إلى أي حد أنتِ لطيفة تجاه الآخرين؟

اللطف في التعامل مع الآخرين، هو صفة نبيلة وفضيلة حقيقية، تفتح الآفاق وتُوسّع العلاقات الإنسانية، وتُجنّب الإنسان الصراعات. فهل تعرفين حقاً أهمية أن تكوني لطيفة في حياتكِ اليومية؟ وإلى أي درجة أنتِ لطيفة تجاه الآخرين؟

1- لك جارة ثرثارة كلما قابلتك تبدأ في الكلام من دون انقطاع، ما هو ردّ فعلكِ؟

أ) قبل أن تخرجي، تلقين نظرة على الخارج حتى تتأكدي من أنك لن تقابليها.

ب) تجدين دائماً عذراً لكي تضعي حدّاً للحوار معها.

ت) تتحدثين معها قليلاً لمجرد إرضائها وتنصرفين.

ث) تُسرعين الخطى بمجرد أن تلمحيها قادمة.

2- إذا كنتِ في مكان عام وطلب منك أحد ما أن تشاركي في استطلاع للرأي هل تقبلين؟

أ) نعم، لا مشكلة، بل إنني استمتع بذلك.

ب) أبداً، إنها مضيعة للوقت.

ت) أحياناً أشارك، عندما يكون الشخص الذي يَعرض عليّ الأمر لطيفاً، ويكون الموضوع مسلياً وليّ متسع

من الوقت.

ث) هذا يعتمد على مزاجي في ذلك اليوم.

3- بعد أن انتظرت المصعد طويلاً، ودخلت فيه رأيت شخصاً آخر قادماً نحو المصعد:

أ) تتظاهرين بأنكِ لم تريه وتضغطين على رقم الطابق الذين تقصدينه.

ب) تنتظرين الشخص القادم.

ت) تضغطين على زر إغلاق باب المصعد.

ث) لا تفعلين شيئاً، لكنكِ تتمنين أن يغلق المصعد بابه من تلقاء نفسه حتى لا يُدركك ذلك الشخص.

4- في عطلة نهاية الأسبوع المقبلة، صديقتكِ المقربة مضطرة إلى تغيير السكن، ولأنّها تريد أن توفر بعض المال فإنّها لن تستعين بشركة متخصصة لنقل الأثاث، ما هو رد فعلك؟

أ) إذا طلبتْ منك المساعدة فستذهبين لمساعدتها، وإلا فلن تذهبي.

ب) تستدعين أكبر عدد من الصديقات وتأتين جميعاً لمساعدتها.

ت) طبعاً ستذهبين لمساعدتها.

ث) أنتِ لا تحبين حمل الصناديق، كما أنّه كان عليها أن تستعين بشركة متخصصة لنقل الأثاث.

5- زميلتكِ في المكتب تتكلم بصوت عالٍ في الهاتف:

أ) في كلّ مرة تتحدث في الهاتف تطلبين منها أن تخفض صوتها.

ب) تغادرين المكتب في كلّ مرة تتحدث فيها عبر الهاتف.

ت) لا ألومها، فمن الصعب أن يتحكم المرء في نبرة صوته.

ث) عندما تتحدث في الهاتف، تبدئين في الغناء أو التصفير حتى تفهم زميلتك خطأها.

6- عند خروجكِ من البيت، فوجئت بكرة قدم تضربك في وجهك مباشرة، ثمّ جاء طفل والتقطها من دون أن يعتذر لكِ:

أ) كنتِ ستصفعينه لكنك تمالكت نفسك في آخر لحظة.

ب) إنّه طفل صغير، لا يفهم ما يفعل.

ت) تركضين خلفه وتجبرينه على أن يعتذر.

ث) تتحدثين إليه بهدوء وتنصحينه بأن ينتبه أكثر في المرة المقبلة.

7- ما هو أكثر نقد موجّه إليكِ يمكن أن يؤلمكِ؟

أ) التفكير العقلاني.

ب) الكرم.

ت) رقّة الإحساس.

ث) الإرادة.

8- تمرين بأزمة مالية. وغداً هو عيد ميلاد زوجكِ:

أ) لا تهتمين بالميزانية وتشترين له أفضل هدية ممكنة.

ب) قسيمة شراء ستكفي لحل المشكلة.

ت) تقدمين له هدية متواضعة، المهم أن لا تفوتك المناسبة.

ث) هذا لا يحدث أبداً، لأنني أشتري له هديته قبل عيد ميلاده بفترة كافية.

جدول النتائج

1

2

3

4

5

6

7

8

2

1

3

3

3

4

4

1

(ب)

1

4

1

1

2

1

1

4

(ت)

3

3

4

2

1

3

2

3

(ث)

4

2

2

4

4

2

3

2

النتيجة:

إذا حصلتِ على ما بين 8 و13 نقطة..

لطفك طبيعي جدّاً:

تحبّين أن تُسعدي الآخرين وأن يشعر الآخرون بالارتياح معك، ولكي تصلي إلى هذا الهدف فأنتِ لا تدّخرين أي جهد. خلقُ جوٍّ من الدفء والسعادة هو أولوية بالنسبة إليك، في كل ما تفعلينه في حياتكِ. لكن، لطفكِ لا يتوقف عند هذا الحد، أنتِ تحبين أن تقدمي خدمات للآخرين وأن تُسهّلي الحياة على المحيطين بك. أنتِ إنسانة متفتحة ومتفهّمة، وتعرفين أنّ لطفكِ تجاه الآخرين يفتح لكِ آفاقاً جديدة مع أشخاص جدد، خاصة أنكِ تهتمين بأن تكون صورتك في عيون الناس جميلة، وأن يعرفك الجميع على أنك تلك المرأة اللطيفة الودود. مع أصدقائكِ المقربين فقط، تسمحين لنفسك بين الفينة والأخرى بأن تكوني صادقة، وبأن تخرجي عن التزامك باللطف في التعامل، حيث تتعاملين أحياناً من دون رقابة على انفعالاتكِ، وتعبّرين عمّا تشعرين به من دون أن تحسبي حساب الآخرين وما سيقولونه عنكِ.

إذا حصلتِ على ما بين 14 و19 نقطة..

لطيفة عن اقتناع:

اللطف هو صفة متأصلة في شخصيتكِ، لدرجة أنكِ لا تعرفين كيف تكونين جافة تجاه الآخرين. وطبعاً مثل كلّ الناس، يحدث لكِ أحياناً أن تشعري بأنكِ متضايقة من أشخاص كريهين وأشرار، لكنكِ تُجبرين نفسكِ دائماً على أن تنظري إلى الجانب المضيء في شخصيات هؤلاء، حتى لا تكرهيهم وحتى تبرّري لطفك تجاههم. أليست هذه طريقة تستعملينها لكي تمارسي الرقابة على أي عنف داخلك؟ فكّري في ذلك. ربما تخافين من أي نوع من الخلاف أو المواجهة مع الآخرين، وربما هي مجرد وسيلة للهروب. على كلّ حال، فلطفك الكبير مع الناس شيء مفيد لكِ، فأنتِ تحافظين على علاقات طيبة مع الجميع، فحافظي على هذه الخصلة الجميلة فيكِ.

إذا حصلتِ على ما بين 20 و25 نقطة..

لطيفة لكن ليس مع كلّ الناس:

مع أولئك الذين تُكنّين لهم الحب والتقدير، أنتِ إنسانة لطيفة بلا حدود، حيث تتصرفين بتلقائية وبسخاء، لكن مع الأشخاص الذين لا تحبينهم أو لا ترتاحين لهم، فأنتِ غير مستعدة لأن تمثّلي عليهم أنك تحبينهم، أو أنك سعيدة برفقتهم. فأنتِ تكرهين ذلك وتعتبرينه مجرد نفاق من وجهة نظرك. لكن ضعي في اعتبارك أنّ لطفكِ مع أشخاص لا ترتاحين لهم يعطي العلاقة فرصة لكي تتطور، وهذا يمكن أن يجعلك تكتشفين فيهم صفات حميدة لا يمكن أن تظهر لك من أوّل وهلة. صحيح أنك تحاولين أن تكوني مهذبة وغير مُتصادمة مع الآخرين الذين لا تعرفينهم، إلا أنّهم قد يعتبرون ذلك بُروداً منك تجاههم. فهل هم مخطئون؟ ربما أنتِ تخافين من أنك لو أظهرت لطفك للآخرين فإنّهم سيطمعون في كرمك، ويستغلونك أو يتجرأون عليك؟ حاولي أن تتخلي قليلاً عن حذرك المفرط هذا، وابذلي جهداً لكي تكوني لطيفة، حتى مع الأشخاص الذين لا تعرفينهم، وذلك حتى تمنحيهم فرصة لكي يُثبتوا لك أنّهم يستحقون محبتك.

إذا حصلتِ على ما بين 26 و32 نقطة:

لطيفة لكن بحذر:

قبل أن تُصدري أي حكم سلبي أو إيجابي على أي شخص، تشعرين بأنّ عليك أن تتركي مسافة بينك وبينه، حتى لو بدا لك لطيفاً من الوهلة الأولى. كثيراً ما تحتفظين بوجه خالٍ من أي ابتسامة، وتتعاملين بتحفّظ إلى أن تكوّني رأياً، له أساس حول أي شخص. أنتِ توفرين لطفك لأنّكِ تعتبرين أنّ إظهار اللطف معناه الدخول في علاقة، وأنتِ لا تريدين ذلك. فلماذا كلّ هذا الحذر؟ أنتِ امرأة تنظر إلى الأشخاص اللطفاء بارتياب، وبالنسبة إليك فكلّ شخص يعاملك بطلف، هو شخص يريد منك مصلحة ما. فلماذا لا تعتبرين اللطف شيئاً بلا مقابل، شيئاً مجانياً، إذن لا تترددي، وأظهري لطفك للآخرين من دون ريبة وأفكار مسبقة.