

## هل أنتِ تلقائية وعلى سجيتك؟



ليس من السهل على كل الناس أن يكونوا طبيعيين وأن يتصرفوا على سجيتهم، البعض يتصدّع كثيراً أو يضطر إلى ذلك، لأنّه يريد أن يعطي عن ذاته صورة معيّنة للآخرين.

- 1- ماذا عنك أنتِ، هل أنتِ امرأة تلقائية أم أنّك تبذلين جهداً للتجمُّل أمام الآخرين؟  
هل تنظرين إلى حياتك على أنها: أ) طبعاً، متغيرة لأنّ رغباتنا أيضاً تتغير  
ب) صعبة لأنني أشعر بأنّني في معارك يومية ت) هادئة ومستقرة ث) تغيّرت لأننا نتغيّر مع الوقت 2- تتصرفين على طبيعتك مع: أ) المقرّبين من عائلة وأصدقاء  
ب) الأشخاص الذين يفهمونك ت) أسرتك فقط ث) الجميع، فأنت لا تحبّين التصدّع 3- بالنسبة إليك أن تكوني تلقائية، يعني: أ) فرصة ب) ضعفاً ت) إخلاصاً ث) عجزاً  
4- أثناء مقابلة للحصول على وظيفة: أ) تلعبين الدور الذي ينتظر منك الآخر لعبه ب) تتوترين وتكرهين أن توضع في هذا الموقف ت) تحاولين أن تكوني نفسك وتبرزي نقاط قوّتك ث) تكونين متوترة وتحاولين أن تردي بالطريقة الأكثر إيجابية 5- حين تنظرين إلى نفسك في المرآة: أ) تفضلين تجذّب النظر إلى نفسك في المرآة ب) المظهر الخارجي يمكنك أحياناً من تقبُّل نفسك ت) تحبّين ما ترين فيها ث) أحياناً يعجبك

