هل أنت شخصية متفائلة أم متشائمة؟



أجيبي بـ(نعم) أو (لا) ثم احصلي على النتيجة:

1- لديك أمنيات تؤمنين أنك ستحققينها.

2- يصفك من حولك أنك ودودة.

3- تبذلين جهداً مضاعفاً في العمل.

4- عندما تشعرين بالفشل، تقاومين بشدة ولا تستلمين.

5- تشعرين بأن لديك طاقة متجددة.

6- تحتاجين مساعدة الآخرين بشكل بسيط.

7- لديك إيمان عالٍ بقدراتك اللامحدودة.

8- تشعرين بأن ماهو قادم أجمل من الحاضر والماضي.

9- أنت لا تؤمنين بنظرية الطبع غلب التطبع.

10- لديك عفوية وتعبرين عن رأيك بصرحة من دون خوف.

11- تكررين المحاولات حتى تحصلي على النتيجة التي تطمحين لها.

12- عندما تسمعين جرس الباب في وقت متأخر تتوقعين أخباراً سارة.

13- دائماً ما تضعين في حقيبتك دبابيس أو إبرة لمعالجة أي موقف طارئ.

14- تشاركين في المراهنات.

15- تتوقعين أن يأتيك إرث أو تفوزين باليانصيب.

16- تدخرين مالاً للمستقبل.

17- تقومين برحلة إلى بلد من دون حجز فندق مسبقاً.

18- في رأيك أكثر الناس شرفاء.

19- تتركين مفاتيح شقتك لجارتك تحسباً لأي مشكلة.

20- عندما يطلب منك الطبيب فحوص تتوقعين أن صحتك في خطر.

نتائجك

إذا كانت إجاباتك أكثر من 15 بـ(نعم): يبدو أنك متفائله أكثر من أن تكوني شخصية متشائمة، تمتلكين تفكيراً إيجابياً وتؤمنين بالنهايات السعدة، كما أنك قادرة على رؤية المستقبل بشكل أفضل مما هو عليه الحاضر والماضي، الأمر الذي يجعل حالتك النفسية جيدة على الرغم من كلّ الظروف التي تمرين بها في حياتك، تصورك عن الحياة والناس والعلاقات ونفسك جيد ويبشر بخير لك في نهاية الطريق.

إذا كانت إجاباتك أكثر من 15 بـ(لا): أنت شخصية متشائمة، تنظرين إلى الدنيا بمنظار أسود، أنت لا تؤمنين بالنهايات السعيدة أبداً، كما انك لا تؤمنين بأن حالك في المستقبل سيكو أفضل من حالك اليوم، الأمر الذي يؤثر في حالتك النفسية ويجعلك أكثر عرضة للإصابة بالحزن والاكتئاب، ويبعد الآخرين عنك، من الضروري تغيير موقفك والاجتهاد في اتخاذ القرار، ومواجهة المشكلات حتى لا تقعي في دائرة اليأس.