :

المصطلح باللغة الإنجليزية	المصطلح باللغة العربية
Financial Resources	الموارد المالية
Income level	الدخل المالي
Age	العمر
Educational level	الدرجة العلمية
Budget	الميزانية
Earned Income	دخول مكتسبة
Un Earned Income	دخول غير مكتسبة
Expenses	نفقات
Fixed expenses	المصروفات الثابتة
Flexible expenses	المصروفات المرنة
Optional expenses	المصروفات الاختيارية
Transportation	النقل والمواصلات
Entertainment	الترفيه
Saving	الادخار

إدارة الموارد المالية

إدارة الأموال بطريقة صحيحة تكفل لك العيش السعيد وتحقق لك أهدافاً للمستقبل،
فنحن نعيش في عالم يلعب المال دوراً هاماً فيه.



العوامل التي تؤثر في إدارة أموالك

Factors affecting your financial Management



الادخار يساعدك على تحقيق أهدافك

(١) - القيم والأهداف. Values and Goals

(٢) - العمر. Age

(٣) - الدرجة العلمية. Educational Level

(٤) - الدخل المالي. Income Level

هل يمكنك التمتع بالحياة على أن تنفقي ٩٠٪ من مجموع دخلك؟ إذا كان بإمكانك توفير ١٠٪ من الدخل الشهري، فسيسهل عليك تحقيق أهداف المستقبل وهذه العملية ليست مجرد حظ، بل يجب التعرف على ما تريد تحقيقه من أهداف ثم وضع خطة لتحقيق هذه الأهداف.

أما عدم التخطيط فينتج عنه حياة غير مستقرة.

نشاط Activity

إن من الضروري أن تكون لك أهداف محددة حتى تساعدك في عملية التوفير. وهذا النموذج سيساعدك على تحديد أهدافك وتحديد المبلغ الواجب ادخاره وتوفيره لتحقيق الهدف.

- ١- حددي مجموعة من الأهداف قصيرة المدى والأهداف بعيدة المدى.
- ٢- قدري قيمة المبلغ اللازم لتحقيق قيمة كل هدف .
- ٣- سجلي المبلغ المدخر حالياً .
- ٤- قدري كم من المال يلزم توفيره شهرياً لتحقيق الهدف .

الأهداف قصيرة المدى	المبلغ اللازم لتحقيق الهدف	المبلغ المدخر K.D	التوفير الشهري	الفترة الزمنية لتحقيق الهدف
١-				
٢-				
٣-				

الأهداف بعيدة المدى	المبلغ اللازم لتحقيق الهدف	المبلغ المدخر K. D	التوفير الشهري	الفترة الزمنية لتحقيق الهدف
١-				
٢-				
٣-				

أهمية التخطيط المالي : Importance of Financial Management



يساعدك التخطيط المالي على:

١. تقرير أهدافك وتحديد حاجاتك الفعلية .
٢. العيش حسب الإمكانيات المادية المتوافرة.
٣. التطوير في التفكير ونوع المعيشة .
٤. إدارة الأموال على الوجه الأكمل .
٥. ادخار جزء من المال .
٦. تحقيق الأمان المالي عند وقوع ظرف معين
٧. زيادة الاعتماد على النفس .



لقد حان الوقت أن تعرفي :

- ما المقصود بالميزانية ؟
- ما الأسس العامة لوضع الميزانية؟
- أهمية تخصيص مبلغ من المال للاستثمار وتنمية لدخلك.

اعلمي:

إن رسم خطوات ميزانيتك ووضعها موضع التطبيق يساعدك كثيراً في تحقيق أهدافك وحمايتك من أية طوارئ مالية غير متوقعة .

عزيزتي المتعلمة:

كيف تتصرفين في المواقف التالية:

- ١- سرقت سيارتك وأنت تحتاجينها في الذهاب لتصرف أعمالك اليومية.
- ٢- تضرر معظم أثاث منزلك بسبب الأمطار الغزيرة .
- ٣- أحد أفراد الأسرة يحتاج إلى عملية جراحية .
- ٤- حدث حريق في المنزل تسبب في خسائر مادية كبيرة .

ألا ترين أنه من الضروري لكل أسرة أو فرد الادخار لمواجهة تلك الطوارئ غير المتوقعة.



الموازنة بين الدخل والمنصرف

الميزانية: Budget

هي تخطيط لتحديد طريقة إدارة أموالك وضبط توقيت مشترياتك لتحقيق أهدافك قصيرة المدى وطويلة المدى .

فإذا لم تكن لديك ميزانية فلن تتمكني من الادخار لتحقيق أهدافك المستقبلية.

نشاط
Activity

عزيزتي المتعلمة :
أعطي نفسك بصدق في حالة الإجابة بنعم خمس درجات، وإذا كانت الإجابة
بلا أنقصي خمس درجات :

الرقم	السؤال	التقييم
١-	هل لديك حالياً ميزانية تقديرية لدخلك ومصروفاتك ؟	
٢-	هل قمت يوماً بالادخار من مصروفك اليومي أو الأسبوعي ؟	
٣-	هل خططت يوماً لشراء حاجيات ضرورية لمساعدة والديك في أمر ما ؟	
٤-	هل فكرت يوماً بتوفير جزء ولو يسير من مصروفك في البنك ؟	
٥-	هل قمت يوماً بتسجيل مصروفاتك اليومية في دفتر ؟	
٦-	هل لديك حالياً خمسة دنانير تريد ادخارها ؟	
٧-	المجموع	

«إذا كان مجموع درجاتك أقل من عشرين درجة فأنت بحاجة لوضع ميزانية
لحياتك المستقبلية»

.....

.....

.....

.....

الأسس العامة لوضع الميزانية The basics of making a budget

١. تأسيس الأهداف المالية Establishing a financial goals

الخطوة الأولى في بناء الميزانية هي إيجاد أهداف للإنفاق . فهدفك الأول يجب أن يحقق جميع مستلزماتك واحتياجاتك الأساسية .
فيجب أن يكون لديك أهداف قصيرة المدى لمواجهة الأشياء التي يجب أن تشتريها بأسرع ما يمكن . وكذلك أهداف طويلة المدى لمواجهة الأشياء التي تريد شراءها مستقبلاً .
الأهداف طويلة المدى غالباً ما تركز حول الأشياء المكلفة . لأن تحقيقها يتطلب توفير المال على فترة زمنية طويلة . فعندما تقرر أهدافك رتبها بعد تقدير كلفة كل مادة . فهذا سيساعدك في وضع ميزانية مالية لسد حاجاتك الأساسية وبتلك الطريقة يمكنك تحقيق أهدافك .

٢. تحديد موارد الدخل Determine Resources of income

الخطوة الثانية في عمل ميزانيتك هي أن تحدد موارد دخلك . ونعني بذلك تحديد المال الذي تحصلين عليه من كل مورد .
فالدخل هو كل المال الذي تحصلين عليه أو تستلمينه .
والدخل نوعان :

النوع الأول :

دخول مكتسبة Earned Income

تستلمين فيها المال من العمل على شكل راتب أو أجور أو عن طريق لجان أو الكسب من التجارة أو علاوات دورية أو مكافآت إلخ .



النوع الثاني : دخول غير مكتسبة Unearned Income

هي فوائد على الحسابات المصرفية أو حصص الأسهم أو الجوائز والهدايا وغيرها.
فعند النظر في دخلك تذكر أن أي شيء يخصم من راتبك، يعد مالاً مستهلكاً

٣. تقدير النفقات Evaluating Expenses



إن الخطوة الثالثة في بناء ميزانيتك أن تقدري نفقاتك أولاً، دوني قائمة من المواد التي تريد شراءها وتكلفة كل منها، هذه القائمة ستعكس أنماط إنفاقك، لاحقاً يمكنك أن تراجع القائمة لرؤية ما إذا كنت تحتاجين لتغيير أنماط إنفاقك أم لا؟

تقسم النفقات إلى ثلاثة أبواب رئيسية هي:

(أ) باب المصروفات الثابتة والادخار : Fixed Expenses & Saving



ويشمل الإيجار أو الأقساط أو الرهن أو أقساط التأمين أو التعهد بالمساهمات الخيرية. ويجب أن يعتبر الادخار ضمن النفقات الثابتة أيضاً. فإذا لم يكن لديك التزام بتوفير كمية معينة من المال فسوف تنتهي أمورك بأن لا توفري شيئاً أبداً.

(ب) باب المصروفات المرنة :
Flexible Expenses



هي النفقات التي تحدث مراراً وتكراراً لكن تتغير في الكمية من وقت لآخر، وتشمل الغذاء والملابس - الانتقال - اللوازم المنزلية (فواتير الكهرباء - الماء والغاز - أجور الخدمة..).

(ج) باب المصروفات الاختيارية :
Optional Expenses



ويشمل المصروفات الإضافية التي تصرف على وسائل الرفاهية والتي تجعل الحياة أكثر سهولة ومتعة مثل : المسرح ، النوادي ، الرحلات ، الهدايا، التبرعات .

أمثلة من المصروفات الاختيارية

٤. مقارنة الدخل : Compare Income

إن الخطوة الرابعة في تطوير ميزانيتك هي أن تقارني بين دخلك ونفقاتك. فإذا كان دخلك أكبر من نفقاتك يمكنك أن تضعي المال الإضافي في اتجاه تحقيق أهدافك. وإذا كان دخلك متساوياً مع نفقاتك فستكوني قادرة على الوفاء بكل التزاماتك. لكنك لن تستطيعي العمل على تحقيق أهدافك. وإذا كان دخلك أقل من نفقاتك فلن يكون لديك مال كافٍ لتحقيق التزاماتك.

فإذا لم تكوني قادرة على تخفيف التزاماتك لا بد أن تعيدي النظر في موازنة دخلك ونفقاتك. ثم يجب عليك إما زيادة دخلك أو تقليل نفقاتك.

٥. كتابة الميزانية ومتابعة السجلات Keep Record of your Budget



الخطوة الخامسة في التخطيط للميزانية هي كتابة الميزانية في سجل خاص، وذلك يساعدك في المحافظة على الصرف في حدود ميزانيتك. وعندما تبدئين بنظام متابعة التسجيل اجعليه بسيطاً. فمن المحتمل أن تستخدم نظامك البسيط هذا بانتظام ودقة. الميزانية المكتوبة يمكن أن تصمم بأكثر من أسلوب، فاختاري الأسلوب الذي تجدينه سهل الاتباع. فقد تقررين شراء نموذج لسجل المصروفات الشهري أو سجل حسابات، وبهذه الطريقة تخصص كمية معينة من المال لكل بند، وبذلك يمكنك ما تتحمله من نفقات كما يمكنك أن تحدد أي النفقات قد تخرج عن السيطرة.

٦. تقويم الميزانية: Evaluate Budget

مثل أي عملية تخطيط جيدة، تكون الخطوة الأخيرة في تخطيط الميزانية هي التقييم. فكل بضعة شهور يجب أن تقيمي إنفاقك لمعرفة ما إذا كانت ميزانيتك تسير وفق ما هو مخطط له. فإذا كان لديك فائض من المال يجب أن تكوني فخورة بنفسك، وإذا أسرفت حاولي أن تكتشفي لماذا؟ ربما سمحت بالإسراف في نفقات صغيرة، لذا فأنت تحتاجين لإجراء بعض التعديلات في ميزانيتك.

ربما ستزيد حصتك في بند واحد وسينعكس ذلك بدقة على أنماط إنفاقك. وعلى أية حال تذكري بأن هذا سيتطلب تخفيض حصتك في بند آخر لإبقاء ميزانيتك متوازنة واعلمي بأن الميزانية ليست جدولاً صارماً لا يمكن أن يتغير عندما تكون هناك حاجة لتغييره، بل يجب أن تخططي الميزانية لصالحك.

المفردات :

ما الفرق بين النفقات الثابتة والنفقات المرنة ؟

تطبيق:

اكتبي الخطوات الست في بناء الميزانية ؟

..... -

..... -

..... -

..... -

..... -

..... -

نشاط

Activity

سجلي بالتعاون مع والدتك المصروفات الشهرية للأسرة في نموذج سجل المصروفات الموضح لك.

..... -

..... -

نموذج لسجل مصروفات شهري للأسرة

ملاحظات	المصروفات		بيان المصروفات	الإيرادات
	د . ك	فلس		
			المصروفات الثابتة والادخار أقساط عقارية أقساط مشتريات اشتراك هاتف تأمين سيارة مصروفات للطوارئ مدخرات ثابتة المصروفات المرنة الغذاء اللوازم المنزلية نفقات شخصية الملابس مصاريف انتقال أجور الخدم المصروفات الاختيارية مصروفات ترفيهية رحلات هدايا تبرعات علاج	إيرادات ثابتة : راتب شهري للزوج راتب الزوجة راتب الابن إيرادات دورية : فوائد ادخار أرباح مشاريع تجارية أرباح أسهم ومستندات إيرادات أخرى : أعمال إضافية
			المجموع صافي الدخل الشهري مجموع المصروفات الفائض (+) العجز (-)	مجموع الإيرادات أي صافي الدخل الشهري للأسرة

تخفيض النفقات المرنة Reducing Flexible Expenses

نشير هنا إلى أنك تحتاجين لاتخاذ قرار إذا كانت نفقاتك أكثر من دخلك أو مساوية له. خطوة واحدة يمكن أن تتخذ لتزيلي دخلك . ربما يمكنك أن تعملي وقتاً إضافياً أو تعملي أعمالاً صغيرة مختلفة لكسب المال الإضافي أو أن تقومي بتخفيض النفقات عن طريق:

١- الطعام : Food



تتضمن ميزانيتك الغذائية كلفة كل الطعام والشراب المستهلك داخل البيت أو المدرسة أو العمل . وكذلك الأطعمة التي تأكلينها في المطاعم والتي تمثل جزءاً من ميزانيتك الغذائية . فإذا أردت أن تخفصي نفقاتك الغذائية يجب أن تنظري إلى ما تشتريين ومن أين تشتريين. فوجبات الطعام السريعة وأكل المطاعم أكثر كلفة في هذا البند من ميزانيتك . ويمكنك التغلب على



وجبة سريعة



وجبة منزلية

هذه المشكلة وتوفير المال بإعداد الطعام في المنزل فهو أوفر وأصح أيضاً.

لا حظي : Look

شراء الأطعمة الخفيفة وأنت خارج المنزل يكلفك الكثير من ميزانيتك الغذائية. فإذا كنت تشتريين وجبة خفيفة كل يوم فاجمعي الكلفة على مدى سنة، وسوف تتفاجئين عندما تكتشفين كم تنفقين على ذلك. فقد تقررين التخلي عن الوجبة الخفيفة والاحتفاظ بالمال لشيء آخر.

٢- الملابس : Clothing



تتضمن ميزانية الملابس كلفة جميع أسعار مشتريات الملابس وتكون كلفة المصبغة والتصليح جزء من هذا البند أيضاً.

يمكنك أن توفري المال بشراء النوعية الجيدة من الملابس. فالملابس المتينة والمصنعة جيداً قد تكلفك كثيراً لكنها لا تستبدل ولا تتلف بسرعة في أغلب الأحيان .

٣- النقل والمواصلات : Transportation



يتضمن هذا البند تكلفة السيارات أو المركبات . فالكيروسين والبترول والصيانة تندرج تحت هذا البند ايضاً وكذلك أجور السفر بالباص والطائرة .

يبدو أن توفير المال صعب في هذا البند، لأنه لا يمكنك الاستغناء عن السيارة. وعلى أية حال قد يمكنك توفير المال بالمشاركة مع أفراد أسرتك في سيارة واحدة.

٤. الترفيه: Entertainment



يتضمن بند المصروفات الترفيهية النفقات التي تتعلق بالعطل أو الإجازات والترفيه وممارسة الهوايات، وأي مال ينفق للاسترخاء والمرح والسرور يدرج تحت هذا البند .
كمية المال التي تنفقيها تحت هذا البند تعتمد على نوع الأنشطة التي تقومين بأدائها . فتأجير فيديو تكلفته أقل من تذكرة للمسرح . والذهاب للتخييم تكلفته أقل من جولة بحرية، على أية حال يجب أن تختاري أنواع الاستجمام التي تتمتعين بها . فقيّمي نفقات الترفيه وما يتعلق بالنفقات الأخرى ثم قرري كم من المال ترغبين في صرفه على الأنشطة الترفيهية التي تريدينها.

زيارة أبراج الكويت



الذهاب إلى المقاهي الحديثة



السفر إلى مخيمات خارج الكويت

٥ - النفقات الأخرى Other Expenses



النفقات المتنوعة يمكن أن تؤثر على ميزانيتك. هذه النفقات قد تتضمن التجهيزات المدرسية والهدايا... لذا ستحتاجين إلى تقييم كم من المال ستنفقين على هذه المواد. وقد تحتاجين إلى تحديد بنود خاصة لذلك من ميزانيتك. وإعلمي أن الميزانيات الشخصية يجب أن تبدأ بالبنود التي تلي حاجاتك الفردية.

استخدام الحاسب الآلي في إدارة الأموال : Using Computers in Financial Managements



إن استخدام جهاز الحاسوب في تسجيل أبواب الميزانية يجعل عملية إدارة المال أسهل. بالضغط على مفتاح يمكن أن تعرفي كم من المال أنفقت، وفي نهاية الشهر يمكنك أن تستخرجي ورقة مطبوعة تساعدك في وضع ميزانية الشهر التالي.

اعلمي

- * إن الثروة ليست بما تصرفين من مال ولكنها ما تدخرينه منه .
- * إذا أحسنت التصرف في مصروفك ومالك من الآن فقد تشعرين بالسعادة ولكن إن أسأت التصرف فيه فقد تواجهين مشاكل مادية صعبة مدى الحياة .
- * تعلمي التخطيط لإنفاقك من الآن لأنه سيساعدك بشكل مباشر في ضمان وضع ميزانية في المستقبل .
- * إذا كان الفرد العادي يأكل ثلاث وجبات في اليوم ، وأبسط الوجبات السريعة تكلف دينارين، فإن التكلفة السنوية لتلك الوجبات تصل إلى ٢١٩٠ ديناراً.
- * ألا تعتقدين الآن أن التخطيط للميزانية أمر هام و ضروري جداً.

الادخار Saving

يقصد بالادخار اقتطاع جزء من الدخل المالي بعد أوجه الإنفاق المختلفة بغرض الاستثمار لتحقيق أهداف طويلة أو قصيرة المدى أو لاستخدامه في الظروف الطارئة.

أنواع الادخار المالي

- ١ - الادخار الإجباري: هو اقتطاع جزء من الدخل من قبل الدولة في مقابل المعاش التقاعدي لموظفيها عند نهاية خدمتهم.
- ٢ - الادخار الاختياري: ونعني به امتناع الفرد عن استخدام جزء من دخله برضاه بقصد المصلحة المستقبلية ويشمل هذا النوع من الادخار حسابات التوفير في البنوك.

أهمية الادخار في تنمية الدخل الأسري والوطني

يعتمد تمويل رأس المال في كل اقتصاد أيّاً كان على مصادر مختلفة من أهمها الادخار المحلي الذي يشمل الادخار العائلي (ادخار الأفراد) وتشمل مدخرات الأفراد في أرصدة الودائع الادخارية بالبنوك وصناديق التوفير البريدية والسندات وغيرها. وتشجع الدولة الأفراد على الادخار لما له من فائدة تعود عليها وعليهم على حد سواء مما يساهم في إنماء الدخل القومي للدولة.

ما هو تقييمك لنفسك في إدارة أموالك؟

إدارة الأموال	موافقة	أحتاج إلى تطوير
١ . لدي نظام خاص لحفظ الأوراق والفواتير المهمة .		
٢ . لقد سجلت أهدافي المالية مع تحديد القيمة الفعلية لكل منها .		
٣ . أحرص على ادخار المال باستمرار لتحقيق أهدافي الخاصة .		
٤ . لدي بعض المال المدخر للطوارئ .		
٥ . لدي خطة خاصة للتوزيع بين الدخل والمصروف والادخار للمستقبل .		
٦ . دائماً أتابع وأغير خطتي المالية لتتفق مع ظروفى المتغيرة .		
٧ . أتحاشى عملية الشراء غير المدروس لأنه يؤثر على خطتي المالية .		
٨ . أتحاشى البذخ فى صرفى على الهدايا وتناول الطعام خارج المنزل بشكل متكرر .		
٩ . عندما تقل السيولة فى أموالى أقلص من مصروفاتى حتى يتناسب الصرف مع الدخل .		
١٠ . أستخدم بطاقات الائتمان بحذر وفى ظل الظروف الاضطرارية حتى لا أدفع فوائد عليها .		
١١ . أقرأ موضوعات اقتصادية ومالية حتى أنمى معلوماتى فى مجال إدارة الأموال .		

التقويم؟

السؤال الأول :

أجيب على الأسئلة التالية:

- (أ) - ما العوامل التي تؤثر على إدارة أموالك ؟
- (ب) - ما فوائد التخطيط المالي ؟
- (ج) - ما المقصود بالميزانية ؟

السؤال الثاني :

(أ) - أكمل الفراغات في الجمل الآتية بالكلمات المناسبة:

يمكننا تصنيف النفقات الأسرية تحت أبواب الرئيسية التالية :

- ١- باب النفقات
- ٢- باب النفقات
- ٣- باب النفقات

(ب) - الطعام والمسكن كلاهما ضروري ، ومع ذلك يمكن اعتبار السكن مصروفاً ثابتاً في حين يعتبر الطعام مصروفاً مرناً فلماذا ؟

.....

(ج) - لماذا لا نستطيع تخصيص نسبة معينة من الصرف على كل باب من أبواب النفقات ؟

(د) - ما العناصر التي يجب أخذها بعين الاعتبار عند تقدير دخل الأسرة - خلاف الأجر والرواتب ؟

.....

السؤال الثالث :

اكتب مقالاً بسيطاً عن أهمية الادخار في تنمية الدخل الأسري والقومي .

الفصل الثالث

- (١) المستهلك والقانون
- (٢) اتخاذ قرارات التسوق

المستهلك والقانون Consumer and the Law



كلمات تعرفت عليها خلال هذا الموضوع :

المصطلح باللغة الإنجليزية	المصطلح باللغة العربية
Consumer	مستهلك
Law	القانون
Rights	حقوق
Responsibilities	مسئوليات
Select Wisely	الاختيار بحكمة
Follow Instruction	اتباع التعليمات
Safety Right	حق السلامة
Consumer Protection	حماية المستهلك

المستهلك والقانون Consumer and the Law

إن المستهلك هو المحور الذي تتوقف عليه حركة السوق في البيع وفي إنتاج السلع ووفرة العرض أو قلته، ويتوقف عليه نجاح أو فشل التسويق، فهو المحور الأساسي في تلك العملية لأن احتياجات المستهلك ورغباته في الشراء السبب المباشر لوجود حركة التجارة وفشلها أو نجاحها.

تعريف المستهلك:

هو الشخص الذي يستخدم السلعة أو الخدمة..

الوعي الاستهلاكي:

هي مقدرة الفرد على حسن استخدام واستغلال الموارد المتاحة أكانت مرتبطة بالمأكل أم بالملبس أم بالسكن أو بكافة الخدمات وعدم الاسراف في استخدامها وتقليل الفاقد منها بقدر الامكان.

حقوق وواجبات المستهلك : Consumer Rights and Responsibilities

إن تحقيق العدالة لكل من البائع والمستهلك قاعدة مهمة، فالممارسات غير القانونية لبعض رجال الأعمال تضر بكل من المستهلك والمنتجين. الحقوق التي يجب عليك معرفتها :

١ - حق المعرفة



بصفتك مستهلكة، لديك الحق في الحصول على المعلومات الدقيقة عن المنتجات والخدمات من خلال المصادر الموثوقة، فمثل هذه المعلومات يمكن أن تساعدك على القيام باختيارات الشراء الحكيمة واستخدام المنتجات بحكمة عندما تشترينها. والإعلان الغني بالمعلومات المفيدة يجب أن يزود المستهلك بمعلومات حول التكلفة والميزات والفوائد والاستخدامات.



يجب تفحص المنتج قبل شرائه

فالبائع واسع الاطلاع والصادق يمكن أن يجيب عن الأسئلة المتعلقة بنوعية وأداء المنتج، كما أن المنشورات تزود المستهلك بنصائح حول مقارنة التسوق ونتائج اختبارات المنتج، فمثل هذه التقارير الاستهلاكية تعد واحدة من وسائل النشر، حيث تتضمن علامات المنتج معلومات حول الاستخدام والعناية، الميزات، والضمانات.

عزيزتي المتعلمة:



إنك كمستهلكة لك حقوق و عليك واجبات فعندما تتوفر لديك المعلومات عن المنتج أو السلعة التي تريد الحصول عليها فعليك تحمل مسؤولية استخدام هذه المعلومات، والإعلان يعمل على إعلام المستهلك، لكن هل كل ما يذكره الإعلان حقيقي؟

تمنع القوانين الدعايات المغرضة في محاولة لتضليل الجمهور، فاقري تقارير المستهلك في الصحف والمجلات و اقري علامات المنتج وكذلك كيفية الاستخدام ، اسألي عن المصادر الموثوقة التي استخدمت المنتج وشاركي الآخرين في آرائهم، ثم قارني المنتجات والخدمات التي أمامك لتقرري أي منتج أو خدمة أفضل .

٢. حق الاختيار

المستهلك لديه الحق في اختيار المنتج الذي يريد استخدامه ، وليكون لديه حق الاختيار يجب أن تتوفر له منتجات متنوعة ليختار منها . ولنفترض بأن المنتج الذي تريدينه تنتجه شركة واحدة فقط وأن هذه الشركة استخدمت أساليب غير قانونية لإبعاد المنتجات المنافسة من السوق وستكون بذلك محتكرة هذا المنتج وهى الشركة الوحيدة التي يمكن ان تشتري منها ذلك المنتج وسوف لا يكون لديك حق اختيار النوعية أو السعر ، فإذا احتجت ذلك المنتج ستشترينه من هذه الشركة فقط مهما كان سعره .



لذا فالقوانين التي تمنع الاحتكار تعمل على تنويع المنتجات والخدمات المتاحة للمستهلك وبأسعار متنوعة، فكل بائع يجب أن ينافس الآخر على مال المستهلك فالمنافسة تخلق اختيارات أكبر للمنتج وأسعاراً أقل .

ناقشي : Discuss

• أهمية الإعلام في اختيارك للمنتجات والسلع.

تفحصي السلعة بتمعن وبدقة قبل شرائها

مسئولية الاختيار بحكمة :

The responsibility to select wisely

بمجرد أن يتاح تنوع المنتجات والخدمات فأنت مسؤولة عن الشراء بحكمة، فتسوقي بعناية لتجدي السعر والنوعية الممتازة .

الحق في معرفة الأداء:

بصفتك مستهلكة ، لديك الحق في التأكد من أن المنتج الذي تشتريه يؤدي الغرض منه، وماذا تفعلين لو اشتريت منظفاً آمناً للاستعمال لكل الأنسجة ثم وجدت أن قميصك المفضل لم ينظف بعد استخدامه ، إن لديك الحق في معرفة الأداء من المنتج أو الخدمات قبل استعمالها .

٣. حق التأكد من الصلاحية



للحصول على أداء أفضل من المنتج، يجب أن تستخدمي المنتج بعد أن يكون قد تم تجربته من قبل :
فعلى سبيل المثال، تفترض البطاقة على قنينة تحتوي مواد تنظيف سائلة ((تستعمل على البلاط فقط وقد تضر بالنهايات الخشبية)) فلن يكون عليك إلا أن تلومي نفسك إذا استعملته على منضدة الطعام وتلفت النهاية الخشبية .

يتطلب من منتجي الملابس وضع علامات عناية مسجلة فاقري واتبعي توجيهات المنتجين بعناية فماذا لو كانت العلامة على الجاكيت مكتوب عليها للتنظيف الجاف فقط وأنت قمت بغسله ؟ فلن تستطيعي الشكوى إذا انكماش .
يزود معظم المنتجين منتجاتهم التي يبيعونها بكتيبات العناية والاستخدام و تعطي هذه الكتيبات تعليمات مفصلة للاستعمال.

٤. حق السلامة: Safety Rights



عليك مسؤولية استخدام جميع السلع بسلامة

المسؤولية في استخدام المنتجات بسلامة :
بصفتك مستهلكة، عليك مسؤولية استخدام المنتجات بسلامة، فلا بد أن تقرئي البطاقة أو الكتيبات لتكتشفي إذا ما استخدمت المنتجات بالطريقة الخطأ، ربما تكون خطرة ، بعض المنتجات تكون آمنة جداً عندما تكون جديدة، وربما تصبح خطرة بعد فترة طويلة من التخزين.

لا حظي

إذا اشتريت منتجاً ولم يؤد الغرض منه فإن لك الحق في إرجاعه أو الاستعانة بالسؤال عن المساعدة، ولك حق الشكوى المسموعة أو اتخاذ إجراء للشكوى إذا:

١. اكتشفت عيوباً في المنتج الذي اشتريته .
٢. وجدت خدمات المنتج غير صحيحة.
٣. لم تستلمي البضاعة التي اشتريتها .
٤. لم يكن الضمان سليماً.

٥. الحق في الإنصاف أو التعويض:



أي حقلك في الحصول على تسوية عادلة لشكاواك بما في ذلك تعويضك عن الأضرار التي لحقت بك من السلع الرديئة أو الخدمات غير الكافية. قد تكون بعض مشاكل المستهلك صعبة على مستوى فردي، فإدارة حماية المستهلك قد تساعد في حل بعضها، أما بعضها الآخر الذي ينحصر

في حالة واحدة فقد تحتاجين إلى تشريع لحلها، لذا تجدين في وزارة التجارة والبلدية عادة قسمًا يقبل الشكاوى ويتصرف بناء على شكاوى المستهلك، وقد يحتاجون إلى معلومات حول هذه المشاكل فيمكنك أن تتوجهي لإرشادهم عما قد يسبب هذه المشاكل .

كما أن وسائل الشكاوى الإعلامية (الصحف، محطات الإذاعة، التلفاز) تزود هذه الوسائل ببرامج تستقبل شكاوى المستهلكين، وهي الطريقة الأسرع والأضمن للوصول إلى عدد كبير من المسؤولين.

حقوق المستهلك وواجباته

حقوق المستهلك	واجبات المستهلك
١ - حق المعرفة	معرفة الحقائق والمعلومات التي تساعد على اتخاذ القرار السليم
٢ - حق الاختيار	الاختيار بحكمه من أنواع مختلفة من السلع
٣ - حق التأكد من الصلاحية	اتباع التعليمات وفحص السلع قبل الشراء
٤ - حق السلامة	أن تضمن الدولة للمستهلك سلامة السلع وخلوها من أية أضرار
٥ - الحق في الإنصاف أو التعويض	الحصول على تسوية عادلة في حالة التعرض لمشكلة استهلاكية

اعلمي عزيزتي المتعلمة:

تضع الحكومة لوائح الترخيص وذلك لإصدار الرخص الرسمية للأشخاص الذين يتأهلون لأداء بعض الخدمات ، ووضعت هذه اللوائح المعايير التي يجب أن تطبق على الرخص لأداء الخدمة الممنوحة لأجلها ، فاللوائح قد تلغي الرخص أيضاً فعلى سبيل المثال :

يفترض أن شخصاً ما حصل على رخصة لأداء خدمة ، وقد تمت بشكل لا أخلاقي ، فاللائحة قد تعلق أو تلغي هذه الرخصة في تلك الحالة .



احرصي على قراءة الدليل الإرشادي المرفق مع أي منتج أو سلعة

تغطي جميع لوائح الترخيص العديد من مناطق الخدمة ، فإذا كانت لديك شكوى يمكنك التبليغ عن اللائحة المناسبة لحالتك وستقوم الجهات المختصة في حماية المستهلك بالنظر فيها ، فهي تهدف لحمايتك من الغش التجاري والممارسات غير القانونية ضد المستهلكين .

نشاط
Activity

لقد طلبت منك والدتك الذهاب لشراء بعض احتياجات المنزل من الجمعية المجاورة، اذكرى مما تعرفينه كيف تمارسين حقوقك الاستهلاكية في عملية الشراء :-

- ١-.....
- ٢-.....
- ٣-.....
- ٤-.....
- ٥-.....

- عندما عدت إلى المنزل وجدت والدتك أن أحد المنتجات قد انتهت صلاحيته منذ يومين - (ما ذا تفعلين في هذه الحالة ؟) .

.....

- اذكرى بعض الحالات التي يحق لك فيها تقديم شكوى؟

.....

.....

.....

.....

كيف تحل مشكلة استهلاكية ؟ How to resolve consumer problems



إن معرفتك وممارستك لحقوقك بصفتك مستهلكة هي مفتاح حل مشاكلك الاستهلاكية. وقوانين حماية المستهلك موجودة لحمايتك ولحل كل مشكلة تواجهك. فأحياناً يكون الأشخاص هم المسؤولون عن مشاكلهم الاستهلاكية الخاصة، وهذا يحدث عندما يهملون مسئولياتهم الاستهلاكية فلا يستفيدون من المعلومات المتوفرة لديهم عن المنتج، وبذلك يفقدون حقهم في الشكوى .

فإذا اشترت سلعة واكتشفت بها عيباً أو تلفاً فبادري الى:

١. التوقف عن استعمالها.
 ٢. الاتصال بأسرع وقت ممكن بصاحب المحل أو المسئول المباشر لإخباره عن التلف أو الذهاب إليه إذا أمكن.
 ٣. كوني سلسلة في مناقشة صاحب المحل حتى يمكن مساعدتك لحل المشكلة.
 ٤. اصطحي معك فاتورة الشراء عند ذهابك إلى المحل.
- فإذا لم تتمكني من الوصول إلى حل مع البائع فبإمكانك مراجعة مراكز حماية المستهلك لتقوم بمتابعة الأمر واجراء اللازم.

مثال :



إذا اشترت حذاء رياضياً ثم تمزق بعد أسبوع ، أولاً كان يجب عليك أن تتأكدي من أن الحذاء لم يكن به عيب قبل أن تستخدمه ، لأنه في هذه الحالة

يكون التمزق بسبب إهمالك، ولن يكون لك الحق في كتابة الشكوى .

الغش التجاري:

يمكن تعريف الغش التجاري بأنه حيلة أو وسيلة تتسبب في إلحاق الضرر بالمشتري أو تحد من الفائدة التي تعود عليه.
أو هو الاحتيال المتعمد لتسويق السلع عن طريق المخادعة.

أساليب الغش التجاري

- عدم وجود العلامة التجارية على المنتج أو نقص المعلومات المدونة بها.
 - الخداع في الموازين والمكاييل.
 - التحايل في المقاييس وعدم ضبطها في السلع المختلفة.
 - زيادة الأسعار بصورة غير مقبولة.
 - الدعاية المضللة للسلع والتي من شأنها تشويه أو تحريف الحقائق.
 - عدم إرجاع أو تغيير البضائع المغشوشة.
 - التزييف والمداهنة في المعاملة.
 - خداع الأفراد الذين يجهلون قوانين البيع والشراء - ويضعون ثقتهم في البائع.
- وفي السنوات الأخيرة ، لفت الانتباه كثيراً التركيز على حماية المستهلك ضد ممارسات العمل غير المنصفة .
- لذلك عملت دولة الكويت على تشريع القوانين ووضع النظم والقرارات التي من شأنها حماية المستهلك والحيلولة دون انتشار الغش وأساليب استغلال المستهلك .

الجهات الرسمية التي تقوم بحماية المستهلك :

- ١- وزارة التجارة والصناعة من خلال الأجهزة المختصة فيها - إدارة حماية المستهلك - إدارة المواصفات والمقاييس.
- ٢- الأجهزة الفنية ببلدية الكويت - إدارة الشؤون الصحية .
- ٣- وهناك جهات فنية أخرى في الدولة تساعد الجهتين المذكورتين أعلاه في أداء مهمة حماية المستهلك، وتوفير المعلومات التي نصت عليها قوانين الدولة بهذا الخصوص.

التقوية؟

السؤال الأول :

ضعي علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة فيما يلي :

- () - المستهلك هو الشخص الذي يساهم في إنتاج السلع.
- () - أنت تتعلمين في المدرسة يعني أنك مستهلكة.
- () - عدم اتباع أساليب الأمن والسلامة ببعض السلع يعتبر من مشكلات المستهلك.
- () - موقع المحل وتكاليفه ويؤثران على أسعار السلع والخدمات بالزيادة والتي يدفعها المستهلك دون علمه بذلك.
- () - من واجبات المستهلك ضمان خلو السلع من أضرار تهدد صحته وسلامته.
- () - فحص العبوة والتأكد من صلاحيتها من مسؤوليات المستهلك.
- () - من الأوفر للمستهلك شراء الأحجام الكبيرة من السلع المعبأة حيث تكون أقل في السعر من الأحجام الصغيرة.

السؤال الثاني :

أجيبني على ما يلي:

- ما هي المسؤوليات الاستهلاكية التي تقع على عاتقك بصفتك مستهلكة ؟
- (اذكري المسؤوليات الخمس)

- ١-
- ٢-
- ٣-
- ٤-
- ٥-

السؤال الثالث :

- اذكر الحالات الأربع التي تعطيك حق الشكوى

- ١-
- ٢-
- ٣-
- ٤-

السؤال الرابع :

- كيف تتوصلين لحل مشكلة استهلاكية ؟

-
-
-

السؤال الخامس :

- ما هي الجهات الرسمية المسؤولة عن حماية المستهلك في دولة الكويت ؟

-
-
-
-



اتخاذ قرارات التسوق Shopping Decision



كلمات تعرفت عليها خلال هذا الموضوع :

المصطلح باللغة الإنجليزية	المصطلح باللغة العربية
Shopping	التسوق
Decision	قرارات
Department Stores	محلات كبرى
Discount Stores	محلات الأسعار المنخفضة
Speciality Stores	المحلات المتخصصة
Catalog Shopping	كتالوجات التسوق
Electronic Shopping	التسوق الإلكتروني
Sale	تخفيضات / تنزيلات
Consumer Psychological Status	الحالة النفسية للمستهلك
Warranties- Guaranties	الضمانات

المستهلك الواعي Smart Consumer



المستهلك الواعي يعرف بالضبط ما يريد شراءه ويتخذ قرارات التسوق الحكيمة قبل تسوقه ،فهو يخطط للتسوق ويجمع المعلومات عن السلع التي يرغب في شرائها ويضع في الاعتبار: السعر - النوعية - الملاءمة - الاستخدام الأمثل للسلعة، فإن كنت مستهلكة مطلعة يساعدك ذلك على صرف أموالك بحكمة، وتحسين عاداتك الشرائية، فتصبحين مستهلكة واعية.

أين تسوقين ؟ where do you shop



بصفتك مستهلكة ، لديك العديد من الخيارات عندما تسوقين لشراء ما تريدينه، فمحلات البيع بالتجزئة وأدلة التسوق (الكتالوجات) ، والتسوق الإلكتروني من الخيارات الهامة التي يجب أن تأخذها في عين الاعتبار عندما تريدين التسوق.

محلات التسوق Shopping Malls



محلات متخصصة لبيع سلعة محددة

يوجد الكثير من محلات التسوق المتوافرة لتلبية احتياجاتك، حيث تباع محلات التسوق السلع والخدمات مباشرة للمستهلكين، كما تتضمن خياراتك المحلات الكبيرة ومحلات البيع بالتجزئة والمحلات ذات الأسعار المخفضة (بيع الجملة) والمحلات المتخصصة.



المحلات الكبيرة والتي تعرض أنواعاً مختلفة من السلع

بصفتك مستهلكاً واعياً، قبل الشراء يجب أن تختاري أيّاً من الأنواع السابقة للمحلات تلبي احتياجاتك ؟

وذلك سيوفر وقتك وطاقتك عندما تستعدين للتسوق ، وعندما تقررين أين تتسوقين يجب أن تضعي في الاعتبار وتحدي عدة عوامل مهمة هي :

- أنواع المجمعات أو المحلات أو أماكن التسوق التي تتوافر فيها المواد التي تريدين شراءها؟
 - مكان المحل أو المجمع أو السوق.
 - سعر ونوعية المنتج.
 - اختيار المنتج.
- هذه العوامل ستؤثر على قرارك في التسوق.

المحلات الكبيرة : Department Stores



هي شركات تبيع بالتجزئة وتعرض أنواعاً مختلفة من السلع والخدمات للمستهلك تحت سقف واحد ، تتضمن العديد من أنواع السلع مثل الملابس ومستحضرات

التجميل ، المجوهرات، السلع المنزلية، وأثاث المنزل، كما تعرض المحلات الكبيرة خدمات إضافية للزبائن أيضاً من مثل التسوق الشخصي، وخدمات للحصول على الهدايا وتغليفها وتسليمها، وخدمات التقسيط ، وبما أنها تقدم خدمة جيدة فتجدين أسعارها أعلى في أغلب الأحيان .

المحلات ذات الأسعار المخفضة: Discount Stores



وهي تباع تشكيلة كبيرة من السلع بسعر أقل، وعلى خلاف المجمعات الكبيرة لا توجد فيها خدمات التغليف قبل التسليم، وخدمات التقسيط، لكنها توفر مال المستهلك بتقديمها خدمات بأسعار أقل .

المخازن المتخصصة : Speciality Stores

هي محلات تتخصص في بيع سلعة واحدة من مثل محلات الأحذية ، الفيديو والملابس الرياضية، الكتب، وعادة توجد في مراكز التسوق أو المجمعات، وفيها يعرف البائعون بضاعتهم التي تحمل اختياراً أوسع للعملاء حيث توجد أنواع مختلفة من الخدمة أو البضاعة التي يتخصصون فيها وتعتمد أسعارهم على نوعية السلعة وإلى أي مستوى تحقق مبيعات في السوق .



أنواع من المحلات المتخصصة



محلات متخصصة ببيع الهواتف النقالة وإكسسواراتها

نشاط : Activity

أكملي المعلومات الناقصة في الجدول التالي :

مخازن بيع الجملة	المخازن المتخصصة	المخازن الكبيرة	وجه المقارنة
			الخدمة المقدمة
			اذكري أنواعاً تفضلين الشراء منها

التسوق بالدليل (كتالوجات التسوق) Catalog Shopping



هو نوع من أنواع التسوق ، فأى منتج يمكنك تخيله ستجدينه في أدلة التسوق حيث يقدم فوائد متعددة، فكثير من الناس يحتاج هذا النوع من التسوق وخصوصاً المشغلون كثيراً وليس لديهم وقت للذهاب للأسواق فيمكنهم التسوق وهم في أي مكان، فما عليك إلا أن تختاري من الدليل، وبعد ذلك تطلين بالهاتف ما تريدينه أو من خلال البريد الإلكتروني (e-mail) في طلب ما تحتاجينه، وعلى الرغم من أنك ستدفعين كلفة الشحن، إلا أنه سيوفر عليك وقتاً وطاقة ونفقات أخرى قد يتطلبها الشراء.

من الفوائد الأخرى لأدلة التسوق أنها توفر الاختيار مع عرض تخفيضات الأسعار، فبعض أدلة التسوق تعرض أنواعاً مختلفة من السلع، بينما تخصص أخرى في نوع واحد من الخدمة أو السلعة من مثل التخصص في الأحذية أو الملابس .

مساوئ التسوق بالدليل:

- ١- لا يمكنك أن تري السلعة قبل شرائها ، فتتعرفي اللون - القياس - نوع القماش .
- ٢- قد تختلف السلعة التي تظهر في الدليل عن حالتها الحقيقية .
- ٣- عليك أن تنتظري السلعة لكي تشحن أو الخدمة وقد تستغرق أياماً أو أسابيع .
- ٤- إذا لم تعجبك السلعة بعد استلامها فأنت المسؤولة عن إرجاعها .

إرشادات عند التسوق بالدليل:

- لكي تشتري بحكمة عبر التسوق بالدليل يجب أن تتبعي هذه الخطوات :
- اقرئي الدليل جيداً قبل أن تطلبي ما تريدين، وذلك لتتعرفي سياسة الشركة في إعادة المواد أو السلع في حالة عدم الاقتناع بها .
- املئي طلبك بدقة وبكامل بياناتك قبل أن ترسله .

- احتفظي بنسخة من اسم الشركة وعنوانها وأرقام هواتفها، لأنك قد تحتاجين إليها مرة أخرى .
- عندما يصل طلبك تفحصيه بعناية، فإذا وجدت فيه عيباً أو كنت غير مقتنعة به فأرجعيه للشركة .
- أخيراً إذا وجدت ما تريدين فاحتفظي بإيصال الاستلام.

التسوق الإلكتروني من داخل المنزل

In-Home Electronic Shopping



يخطو التسوق مسرعاً لمواكبة التطور التكنولوجي ، فالتسوق الإلكتروني بديل تقني متطور للأنواع الأخرى من التسوق .

فالمستهلك الذي تتوافر لديه أجهزة الحاسوب أو أجهزة المودم أو أجهزة الفاكس يمكنه التسوق وهو في بيته، أو حيثما يكون، من خلال نظم

المعلومات المختلفة وبمتهى السهولة، وإذا كنت قد سمعت عن منتج جديد أو آخر لم تستطعي الحصول عليه من الأسواق المحلية فيمكنك البحث عنه في مواقع التسوق على الإنترنت، ومن ثم معرفة عنوان المكان الموجود فيه وإرسال رسالة إلكترونية لشراء ما تريدينه، إنها طريقة مشوقة للتسوق فهل حاولت تجربتها من قبل؟



على الرغم من أن هذا النوع من التسوق سهل ومشوق، إلا أنه يشترط دفع ثمن كلفة الاشتراك في الخدمة .

خيارات التسوق الأخرى: Other Shopping Options

المحلات الاقتصادية ومبيعات الساحة والأسواق الرخيصة و خيارات التسوق الشعبية، تباع هذه الأماكن التجارية بضاعة جديدة وأخرى مستعملة بأسعار مخفضة كثيراً. فالمتسوقون ذوو الميزانيات المحدودة يعرفون النوعية جيداً، ودائماً يبحثون عن فرص شرائية حقيقية ويجدونها ، وهنا قد يندهش المستهلك من فرص الأسعار المخفضة، وقد يجذبهم ذلك بالاندفاع ليشتروا أشياء ليسوا بحاجة إليها ، لذا ولكي تشتري بحكمة، يجب أن تحدد أهداف تسوقك ثم تقومين بشراء ما تحتاجين له فقط ، فالمشتريات هنا نهائية وبعض الباعة لا يقبلون إعادتها إليهم .



المحلات الاقتصادية ومبيعات الساحة

نشاط : Activity

بيني الخطوات الست التي يجب اتباعها للتسوق بحكمة من خلال دليل التسوق ؟

- ١-
- ٢-
- ٣-
- ٤-
- ٥-
- ٦-

بيني بعض أضرار التسوق بالدليل

- ١-
- ٢-
- ٣-
- ٤-

طلبت منك إحدى صديقاتك أن تساعدتها في شراء مجموعة من الكتب العلمية من خلال البريد الإلكتروني اكتبى باختصار كيف يمكنك شراءها لها ؟

قرري متى تسوقين؟

إن معرفتك متى تسوقين مهمة جدا كمعرفتك أين تسوقين فالمتسوق الحكيم يخطط لمشترياته قبل الوقت ويتقرب المبيعات، فأولئك يمكنهم توقع توفير مال من قبل أن يتسوقوا فهم يعرفون متى وأين يتسوقون ومدركون للعوامل التي تؤثر على قرارات تسوقهم أيضا.



تنزيلات التسوق

المتسوقون الحكماء يحاولون توفير والاقتصاد في إنفاق أموالهم، فتنزيلات الأسواق وأسواق

الجملة هي الطريقة الوحيدة التي توفر لك المال. و التزييلات هي بيع خاص للسلع بسعر منخفض .

لاحظي

يشترى المتسوقون الأذكاء المواد والسلع لأنهم يحتاجونها فقط ليس لأن سعر البيع منخفض، بل لأنهم يخططون بعناية لمتابعة توقيت التزييلات، فهناك أوقات تخفض فيها المبيعات حيث تعرض المحلات مبيعات قبل الفصل أو نهايته، وتعرف بتزييلات التصفية.

تزييلات التصفية قبل الفصل :



تعرض بعض المحلات معاطف شتائية في أغسطس لتشجيع الناس على التسوق مبكراً قبل الفصل أو قد تكون بضاعة متبقية وجيدة من الموسم السابق، فالمستهلكون الذين يحتاجون معاطف جديدة ويريدون اختيارات أفضل قد يتسوقون قبل الفصل الذي يريدون التسوق له، وهذه طريقة جيدة لتوفير النقود .

نشاط : Activity



بعض المستهلكين يتسوقون قبل الفصل الذي يرغبون التسوق له في ضوء هذه العبارة وضحي رأيك والسلبيات والإيجابيات لذلك.

تنزيلات نهاية الفصل :



تعرف بتنزيلات التصفية أحياناً، حيث يفسح البائعون المجال للبضاعة الجديدة فيخفضون أسعار المبيعات الموجودة لديهم حتى يتسنى لهم بيعها وفتح مجال لبيع البضاعة الجديدة للفصل القادم. على سبيل المثال، الغلايات والسخانات تعرض للبيع في شهر مارس فقد تجدين بعض البائعين يفسحون المجال لبيع بعض مبيعاتهم للفصل القادم كالأثاث المصنوع من الخيزران والمستخدم في الصيف .

تنزيلات نهاية الموسم

end of season
sale!

إن المستهلكين القادرين على الانتظار حتى نهاية الموسم يحصلون على تخفيضات كبيرة في أغلب الأحيان، ولكن المشكلة هي أن الخيارات أمامك تكون محدودة، لذا تيقظي لما تحتاجينه منها حتى لا تهدري المال على شيء لا تريدينه وقد لا تستخدمينه .

التنزيلات الموسمية :

تحدث على مدار العام وهذه التنزيلات في أغلب الأحيان تقدم للمستهلكين أفضل الأسعار، فالمستهلك المطلع، الواعي يتوقع ويتربح هذه التنزيلات، فهذا النوع من التنزيلات يساعد المستهلكين على التبضع بسعر بيع أفضل في الغالب حيث يساعدهم في التخطيط الأفضل لمشترياتهم .

فمثلاً

عادة تباع مستلزمات الألعاب الرياضية في يناير، ولكن يمكنك أن تحصل على فرصة شرائية جيدة في أغسطس .

تطبيق:

عزيزتي المتعلمة، لتحقيق أهدافك المستقبلية عند تخطيطك للميزانية، هل ترين أنه يمكنك الاستفادة من التنزيلات عند التخطيط لبعض البنود في المصروفات المرنة والاختيارية بنموذج المصروفات الشهري للأسرة؟ وضح ذلك باختصار

.....

.....

.....

.....

المفردات:

- المتسوق الذكي يشتري فقط ما يحتاجه من السلع المخفضة والخاضعة للتنزيلات، بأسلوبك ومن خلال فهمك لما سبق ناقشي معنى التنزيلات وأنواعها المختلفة .

عوامل تؤثر في القرارات الشرائية:



بعض العوامل يمكن أن تؤثر على القرارات الشرائية للمستهلك، لذا يجب أن يتنبه لهذه العوامل والتي منها:

- ١- الحالة النفسية والمزاجية للمستهلك.
- ٢- الوقت المتاح للتسوق .

١ الحالة النفسية والمزاجية للمستهلك : Consumer Psychological Status



التعب والجوع والاندفاع يجعلك لا تقيمي السلع بشكل صحيح

تؤثر الحالة المزاجية للمستهلكين على قراراتهم الشرائية ، فبعض الذين يشعرون بالكآبة يميلون لشراء مواد ليسوا في حاجة لها حتى يشعروا بالتحسن ، وكذلك الذين يشعرون بالجوع والتعب يميلون للشراء بشكل مندفع، وبذلك يكونون غير واعين لما

قد يشترونه، لأن التعب والاندفاع يجعلهم لا يقيمون السلع والبضاعة بشكل صحيح فيتخذون قراراتهم الشرائية بسرعة.

✳ لذا عندما تقررين التسوق ستجدين أن المتسوقين الأذكاء يتسوقون وهم في مزاج نفسي جيد.

٢ الوقت المتاح للتسوق:

الوقت عامل آخر يؤثر على قرارات المستهلك الشرائية ، لذلك يجب أن يستخدم هذا المورد بحكمة ، وأن يعطي المتسوق نفسه وقتاً كافياً ، فلا يتسوق عندما تكون المخازن مزدحمة أو في وقت متأخر من اليوم . والمتسوق الذكي يخطط للتسوق بأن يعطي لنفسه وقتاً كافياً حتى يستطيع أن يتخذ قراراته الشرائية بحكمة .

ناقشي :

العوامل التي تؤثر على قرارات المستهلك الشرائية .



المتسوق الحكيم هو الذي يشتري حاجياته أثناء التزييلات

قرري ماذا تشتريين:



عندما تقررين ماذا تشتريين هل تشتريين السلعة التي ترينها للمرة الأولى؟ من المحتمل لا، ففي الأغلب نحن نتسوق لنجد المنتج الصحيح والسعر المناسب . فهناك عوامل أخرى يجب أن تضعيها في اعتبارك عند اتخاذ قراراتك الشرائية، فالقدرة على الحكم على النوعية والملاءمة والاستخدام والعناية وضمنان الجودة هي عوامل مهمة في اتخاذ قراراتك الشرائية.

مقارنة التسوق:

مقارنة التسوق تعني مقارنة المنتجات والأسعار في أماكن التسوق المختلفة، فمقارنة التسوق يمكنك الحصول على أفضل قيمة مع الاستفادة من أموالك، فانظري إلى :

- ١ النوعية
- ٢ السعر
- ٣ الملاءمة
- ٤ العناية والاستخدام



خذي وقتاً لعمل مثل هذه المقارنات، فهي تساعدك في الحصول على النوعية المتميزة، وستجدين المنتج الذي يعتبر البديل المناسب لاستثمار مالك فيه، كما تساعدك في تجنب الاندفاعية نحو الشراء بسرعة ودون تفكير كاف. المشكلة في الاندفاعية الشرائية تجعلك تنفقين مالاً كثيراً أو تشتريين شيئاً أنت لست في حاجة له، هذا لأنك لم تخططي مقدماً لتسوقك، ضعي في الاعتبار أولاً المميزات المهمة لك، ثم اكتبي قائمة بالمميزات التي تريدينها، والسعر الذي يمكنك دفعه، وفي هذه الحالة ستكونين جاهزة لتسوقي ما تحتاجينه.

المفردات: ما معنى مقارنة التسوق ؟

تطبيق:

هل تعتقدين أنه من المهم تخصيص وقت لعمل مقارنة في أثناء التسوق ؟
نعم () - لا () . ولماذا ؟



١ النوعية

ليس السعر دائماً هو العامل الأكثر أهمية في قرارك للشراء فقيمة التسوق أيضاً تعني الحكم على نوعية المنتج .

٢ السعر



اعلمي أن سعر المنتج ليس دائماً هو الدليل على نوعيته ، فعلى الرغم من أن المنتجات الأفضل والممتازة تكلف أكثر عادة، فقد يعرض منتج ما بنفس النوعية وبسعر أقل، فأحيانا وبمقارنة الأصناف الدولية بالأصناف الوطنية الكويتية ستجدين أن المنتجات الوطنية بنفس النوعية وبسعر أقل من الأصناف الدولية ، وبصفتك مستهلكة ذكية يجب أن تضعي ذلك في عين الاعتبار، وتعلمي البحث عن المنتجات حتى يمكنك الحصول على الأنواع الممتازة والمختلفة منها، والتدقيق في النوعية مهم جداً خصوصاً إذا كنت تخططين لاستخدام المنتج كثيراً أو لمدة طويلة .

فالمنتجات الممتازة تخضع لمعايير عالمية، فعادة ما تدوم أطول وتكون قيمتها أفضل، فالأحذية الجلدية مثلاً تكون أكثر غلاء من الأحذية ذات الجلد الصناعي، لأن الجلد مادة أكثر متانة ويمكن أن تدوم عدة فصول ، فلا يجب أن تستبدلي الأحذية الصناعية بها وبذلك ستوفرين المال ، وأحيانا قد تكون المادة الجيدة والأقل سعراً الأفضل لتلبية احتياجاتك، فمثلاً :

إذا كنت تتعلمين لعب التنس فقد يناسبك لتحسين مهاراتك مضرب أقل سعراً، وليس بالضرورة أن يكون غالي الثمن .

٣ الملاءمة:

قبل أن تذهبي للتسوق حاولي تحديد ما تريدين شراءه وبذلك تكونين قد أعددت نفسك للقيام بالاختيار الحكيم من كل الخيارات، وستكونين قادرة على إيجاد المنتج الأكثر ملاءمة لحاجاتك .

٤ العناية والاستخدام:

اقرأي العلامات والتعليمات الموجودة على المنتج الذي تريدينه، فلنفترض أنك تتسوقين لشراء قميص عادي تخططين للبسه في أغلب الأحيان، وقد أعجبك أحد القمصان وبه إرشادات توجب أن ينظف تنظيفاً جافاً، هنا يجب أن تقرري هل تستطيعين تحمل نفقة التنظيف الجاف أم تبছين عن قميص آخر قابل للغسل بدلاً من ذلك، وهنا تجدين أن قرار تسوقك يجب أن يتأثر بمعلومات العناية والاستخدام.



اقرأي التعليمات الموجودة على المنتج

كيف تغلبين عزيزتي المتعلمة على ظاهرة ارتفاع الأسعار؟

عليك اتباع ما يلي :

- ١- الامتناع عن شراء سلعة أو طلب خدمة من الخدمات عند ملاحظة ارتفاع أسعارها عن الحد المعقول والاتجاه لشراء سلعة بديلة تؤدي نفس الغرض بسعر أقل.
- ٢- عدم التكالب على شراء أي سلعة بكميات كبيرة ومحاولة تخزينها في حالة انتشار أي إشاعة تفيد بندرة هذه السلع مما قد يترتب عليه استغلال بعض التجار لهذا الوضع والعمل على رفع سعر السلعة .
- ٣- مقارنة الأسعار بين المحلات التجارية لاختيار السعر المناسب للسلعة.
- ٤- اغتنام فرصة تخفيض الأسعار (فترة التزليات).
- ٥- شراء احتياجاتك من السلع قبل حلول المناسبات لتجنب ارتفاع أسعارها.



الضمانات : Warranties / Guarantees

إن دراسة الضمان أو الكفالة الموجودة على المنتج مهمة أيضاً، فابحثي عن هذا الجزء في أثناء مقارنة التسوق ، فالضمان وعد مكتوب من المنتج بأنه سيطابق مواصفات معتمدة من الأداء، إنه شكل من ضمانات حماية المستهلك، فتذكرى ضمانات المنتج أو البائع بالإجراءات التي يتبعها إذا لم يؤد المنتج الغرض منه كما هو منصوص عليه، فهي تغطي المنتج لفترة معينة من مثل ٩٠ يوماً أو ٥ سنوات، وإذا حدث للمنتج إهمال (تخريب) بسبب سوء استخدام الزبون، فلا تنطبق شروط الضمان في هذه الحالة.

عزيزتي المستهلكة

- حصولك على ضمان (كفالة) مكتوبة بعد شراء السلعة أو أداء الخدمة منه ضمان لحقك.
- الضمان (الكفالة) الشفوية لا تجيز لك قانوناً المطالبة بحقك.
- مراجعة بنود الكفالة ومدتها.

أنواع الضمانات :



- يوجد نوعان رئيسيان من الضمانات هما :
- الأول: ضمان كامل يشمل بموجب القانون تغطية شاملة على المنتج ويشتمل على ما يلي:
- ١ - الإصلاح المجاني وتبديل الأجزاء أو المنتجات المعيبة.
 - ٢ - الإصلاح أو التبديل ضمن إطار زمني معقول.
 - ٣ - تبديل المنتج إذا فشلت محاولات إصلاحه.
 - ٤ - لا توجد مطالب غير معقولة على المستهلك كشرط للإصلاح أو رسوم على الخدمة البديلة .
 - ٥ - تنقل ملكية تغطية الضمان للمالك الجديد إذا انتقلت ملكيته للغير .
- الثاني: ضمان محدود حيث يزود المستهلك بتغطية أقل فيحدد بدرجة محددة.

مثال:

ضمان محدود يغطي الإصلاح ولا يغطي التبديل حيث يتطلب أن يعاد المنتج إلى المنتجين للإصلاح فقط فالمنتج قد يحمل ضماناً كاملاً على الخدمة والضمان المحدود على الأجزاء ، فيجب أن تقرئي الضمان بعناية لمعرفة التغطية المضبوطة المقدمة. عندما تقارنين التسوق يجب أن تقرئي بعناية ضمانات المنتج، وقرري ما هي الحماية المضمنة هل هي ضمانات كاملة أم محدودة؟ ويجب أن تعرفي ماذا تفعلين إذا كان المنتج ليس له ضمان وإذا كانت لديك مشكلة بالمنتج فمن المسؤول عند تنفيذ التفويض؟ أن معرفة الضمان يمكن أن تساعدك على الاختيار الواعي والمدرّوس .

نشاط : Activity

اختاري نوعين من المنتجات الموجودة بالسوق بحيث يكون أحدهما منتجاً وطنياً وأكملّي الناقص في الجدول التالي :

وجه المقارنة	منتج محلي	منتج عالمي	رأي المتعلمة
النوعية			
العناية والاستخدام			
الضمانات			
مميزات أخرى			
أيهما تقررين شراءه			

نشاط: في ضوء الجدول السابق وبعد التعرف على مميزات المنتج المحلي دوني في دفترك «لوحة توعية لزميلاتك في المدرسة بأهمية شراء المنتج المحلي».

المفردات: يشتمل الضمان علي نوعين هما:

١ الضمان الكامل وهو:.....

٢ الضمان المحدود وهو:.....

التقويم؟

أجيب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول :

- أ- ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة أو علامة (x) أمام العبارة غير الصحيحة مما يلي:
- إذا توافر الوقت والطاقة بالنسبة للمشتري فإنه يتمكن من مقارنة السعر والنوعية قبل الشراء ()
 - فصول السنة تؤثر في السعر لأغلب المنتجات . ()
 - المحلات المخفضة للأسعار تخصص في بيع سلع أو خدمة واحدة . ()
 - المتسوق الحكيم عليه أن يخطط للمشتريات قبل شرائها . ()
 - إذا لم تعجبك السلعة بعد استلامها عن طريق التسوق بالدليل يمكنك إرجاعها ()
 - تؤثر الحالة المزاجية للمستهلك على قراراته الشرائية . ()
 - الضمان المحدد للمنتج يشمل بموجب القانون تغطية شاملة له . ()

السؤال الثاني:

أكمل الناقص

- ١..... هي محلات تخصص في بيع الأحذية الرياضية فقط .
- ٢..... هي شركات تباع بالتجزئة وتعرض أنواعاً مختلفة من السلع والخدمات.
- ٣..... تباع تشكيلة كبيرة من السلع ذات سعر أقل.

السؤال الثالث:

بني أربعة فوائد للتسوق بالدليل .

- ١-
- ٢-
- ٣-
- ٤-

السؤال الرابع:

اذكري رأيك حول : الغرض من مقارنة التسوق.

.....

.....

.....

السؤال الخامس:

عزيزتي المتعلمة : بعد قراءتك هذا الموضوع أجيبني عن التالي :

١- أين تفضلين أن تتسوقي ؟

.....

٢- متي يجب عليك أن تتسوقي ؟

.....

٣- هل أنت بحاجة إلى جميع ما تشتريه من منتجات؟

.....

.....

.....

أولاً : المراجع العربية

- أ. د. خليفة بهبهاني ، (٢٠٠٤) ، أوقات الفراغ والترويح مفاهيم وإدارة ، الكويت ، الطبعة الأولى .
- أ. د. محمد أمين عامر ، أ. د. مصطفى محمود سليمان ، (١٩٩٦) ، تلوث البيئة مشكلة العصر ، القاهرة ، دار الكتاب الحديث .
- د. جميل أحمد توفيق ، (١٩٩٤) ، إدارة الأعمال مدخل وظيفي - الإسكندرية ، دار الجامعات المصرية .
- د. عبدالرسول عبدالرضا ، (١٩٩٩) ، دليل القوانين واللوائح الصادرة في دولة الكويت ، الكويت ، مجلس الوزراء - الفتوى والتشريع .
- د. محمد عبيدات ، (١٩٩٥) ، سلوك المستهلك مدخل سلوكي ، عمان ، دار المستقبل للنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى .
- د. محمد محمود الحيلة ، (١٩٩٨) ، التربية المهنية وأساليب تدريسها ، عمان ، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة .
- د. نعيم حافظ جمعة (١٩٩٩) اساسيات إدارة التسويق ، دبي ، الطبعة الأولى - دار القلم للنشر والتوزيع .
- م. د. فاروق فرحات ١١٩٣ دراسة عمل إدارة الوقت ، المركز السعودي للتنمية الإدارية - الرياض .
- مؤسسة الكويت للتقدم العلمي ، مجلة التقدم العلمي (٢٠٠٥) ، العدد التاسع والأربعون .
- مكتب اليونيسكو الإقليمي ، (٢٠٠٣) ، التعليم مدى الحياة دليل صحة الأسرة وتعليم مهارات الحياة للمعلمين والطلبة ، بيروت ، الطبعة الأولى .
- كيت كيتان (مؤلفه) ١٩٩٥ محمد الحلبي (مترجم) سلسلة الدليل الإداري ، التخطيط الإداري ، لبنان - طبعة أولى - الدار العربية للعلوم
- تم الاستعانة ببعض الصور المسموح بها من الانترنت .

- 1- Allan, G, and Crow, G. (eds) (1989) Home and Family : Creating the Domestic (Basingstoke: Macmillan).
- 2- Blundell, Richard Browning Martin and Meghir, Costas (1994) Consumer Demand and the Life –Cycle Allocation of Household Expenditures, Review of Economic Studies, 61 (1), January, pp.57-80
- 3- Bradshaw, J. (1993) Household Budgets and Living Standards (York: Joseph Rowntree Foundation)
- 4- Braun, O.L. And Wick Lund, R.A (1982) Psychological Antecedents of Conspicuous Consumption; Journal of Economic Psychology, xx, pp.161-187.
- 5- Bergstrom Theodore C . (1996) Economics in the Family way , Journal of Economic Literature , 34, December,pp.1903-1934
- 6- Carruthers, Bruce G. and Espeland, Wendy Nelson (1998) Money, Meaning and Morality American Behavioural Scientist, 41 (10), August, Special Issue on Changing Forms of payment, pp. 1384-1408.
- 7- Chattoe, Edmund and Gilbert Nigel (1999) Talking About Budgets: Time and Uncertainty in Household Decision Making Sociology, 33 (1), February, pp.85-103.
- 8- Cook, Cuy (1992) The Discourse of Advertising (London : Routledge).
- 9- Dan, Tim (1999) Material Culture in the social World : Values, Activities, Life Styles (Buckingham : Open University press).
- 10- East, Robert and Hogg, Annik (1998) Advertising and the Control of the Economy, Paper presented at the Conference Decision Making in Theory and Practice, University College, Oxford, 1-2 July.
- 11- Ehrenberg, Andrew S.C. and Goodhardt, G. J. (1989) Understanding Buyer Behaviour : Consumer Psychology in Behavioral Perspective (London :Routledge).
- 12- Featherstone, Mike (1990) Perspectives on consumer culture: Sociology ,24 (1) February, pp . 5 -22.
- 13- Finch , Janet and Mason, Jennifer (1993) Negotiating Family Responsibilities (London: Tavistok / Routledge).
- 14- Miles, Steven (1998) An Consumerism As a way of life (London: Sage Publications)
- 15- Hanley, A . and Wilhelm, M.S.(1992) Compulsive Buying : An Exploration Into Self-Esteem and Money Attitudes, Journal of Economic Psychology, 13 (1), xx, pp.5-18
- 16- Robinson , John P . (1977) How Americans use Time (New York, NY: Praeger).
- 17 - Some Images have been taken from the Internet.

أودع بمكتبة الوزارة تحت رقم (٤٧٨) بتاريخ ٢٠٠٧/٤/٣٠





عزيزتي الطالبة :

علوم الأسرة والمستهلك ستساعدك على
تنمية الوعي بأهمية الوقت وحسن إدارته
تغيير النمط الاستهلاكي للفرد والأسرة الكويتية
إدارة الموارد المختلفة لتحقيق إحتياجاتك الفردية والأسرية
الاعتماد على النفس وتنمية روح الابتكار في إنجاز المشاريع المختلفة
توجيه طاقاتك للعمل التطوعي والمشاركة في مجالات التنمية المختلفة