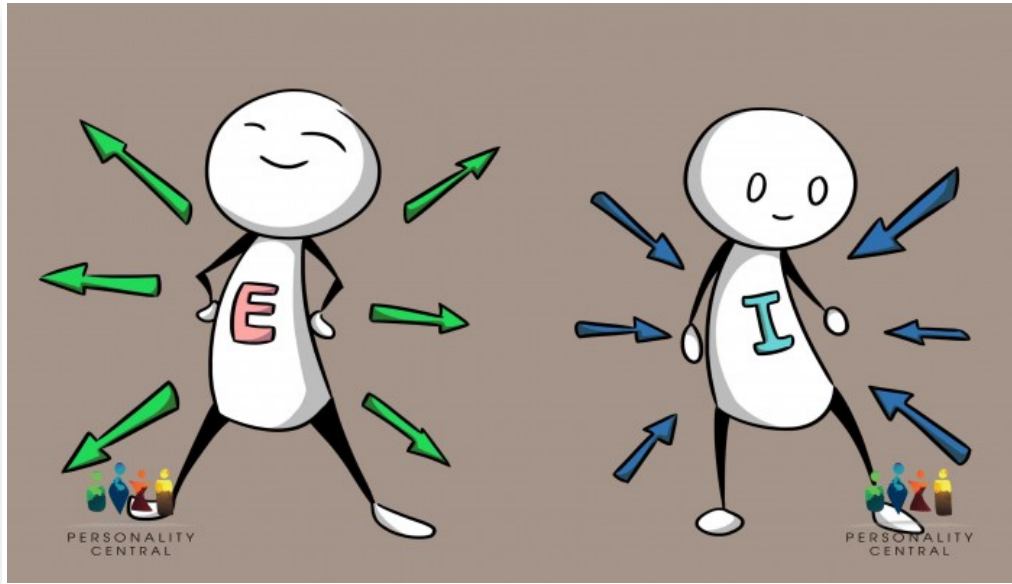


علامات الشخصية الانطوائية الإيجابية التي تتمتع بالسلام النفسي



الاثنين 10 أبريل 2017 11:04 م

علامات الشخصية الأنطوائية

قبل ان نعرض عليك هذه الصفات لابد أن تعرف إنك تندرج تحت تصنيف الأشخاص الانطوائية الاجتماعية ! كيف ذلك ؟ بمعنى إنك تتمتع بسلام داخلي، نفسيته تقرر وقت ما رغبت في إن تكون شخص انطوائي تعزل نفسك لتعيد ترتيب أفكارك ومهامك وتستعيد طاقتك، وعندما تشحن كل ذلك تعود مره أخرى إلى كونك شخص اجتماعي ! وهذا يختلف كثيرا عن الشخصية الأنطوائية بشكل دائم والتي تعزل نفسها طيلة الوقت وتعاني من رهاب اجتماعي . هنا المزيد عن الشخصية الأنطوائية

فما هو الشخص الأنطوائي الذي يتمتع بسلام داخلي و طاقة إيجابية ؟

1- انت لا تحب ان يتسلط عليك الضوء، ولكنك تحب التقدير:

الخروج إلي التفاعلات و المقابلات الاجتماعية غالبا يكون محبب لك دائما، ولكنك لا تحب أن تكون محل حديث الجميع ومحل إعجابهم ومحل الحوار دائما ! وهذا لا يتعارض مع كونك تحب أن يذكرك الجميع أثناء الحديث وأن تُعطي بعض الحديث، تخيل إنك قُمت بإنجاز معين في عملك أو دراستك ! لا تحب وقتها أن يكون كل الحديث حول إنجازك هذا وكيف تم وكيف أصبحت وكيف تخطيت الصعاب وألخ، لكنك تحب أن يقول من حولك لقد حقق نجاح كبيرا في الفترة الاخيرة في عملة أو دراسته ولقد أحسن في ذلك، فقط! لا أكثر ولا أقل ! .

2- انت تتمتع بالتعرف علي شخص جديد،و ايضا الأستمتاع مع مجموعة من الأصدقاء:

من السهل التعرف علي الشخص المنطوي بشكل دائم و الذي يظهر عليه الخجل مع قلة التحديث [الأفكار الكبيرة و المحادثات الكبيرة تكون أكثر راحة بالنسبة له كلما كان الحديث أكثر عامية وغير موجه له شخصيا كلما كان هذا أفضل له ! وأيضا كلما زاد التعود والتعرف على الشخص الذي أمامه كلما قل الأنطواء في الحديث مع هذا الشخص ! إذا كنت من الناس التي كلما يزداد تعرفها على شخص ما كلما شعرت بالراحة في الحديث أكثر ! ولست من الشخصيات الثرثاره التي تتحدث كثيرا مع أي شخصية ولكنك تتحدث بعمق أكثر مع المقربين لك ومع من زادت معرفتك بهم فأنت من الأشخاص الانطوائية التي تتمتع بالإيجابية والسلام الداخلي .

3- انت تحتاج ان تبقي بمفردك احيانا، و لكن لا يحدث ذلك في كثير من الأحيان:

انت من الداخل شخص اجتماعي يحب المجتمع ولكن من الخارج انت تميل إلي الأنطواء . ويقول المحللون النفسيون ان ذلك يرجع إلي الجذب العميق الذي يكمل الشخصية [الشخص المنطوي هو شخص متغير و متقلب ، يتغير حسب البيئة الموجود بها ! بمعنى إن شخصيتك الداخلية تحدد المود الخاص بك إن كان سيصبح انطوائي في تجمع من الناس تتحدث بأسلوب ركيك مثلا أو أحاديث غير لائقة أو إنها غير مفيدة ! بينما ستقرر نفسيته الداخلية أن تكون اجتماعي جدا في تجمع من الأشخاص الذي تحبهم أو حتي أشخاص عادية ولكن محور الحديث حول شئ يهمك كثيرا أو يعجبك .

4-انت تشعر بالراحة عند التواجد في مقهي هادئ وليس في حفلة صاخبة:

أغلب الشخصيات أما تجدها من النوع الذي يحب الحفلات والصبب الكبير والتجمعات الكبيرة أو إنه يحب أن يذهب لمقهي هادئ أو مكان هادئ ! لن تجد شخص إلا نادرا ويجمع بين هذه الأشياء أو يحبها كلها ! بينما أن ستجد نفسك تختلف تصرفاتك من اليوم للأخر، انت احيانا تريد الخروج و مقابلة الناس، و احيانا أخرى تسعى إلي التحفيز العقلي الشديد والتركيز أو الهدوء الكبير!

ملحوظة : بعض الأشخاص لا يتفهموا تغييرك المستمر قد يراقبك شخص ما و يري انك تعمل منذ بداية الأسبوع في مكان هادئ جدا . و الأسبوع الأخر انت تقضي الوقت في حفلة صاخبة القدرة علي التغيير من الأنطواء إلي الأنفتاح والاجتماعيه التامه ماهو إلا سلام النفسي داخلى و بسبب الراحة النفسية التي بداخلك وكذلك الإيجابية والتأقلم .

فهل أنت من تلك الأشخاص ؟ أم ماهي شخصيتك التي تراها من وجهة نظرك !؟