

حين يصبح النقص ميزة دليلك لاكتشاف ما يميزك



مقدمة: ➤

في مراحل حياتنا المختلفة، هناك أمور شعرنا بسببها
يوميًا بالخجل، بالنقص، أو بعدم الانتماء..

لكن مع الوقت، ومع فهم الذات، قد تتحول
هذه الأمور ذاتها إلى أعظم مصادر الفخر،
لأنها ببساطة كانت انعكاسًا لتميُّزنا واختلافنا.

في هذا الدليل، نستعرض نتائج التصويت رقم 15،
ونكتشف كيف يمكن لما كنا نراه ضعفًا أن يكون
في الحقيقة مصدر قوَّة.



نتائج التصويت | سؤال واحد 15

ما الشيء الذي تفتخر به اليوم ..
وكان يومًا ما سببًا لشعورك بالنقص؟

● اختلاف شخصيتي عن محيطي - 68%

● خجلي أو هدوئي - 28%

● فضولي أو كثرة أسئلتني - 4%

● حساسيتي الزائدة - 0%



التحليل والتأملات



➤ اختلاف شخصيتي عن محيطي (68%)

“ ما كان يربكني، أصبح بممتي ”

حين لا تتشابه أفكارنا، أولوياتنا، أو أسلوبنا مع من حولنا.. قد نشعر بالانعزال أو النقص.

لكن هذا الاختلاف هو بداية التفرد. الأشخاص المميزون غالبًا لا يشبهون محيطهم، بل يصنعون موجات التغيير فيه.

➤ تأمل

هل اختلافك اليوم ما زال يخيفك؟ أم بدأت تتعلمه وتحببته؟

➤ أداة تطبيقية

اكتب 3 صفات فيك كنت تظن أنها “مشكلة”، ثم أعد تعريفها كقوة.



➤ خجلي أو هدوئي (28%)

“ في الصمت حكمة، وفي التآني وعي ”

كثيرًا ما يُنظر للهدوء أو الخجل كضعف، خاصة في بيئات تتطلب الحضور الصاخب أو الجرأة اللفظية. لكن الهدوء طاقة عميقة. وهو ما يجعل أصحابه أكثر إصغاءً، وأقل اندفاعًا.

➤ تأمل

هل تمنيت يومًا أن تكون أكثر ضجيحًا؟ وماذا اكتشفت لاحقًا عن قيمة هدوئك؟

➤ أداة تطبيقية

اكتب مواقف برزت فيها قوة حضورك رغم قلة كلماتك.



➤ فضولي أو كثرة أسئلتني (4%)

“من يسأل أكثر.. يفهم أعمق”

الأسئلة أداة تعلم، وليست مصدر إزعاج.
غالبًا ما يتعرض الأطفال والناشئين للانتقاد بسبب فضولهم، دون أن يدرك المحيط أنها علامة نضج معرفي مبكر.

➤ تأمل

هل كتمت فضولك لترضى الآخرين؟ وماذا كلفك ذلك؟

➤ أداة تطبيقية

اختر موضوعًا كنت تخجل من سؤاله سابقًا.. وابدأ بالبحث عنه اليوم بلا تردد.



حساسيتي الزائدة (0%)

“ أن تشعر كثيرًا.. يعني أنك حي ”

رغم أن الخيار لم يُصوّت له، إلا أن “الحساسية الزائدة” يراها كثيرون ضعفًا.

لكنها في جوهرها قدرة على التقاط المشاعر، والتعاطف، والانتباه لتفاصيل لا يراها الآخرون.

تأمل

هل تعتبر حساسيتك عبئًا؟ أم قناة اتصال عاطفية تُميّزك؟

أداة تطبيقية

دوّن موقفًا شعرت فيه بشدّة، وساعدك ذلك على فهم الآخرين بشكل أعمق.



أسئلة للتأمل الذاتي ➤

● ما الشعور الذي كان يرافقك حين كانت هذه الصفات تُنتقد؟

● كيف تغيرت نظرتك لنفسك مع مرور الوقت؟

● هل ساعدك أحد على إعادة تعريف هذه الصفات في داخلك؟ أم كانت رحلة فردية؟



رسالة ختامية

أحياناً نحتاج أن نعود للوراء قليلاً، ونعيد النظر لما كنا نخجل منه. سنكتشف أن الحياة منحتنا هدايا على هيئة "نقص"، وانتظرت منا فقط أن نراها من زاوية أخرى.

لا تخجل من اختلافك..
فهو ما سيصنع أثرك، ويخلد بصمتك.





حين يصبح النقص ميزة
دليلك لاكتشاف ما يميزك

أنا أسماء عبدالعزيز.

أساعدك على تطوير مهاراتك الشخصية
وبناء علاقات أكثر وعيًا وتأثيرًا.

جاهزة لدعمك أو دعم فريقك لتحقيق
أداء أفضل وعلاقات أقوى.

شكرا لوقتك

لا تنسى مشاركة المنشور
لتعم الفائدة

