

هل أنتِ عدائية؟



سواء في الطريق أم في ساحات المدارس أم في وسائل الإعلام، باتت العدائية تجاه الآخرين منتشرة في كلِّ مكانٍ كأنها داءٌ معدٍ. كيف تتصرفين أنتِ أيضاً؟ هل تجدين أنكِ عدائية تجاه الآخرين حتى تدافعي عن نفسك؟ أم أنكِ تفضلين استعمال الدبلوماسية والكلام المعسول لتصلي إلى أهدافك؟ لتعرفي الجواب، أنجزي الاختبار التالي.

1- هل تعرضت للضرب من قبل؟

أ) ☐ نعم.

ب) ☐ لا أدري.

ت) ☐ لا.

2- هل تمارسين رياضة تقود إلى الاحتكاك العنيف بالخصم؟

أ) ☐ نعم.

ب) ☐ لا أدري.

ت) ☐ لا.

3- هل كثيراً ما تفقد السيطرَة على أعصابك؟

أ) نعم.

ب) لا أدري.

ت) لا.

4- هل أنتِ مستعدة لفعل أي شيء للحصول على ما تريدين؟

أ) نعم.

ب) لا أدري.

ت) لا.

5- هل سبقت أن مارست الغش؟

أ) نعم.

ب) لا أدري.

ت) لا.

6- كثيراً ما تفقد السيطرَة على أعصابك وأنتِ تقودين السيارة؟

أ) نعم.

ب) لا أدري.

ت) لا.

7- إذا تعرض لك لص في الشارع هل ستقاومينه؟

أ) نعم.

ب) لا أدري.

ت) لا.

8- هل تحبين أفلام الحركة؟

أ) نعم.

ب) لا أدري.

ت) لا.

النتيجة :

• إذا كانت أغلب إجاباتك "أ" :

غالباً ما تكون تصرفاتك عدائية..

أنتِ امرأة عدائية جداً، وكثيراً ما تتركين لهذه الصفة المجال لكي تسيطر عليك. تعلّمي أن تُظهري مزيداً من الإهتمام تجاه الناس، ومزيداً من التعاطف معهم، وذلك بأن تضعي نفسك مكانهم، حتى تفهمي جيداً وجهة نظرهم. وتذكري أيضاً أن العصبية وفقدان المرء هدوءه، هما أفضل طريقة تؤدي إلى فشل أي نقاش، وإلى خلق حزازات. إن الدبلوماسية واللباقة هما وسيلتان ناجحتان جداً، بل أنجح من حد السيف لمن يريد أن يحقق أي إنجاز. حاولي أن تعدي من واحد إلى عشرة قبل أن تنطقي بأي كلمة وأنتِ عصبية.

• إذا كانت أغلب إجاباتك "ب" :

أنتِ تكونين عدائية عندما يقتضي الأمر ذلك..

أنتِ تعرفين جيداً ماذا تريدين من هذه الحياة، فأنتِ امرأة متوازنة التفكير، وهذا يساعد على تحقيق طموحاتك من دون أن تدوسي على الناس من حولك أو تفسدي علاقاتك بهم. أنتِ في العموم مسالمة، لكنك أحياناً تضطرين إلى إظهار ما يلزم من العدائية حتى تدافعي عن نفسك. ولكنك عندما تفقدين هدوءك فأنتِ تشعرين بتأنيب الضمير.

• إذا كانت أغلب إجاباتك "ت" :

نادراً جداً ما تكونين عدائية..

أنتِ امرأة هادئة جداً ومسالمة للغاية. أنتِ امرأة لا تغضب أبداً، ولا تفقد السيطرة على أعصابها أبداً، وربما نادراً. وحتى عندما لا تسير الأمور كما تريدين، وحتى عندما يقوم الآخرون بتصرفات تسيء إليك، أنتِ تميلين إلى تجاهل كل ما يغضبك، وأحياناً يميل الناس إلى الإساءة إليك أو الاعتداء على حقوقك لأنهم يعرفون أنك لستِ عدائية. حاولي أن تُظهري لهم جانباً من قوتك وأن تبدي قوة الشخصية وصارمة أمامهم.