متفائل أم متشائم.. من أنت؟



إنّ تحية صباح الخير المصحوبة بإبتسامة رقيقة تستقبل بها يومك الجديد تعني الكثير. إمّا الإستيقاظ بصدر منقبض، وعقل شارد، والخوف من مواجهة اليوم، وتوقع المتاعب فهي تعني أشياء أخرى.. طريقتك في الحياة توضح هل أنت متفائل أم متشائم؟

إجاباتك على هذه الأسئلة تساعدك على معرفة طبيعتك وميلك إلى التشاؤم أو التفاؤل.

1- المشاكل لا تأتي فردى، كما يقولون. ومن وجهة نظرك هل تعتقد أنّ هذا الكلام:

أ) بالتأكيد غير صحيح.

ب) صحيح أحياناً.

ت) صحيح عادة.

2- عندما تستيقظ في الصباح هل:

أ) تفكر فيما سيحدث خلال اليوم بهدوء.

ب) تفكر فيما سيحدث وتشعر بالإنزعاج.

ت) تستيقظ وأنت تحمل هم اليوم وأحداثه.

3- من وجهة نظرك ما هو العامل الحاسم الذي يقرر مدى نجاح الإنسان؟

أ) المجهود الذاتي.

ب) الحظ مع المجهود.

ت) الحظ فقط.

4- إذا وصلك تلغراف فجأة فهل تفترض:

أ) أنّه يحمل أخباراً سارة.

ب) أنّه جاء بشكل خاطئ.

ت) بالتأكيد يحمل أخباراً غير سارة.

5- إذا علمت أن أعز صديق لك يتعرض لمشاكل زوجية فهل تفترض:

أ) أنّ المياه ستعود لمجاريها.

ب) سيظلان أصدقاء بالرغم من قرار الإنفصال.

ت) سيكون الفراق حتمياً ولن يكلم أحدهما الآخر.

6- سمعت إشاعة سيّئة عن جار لك هل:

أ) سترفض تصديق هذه الإشارة.

ب) ستبحث بنفسك عن مدى صحتها أو كذبها.

ت) ستعتقد أنّ الإشاعة غالباً ما تكون صحيحة.

7- هل تعتقد أنّ الناس بصفة عامة:

أ) طيبون وعطوفون بطبيعتهم.

ب) يغيرون من تصرفاتهم طبقاً للظروف.

ت) عدوانيون بالطبيعة.

8- هل تعتقد أن حياتك خلال الاثني عشر شهراً القادمة:

أ) ستتحسن إلى الأفضل.

ب) ستظل على ما هي عليه.

ت) ستتغير إلى الأسوأ.

9- هل تعتقد بصفة عامة أنّ المجتمع من حولك:

أ) يتطور إلى الأفضل.

ب) يتطور ببطء إلى الأفضل.

ت) يعود إلى الخلف.

10- هل تعتقد أنّ الأحوال في الماضي القريب كانت:

أ) أسوأ مما هي عليه الآن.

ب) أسوأ في بعض الجوانب، ولكنها أفضل في جوانب أخرى.

ت) أفضل في كل الجوانب.

- النتيجة:

والآن راجع درجاتك لتعرف حقيقتك هل أنت متفائل أم متشائم؟

- أعط خمس درجات لكل إجابة (أ).

- ثلاث درجات لكل إجابة (ب).

- درجتين لكل إجابة (ت).

إذا أحرزت من 30 إلى 39 درجة: أنت في منطقة الأمان. أنت متوازن بين التفاؤل والتشاؤم. تستمتع بأحلامك ولكن دون أن تنسى الواقع في أي لحظة من لحظات حياتك. أنت عقلاني تعرف جوانب الحياة بمختلف درجاتها.

إذا وجدت درجاتك تتراوح ما بين 29-20 درجة: أنت تنظر إلى الحياة بالمنظار الصعب، حاول أن تجد فيما حولك الجوانب المشرقة، وتذكر أنّ الليل الطويل لابدّ أن يتبعه فجر ثمّ شمس ساطعة، ابتسم تبتسم لك الحياة.

إذا حصلت على درجات تتراوح بين 40 و50 درجة: أنت بالفعل إنسان متفائل تحب الحياة وتنظر إلى الجوانب المضيئة. ولكن حذار فالإفراط في التفاؤل قد يجلب المشاكل. فعدم التقدير السليم للأمور يعقدها في بعض الأحيان.

وهناك فارق بين التفاؤل وبين الأمل الكاذب أو الوهم. حاول من الآن إعادة النظر في نظرتك الوردية للحياة، والتي يجب أن تعتمد على أساس متين من الجهد والعمل والتخطيط.