

هل تستغلين الآخرين أم يستغلونك؟



درجت العادة بين البشر منذ آلاف السنين على أن يستغل بعضهم بعضاً لأغراض شخصية، لكن مَن يستغل مَن وكيف؟ فهل أنتِ من الإستغلاليين أم مَن المُستغلين (بفتح الغين)؟

1- إستغلال الآخرين بالنسبة إليك هو:

أ) أمر عادي ووجود القليل منه ضروري، لكي نتعايش مع بعضنا بعضاً.

ب) أمر خطير، وقد التزمتِ إلزام شرف بألا أستغل أحداً أبداً.

ت) قد يعني شيئاً بالنسبة إلى الآخرين، أما أنا فغير معنية بهذا الأمر.

2- بعد أي فشل، كيف يكون موقفك؟

أ) تتحملين كامل مسؤولياتك.

ب) تجدين عذراً لتبرري فشلك.

ت) تجدين صعوبة في التغلب على الموقف.

3- طلبت منك صديقة أن تقدمي لها خدمة لا ترغبين فعلها في أن تقدميها لها:

أ) لا تجدين صعوبة في أن ترفضى وتقولى لها "لا".

ب) في البداية تقبلين، ثم تجدين لاحقاً عذراً مناسباً وترفضين.

ت) لا يمكنك أن ترفضى حتى إن كنتِ غير راغبة في فعل ما تطلبه.

4- في قسمك أيام الدراسة كنتِ من النوع:

أ) الأولى على القسم.

ب) المشاغبة المتمردة.

ت) مندوبة الصف، العريضة، أو رئيسة مجموعتك.

5- الكذب بالنسبة إليك:

أ) تجدين صعوبة في أن تكشفى كذب الآخرين عليك.

ب) مفيد عندما نكون في حاجة إلى بعض الأشياء.

ت) لا يمكن أن ألجأ إليه أبداً، فهو ضد مبادئى.

6- شخص ما يتحدث إليك وأنت لا توافقيه الرأي، ماذا تفعلين؟

أ) هناك نقاشات لا أحب أن أدخل فيها .

ب) أظهار بأنني أفهمه وأتفق معه لكي أتجنبه .

ت) طبعاً ، أرد عليه الحجة بالحجة وأناقشه حتى وإن اختلفنا .

7- هل حدث يوماً ما أن:

أ) غيرت تصرفاتك الطبيعية لكي يقبلك الآخرون بينهم.

ب) دخلت في جدال دام لساعات حتى تثبتي صحة وجهة نظرك للآخرين.

ت) كذبت على شخص ما حتى لا تُسببي له الألم؟

جدول النتائج

جدول النتائج

1

2

3

4

5

6

7

(İ)

3

1

2

1

2

2

3

(Ç)

1

3

3

2

3

3

1

(T)

2

2

1

3

1

- النتيجة :

إذا حصلتِ على ما بين 7 و12 نقطة :

يستغلونك :

انتهبي فأنتِ فريسة سهلة، بالنسبة إلى الأشخاص الإستغلاليين. لا تملكين ما يكفي من الثقة بالنفس، وهذا ما يجعلك قابلة للإستغلال. تميلين إلى الخضوع والإنجراف مع تيار الأغلبية، ويسهل على الآخرين أن يؤثروا فيك ويغيروا رأيك. لقد حان الوقت لتستردّي ثقتك بنفسك وتثبتي للآخرين قوتك. تعلمي أن تفهمي لغة وحيل الأشخاص الإستغلاليين، وذلك لكي تكشفّي خططهم وتتفاديهما، وتحرري من تأثير الآخرين في حياتك، والذي يمكن أن يكون تأثيراً سلبياً وضاراً.

إذا حصلتِ على ما بين 13 و16 نقطة :

لا تستغلين أحداً ولا يستغلّك أحد :

أنتِ إنسانة صادقة مع نفسك، شفافة ولا تحبين الخداع. مستعدة لإعلان رأيك بوضوح، والدفاع حد الاستماتة عن أي فكرة ترينها صائبة، مهما كلفك ذلك حسابات الربح والخسارة لا تعنيك، بل كل ما يعنيك هو أن ينتصر الحق. تحبين أن تصلي إلى أهدافك بمجهودك، وليس باستغلال الآخرين، كما أنك لا تحبين أن يستغلّك أحد للوصول إلى مآربه كيفما كانت، فأنتِ لستِ فريسة سهلة. لكن، ربّما عليك أن تنتبهي إلى أن الإستغلال، وبجرعة صغيرة لا يضر، فهو جزء من الطبيعة البشرية، وأن اعتماد الناس على بعضهم البعض يصبح أحياناً ضرورة لكي يتعايشوا معاً.

إذا حصلتِ على ما بين 17 و21 نقطة :

تصلين دائماً إلى غاياتك، لا شيء يردعك. أنت خبيرة في طرق الإستغلال، تعرفين من أين تؤكل الكتف، وكيف تعطين أفضل صورة ممكنة عن نفسك، تجيدين استدراار تعاطف الآخرين، وتعرفين كيف تبتزنيهم عاطفياً لكي يرضخوا لطلباتك. تعرفين جيداً ما الذي تريدين وتعرفين متى تطلبين ما تريدين. لكن انتبهي، إن استطعت أن تعيشي اعتماداً على الإستغلال في حدوده الدنيا والطبيعية فهذا جيد. لكن، إن بقيت على ما أنت عليه من إعتماـد على الآخرين، وطمع في تسخيرهم لأغراضك الشخصية، فقد تسقطين في الإستغلال القاتل، والذي يؤدي صاحبه في النهاية، ويجعل الناس يبتعدون عنك وينبذونك.