

## Περιεχόμενα

1. Γράμμα στον χρήσιμο εαυτό μου – Σημείωμα του συγγραφέα	13
2. Μια τόσο απλή λέξη... μα τόσο σημαντική	15
3. Τι είναι η <i>χρησιμότητα</i> ;	17
4. Πώς μπορούμε να είμαστε χρήσιμοι;	19
5. Ο άνθρωπος χρειάζεται να έχει έναν χρήσιμο (ανώτερο) σκοπό ζωής	24
6. Χρήσιμος αλλά και υπεύθυνος	28
7. Έλλειμμα κριτικής σκέψης	31
8. Η σημασία του να είσαι χρήσιμος	34
9. Ιστορία ενός χρήσιμου ανθρώπου	36
10. Ποιος είναι χρήσιμος άνθρωπος σήμερα;	40
11. Με ποιους συνδέεται ένας χρήσιμος άνθρωπος;	44
12. Για ποιον λόγο χρειάζεται να είμαστε χρήσιμοι;	45
13. Από πού πηγάζει, όμως, η <i>χρησιμότητα</i> ;	47
14. Πώς αντιμετωπίζει την απόρριψη ένας άνθρωπος που θέλει να είναι χρήσιμος;	48
15. Πώς μπορεί η <i>χρησιμότητα</i> να επηρεάσει τον κρατικό μηχανισμό;	51
i. Πώς ο κρατικός μηχανισμός μπορεί να επωφεληθεί από έναν χρήσιμο πολίτη και να τον ανταμείψει;	54
ii. Πώς ο κρατικός μηχανισμός μπορεί να ανταμείψει έναν χρήσιμο δημόσιο λειτουργό;	56
iii. Πώς μπορεί να εφαρμοστεί η <i>χρησιμότητα</i> στη δημόσια διοίκηση;	57
16. <i>Χρησιμότητα</i> και «εγώ» («ego»)	60

17. Μπορώ να φανώ χρήσιμος στους άλλους περισσότερο από τον εαυτό μου;	62
18. Η <i>χρησιμότητα</i> μήπως κρύβει μια ανάγκη αναγνώρισης και ανταλλαγής αγάπης για μια πράξη που έκανα;	65
19. Ποιος είναι ο παράγοντας που πυροδοτεί τον ανιδιοτελή συνδυασμό προσφοράς- <i>χρησιμότητας</i> ;	67
20. Ποιος είναι ο ρόλος της <i>χρησιμότητας</i> στην εκπαίδευση;	69
21. <i>Χρησιμότητα</i> και επιχειρηματικότητα	72
22. Πότε ένα προϊόν είναι χρήσιμο;	76
23. Τι χρειάζεται για να δημιουργήσω ένα χρήσιμο προϊόν;	78
24. Πώς μπορώ να αξιολογήσω αν το προϊόν μου είναι χρήσιμο;	81
25. Ποια είναι η <i>χρησιμότητα</i> στην καινοτομία;	83
26. Πότε μια υπηρεσία μπορεί να θεωρηθεί χρήσιμη;	86
27. Περιβαλλοντική <i>χρησιμότητα</i>	91
28. Υπάρχει <i>χρησιμότητα</i> στην οικονομία;	93
29. Χρήσιμος στο εργασιακό περιβάλλον	95
30. Ποιος θεωρείται χρήσιμος εργοδότης ή επιχειρηματίας;	97
31. Ποια η διαφορά ενός καλού εργοδότη από έναν χρήσιμο εργοδότη;	99
32. Εξάσκηση στην κριτική σκέψη που μετατρέπεται σε <i>χρησιμότητα</i>	102
33. Ποια η διαφορά ενός καλού εργαζομένου από έναν χρήσιμο εργαζόμενο;	104
34. Ο άνθρωπος χρειάζεται να είναι σωστός, καλός ή χρήσιμος;	107
35. Η <i>χρησιμότητα</i> μπορεί να ενισχύσει τις σχέσεις μας με άλλους ανθρώπους;	112
36. Μοντέλο <i>χρησιμότητας</i>	115
37. Μοντέλο αξιολόγησης <i>χρησιμότητας</i>	117
38. Εφαρμογή του μοντέλου σε πραγματικές συνθήκες για μια επιχείρηση	120
39. Πώς αξιολογώ τη <i>χρησιμότητα</i> του υποψηφίου με βάση το παραπάνω μοντέλο;	123
40. Ποια η διαφορά μεταξύ ενός χρήσιμου και ενός άχρηστου ανθρώπου;	124

41. Γιατί ένας άνθρωπος που έχει γνώσεις να μη θέλει να βοηθήσει ή να μην έχει μάθει να βοηθάει;	126
42. Δηλαδή, όποιος δεν προσφέρει είναι άχρηστος;	129
43. Να είμαι χρήσιμος ή γενναιοδωρος;	131
44. Πόση γενναιοδωρία χωράει στη <i>χρησιμότητα</i> ;	133
45. Υπάρχουν διαφορές μεταξύ <i>χρησιμότητας</i> και γενναιοδωρίας;	136
46. Με ποιον τρόπο η <i>χρησιμότητα</i> και η γενναιοδωρία μπορούν να συμβάλλουν στη βελτίωση της κοινωνίας μας;	138
47. Πώς συνδέεται η <i>χρησιμότητα</i> με την ευτυχία;	141
48. Πώς συνδέονται η <i>χρησιμότητα</i> και η γενναιοδωρία με την ευτυχία;	144
49. Πώς συνδέονται η <i>χρησιμότητα</i> και η γενναιοδωρία με την επιτυχία;	146
50. Ο άνθρωπος χρειάζεται να είναι επιτυχημένος ή ευτυχισμένος;	148
51. Συνδέεται η ευτυχία με τα χρήματα;	151
52. Η επιτυχία μπορεί να επηρεάσει την ευτυχία μας;	156
53. Τι να επιλέξω, την ευτυχία ή την επιτυχία;	159
54. Τελικά, ποια είναι η αξία του να είσαι χρήσιμος;	163
55. Μήπως στην απλότητα βρίσκεται ο χρήσιμος;	165
56. Τι χαρακτηριστικά έχει η <i>χρησιμότητα</i> με διάρκεια ( <i>χρησιμότητα</i> της διάρκειας);	170
57. Σύνδεση <i>χρησιμότητας</i> και πνευματικότητας	173
58. Η αρετή της διάκρισης στη <i>χρησιμότητα</i>	177
59. Επίπεδο κοινωνικής εμπιστοσύνης και <i>χρησιμότητα</i>	180
60. Σχέση μεταξύ <i>χρησιμότητας</i> και ευγνωμοσύνης	183
61. Η <i>χρησιμότητα</i> ως ηθική αξία	186
62. Η εφαρμογή της ιδέας και ο προβληματισμός	188
63. Γνωμικά-αποφθέγματα	190
64. Ετυμολογία της λέξης «χρήσιμος»	193
65. Ποίημα	195
66. Πέρασε γρήγορα η ώρα	200
Λίγα λόγια για τον συγγραφέα	205

# 1.

## Γράμμα στον χρήσιμο εαυτό μου – Σημείωμα του συγγραφέα

Σεβαστέ μου φίλε,

Στέλνω αυτό το γράμμα για να σου μιλήσω για τη *χρησιμότητα* και τη σημασία της στη ζωή μας. Όπως ήδη γνωρίζεις, η ζωή μας είναι μια συνεχής πρόκληση και πρέπει να βρίσκουμε τρόπους να κάνουμε τον κόσμο γύρω μας καλύτερο. Η *χρησιμότητα* είναι ένας από τους τρόπους να το πραγματοποιήσουμε. Όταν είμαστε χρήσιμοι, βοηθάμε τους ανθρώπους γύρω μας, κάνουμε καλό στην κοινωνία και ανταποκρινόμαστε στις ανάγκες των άλλων. Η *χρησιμότητα* μας δίνει έναν σκοπό στη ζωή. Όταν έχουμε μια εργασία ή μια δραστηριότητα που μας επιτρέπει να βοηθάμε τους άλλους, αισθανόμαστε ευτυχισμένοι και ικανοποιημένοι με τον εαυτό μας.

Φυσικά, η *χρησιμότητα* δεν απευθύνεται μόνο στην κοινωνία. Χρειάζεται να βρούμε, επίσης, τρόπους για να είμαστε χρήσιμοι για τον εαυτό μας. Αυτό μπορεί να συμβεί με την προσωπική μας ανάπτυξη, με μια νέα δεξιότητα που μαθαίνουμε ή ακόμα και με ένα νέο χόμπι.

Σκέφτηκα πολύ τη *χρησιμότητα* και το πόσο σημαντικό είναι για κάποιον να είναι χρήσιμος στους άλλους. Είναι μια ιδιότητα

που μας κάνει, πραγματικά, πολύτιμα μέλη της κοινωνίας και μας δίνει έναν λόγο ύπαρξης. Όταν κάνουμε κάτι για να βοηθήσουμε κάποιον άλλον, δεν κάνουμε μόνο τη ζωή του καλύτερη αλλά και τη δική μας. Η καλή θέληση και διάθεση να βοηθήσουμε γιατί μέσα από αυτό θα βοηθηθούμε και οι ίδιοι, η αλληλοβοήθεια, μας κάνει πιο ευτυχισμένους.

Προσωπικά, έχω βρει μεγάλη ικανοποίηση και ευχαρίστηση στο να είμαι χρήσιμος στους άλλους. Από το να βοηθώ τους φίλους και την οικογένειά μου μέχρι το να εργάζομαι σε μια οργάνωση που βοηθάει τους ανθρώπους που έχουν ανάγκη. Παρατηρώ τη θετική επίδραση που έχει η *χρησιμότητα* στη ζωή μου και στη ζωή των άλλων. Σκέφτομαι ότι η ιδέα της *χρησιμότητας* πρέπει να είναι κάτι που να μας διαπνέει όλους. Αν μπορούμε να βοηθήσουμε κάποιον, γιατί να μην το κάνουμε;

Αλλά πέρα από την προσωπική ικανοποίηση που αποκομίζουμε από τη χρήσιμη δράση, η *χρησιμότητα* έχει και κοινωνική διάσταση. Όταν είμαστε χρήσιμοι στους άλλους, συνεισφέρουμε στη δημιουργία μιας κοινωνίας που κυριαρχούν η αλληλεγγύη και η ευημερία.

Εis το επανιδείν...

## 2.

### Μια τόσο απλή λέξη... μα τόσο σημαντική

Η ζωή είναι πολύπλοκη και δυναμική και συχνά συναντάμε προκλήσεις που μπορεί να μας φαίνεται αδύνατο να αντιμετωπίσουμε μόνοι μας. Οι προκλήσεις αυτές μπορεί να είναι προσωπικές, επαγγελματικές, κοινωνικές ή ακόμα και παγκόσμιες. Ωστόσο, μια από τις κύριες αρχές που μπορεί να μας βοηθήσει να ξεπεράσουμε αυτές τις προκλήσεις είναι η *χρησιμότητα*.

Η *χρησιμότητα* μπορεί να οριστεί ως η ικανότητα να προσφέρουμε βοήθεια και χρήσιμες υπηρεσίες σε άλλους, ανεξάρτητα από το αν πρόκειται για μια ατομική ή συλλογική προσπάθεια. Η *χρησιμότητα* μπορεί να αναφέρεται στην προσφορά βοήθειας στην κοινότητα, στον τομέα της εθελοντικής εργασίας, στον επαγγελματικό χώρο, αλλά και στην προσωπική μας ζωή. Καθώς προχωρούμε στη ζωή μας, αντιλαμβανόμαστε όλο και περισσότερο ότι η αξία της δεν μπορεί να μετρηθεί μόνο με τα υλικά αγαθά που έχουμε ή τις θέσεις που κατέχουμε. Πολλοί αναζητούν την ευτυχία και την ικανοποίηση στο να βοηθούν και να συμβάλλουν στην κοινωνία τους. Αυτό τους δίνει μια αίσθηση πραγματικής επίτευξης και προσφοράς στον κόσμο.

Όμως, γιατί είναι τόσο σημαντικό να είμαστε χρήσιμοι στην κοινωνία μας; Ποια είναι η πραγματική αξία της *χρησιμότητας*;

Πώς μπορούμε να προσφέρουμε; Αυτό μπορεί να επιτευχθεί με διάφορους τρόπους. Μπορούμε να προσφέρουμε τις δεξιότητές μας και τη γνώση μας για να βοηθήσουμε άλλους ανθρώπους ή οργανισμούς. Μπορούμε, επίσης, να συμμετέχουμε σε εθελοντικές δραστηριότητες ή να διαθέσουμε χρόνο ή πόρους για να στηρίξουμε ανθρώπους που έχουν ανάγκη. Η *χρησιμότητα* μπορεί να δημιουργηθεί από την απαίτηση για κάτι καινούργιο που θα είναι επωφελές για τους άλλους, όπως ένα προϊόν ή μια υπηρεσία. Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι η δημιουργία αυτών των προϊόντων ή υπηρεσιών πρέπει να γίνεται με σεβασμό στην ανθρώπινη αξιοπρέπεια και στο περιβάλλον.

Όλοι μας έχουμε το δικαίωμα σε μια ευτυχισμένη ζωή, στην αναζήτηση της ευτυχίας. Αυτό σημαίνει ότι μπορούμε να επιλέγουμε πώς θέλουμε να ζούμε και ποιοι θέλουμε να είμαστε. Όμως, η ευτυχία δεν είναι κάτι που μπορεί να επιτευχθεί μόνο μέσα από την ικανοποίηση των δικών μας αναγκών και επιθυμιών. Η ευτυχία συνδέεται με την αφοσίωση σε κάτι μεγαλύτερο από τον εαυτό μας και τη συμβολή μας στην κοινότητα. Είναι σημαντικό να σημειώσουμε ότι η *χρησιμότητα* δεν πρέπει να προέρχεται από την εκμετάλλευση των άλλων. Αντίθετα, πρέπει να προέρχεται από μια επιθυμία προσφοράς και συνεισφοράς στην κοινωνία.

Σε αυτό το βιβλίο, εξερευνούμε την αξία του να είμαστε χρήσιμοι στους άλλους και πώς αυτό μπορεί να οδηγήσει σε μια πιο ευτυχισμένη ζωή. Μέσα από παραδείγματα και ιστορίες, αναδεικνύουμε τους διάφορους τρόπους που μπορούμε να βοηθήσουμε τους άλλους και να συμβάλλουμε στην κοινωνία μας.

### 3.

## Τι είναι η *χρησιμότητα*;

Η *χρησιμότητα* είναι μια έννοια που σχετίζεται με το πόσο κάτι είναι χρήσιμο ή χρηστικό για έναν συγκεκριμένο σκοπό. Μπορεί να αναφέρεται σε αντικείμενα, προϊόντα, υπηρεσίες, προσόντα, ανθρώπους και κοινότητες. Μπορεί να καθοριστεί από την αξία που παρέχει σε μια κοινότητα ή σε ένα άτομο. Ένα προϊόν ή μια υπηρεσία με υψηλή *χρησιμότητα*, έχουν συνήθως και υψηλή αξία για τους ανθρώπους. Στον κόσμο μας, η *χρησιμότητα* συχνά αντιστοιχεί στην ικανότητα να παράγουμε κάτι που άλλοι θα θελήσουν να αγοράσουν ή να χρησιμοποιήσουν. Αυτό μπορεί να είναι ένα προϊόν ή μια υπηρεσία, αλλά μπορεί να είναι και κάτι πιο αφηρημένο όπως μια ιδέα ή μια δυνατότητα. Όταν κάτι είναι χρήσιμο, συνήθως θεωρείται αξιόλογο και αυξάνει την αξία του. Όταν μιλάμε για *χρησιμότητα*, συχνά αναφερόμαστε σε πράγματα που είναι χρήσιμα για εμάς και για τους άλλους. Ωστόσο, η *χρησιμότητα* μπορεί να είναι αντικειμενική ή υποκειμενική, ανάλογα με την περίπτωση, τις ανάγκες και την αντίληψη του καθενός.

Η *χρησιμότητα* είναι ένας σημαντικός παράγοντας που λαμβάνεται υπόψη κατά την αξιολόγηση ή τον σχεδιασμό προϊόντων, υπηρεσιών, συστημάτων και τεχνολογιών. Ένα προϊόν ή



μια υπηρεσία που είναι χρήσιμα παρέχουν κάτι που οι άνθρωποι χρειάζονται ή επιθυμούν, ενώ η έλλειψη *χρησιμότητας* μπορεί να καταστήσει κάτι περιττό ή ανεπιθύμητο. Για παράδειγμα, ένα προϊόν μπορεί να είναι χρήσιμο γιατί παρέχει λειτουργικότητα, βελτιώνει την απόδοση ή την άνεση, ενώ μια υπηρεσία μπορεί να είναι χρήσιμη γιατί παρέχει λύσεις σε προβλήματα ή βελτιώνει την ποιότητα ζωής.

Ένα εργαλείο μπορεί να είναι χρήσιμο για έναν επαγγελματία που το χρησιμοποιεί καθημερινά αλλά αναξιοποίητο για κάποιον άλλον που δεν θα το χρησιμοποιήσει ποτέ. Επίσης, ένα άτομο μπορεί να θεωρείται χρήσιμο αν εκτελεί μια συγκεκριμένη εργασία σε μια ομάδα αλλά αναξιόπιστο αν δεν τηρεί τις υποσχέσεις του.

Στην πραγματικότητα, η *χρησιμότητα* είναι πολύπλοκη και εξαρτάται από πολλούς παράγοντες.

Μπορεί να σχετίζεται με τις δεξιότητες, τις γνώσεις, την εμπειρία, τον χαρακτήρα, την αξιοπιστία και την αποτελεσματικότητα του ατόμου. Συνεπώς, η *χρησιμότητα* δεν είναι κάτι που μπορεί να μετρηθεί απόλυτα, αλλά πρέπει να τη λαμβάνουμε πάντα υπόψη μας.

## 4.

### Πώς μπορούμε να είμαστε χρήσιμοι;

Για να είμαστε χρήσιμοι, χρειάζεται να ανακαλύψουμε τις ικανότητες-δυνατότητές μας και να τις αξιοποιήσουμε στον μέγιστο βαθμό. Αναλύουμε τις δεξιότητες και τα ενδιαφέροντά μας και σκεφτόμαστε πώς μπορούμε να τα αξιοποιήσουμε για να βοηθήσουμε τους άλλους.

Όταν μιλάμε για το πώς μπορούμε να είμαστε χρήσιμοι, σημαίνει ότι θα πρέπει να έχουμε έναν σκοπό και έναν στόχο στο μυαλό μας. Ας αναρωτηθεί ο καθένας: Τι είναι αυτό που θέλω να πετύχω; Πώς μπορώ να βοηθήσω τους άλλους; Ποιες είναι οι δυνατότητές μου και πώς μπορώ να τις αξιοποιήσω;

Αν υπάρχουν άνθρωποι στην κοινότητά μας που χρειάζονται βοήθεια με κάποιον τρόπο, μπορούμε να είμαστε εκεί για αυτούς. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει να κάνουμε αγορές για άτομα που δεν μπορούν να το κάνουν τα ίδια, να βοηθήσουμε στη μετακίνηση ανθρώπων που δεν έχουν πρόσβαση σε μεταφορικά μέσα ή να προσφέρουμε υπηρεσίες σε ανθρώπους που δεν έχουν τη δυνατότητα. Είναι σημαντικό να μάθουμε να ακούμε τους ανθρώπους. Η ακρόαση είναι ένα πολύ σημαντικό εργαλείο για να είμαστε χρήσιμοι. Ακρόαση σημαίνει πως ακούω προσεκτικά τις ανησυχίες, τα προβλήματα και τις ανάγκες των άλλων

μέσω της επικοινωνίας. Προσπαθούμε να κατανοήσουμε τις ανάγκες τους και να βρούμε τρόπους για να τους βοηθήσουμε.

Η *χρησιμότητα* έχει θετικές επιπτώσεις τόσο σε εμάς όσο και στους άλλους. Όταν είμαστε χρήσιμοι, αυξάνεται η αυτοπεποίθησή μας και βελτιώνουμε την ευημερία μας. Συνάμα, βοηθάμε τους άλλους και μπορούμε να ασκήσουμε θετική επίδραση στη ζωή τους. Το να είμαστε χρήσιμοι στον εαυτό μας συμβάλλει στη(ν):

- **Αύξηση της αυτοπεποίθησης:** Όταν βοηθάμε τους άλλους και επιλύουμε προβλήματα, αισθανόμαστε χρήσιμοι και αξιόλογοι. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε αύξηση της αυτοπεποίθησης και της αυτοεκτίμησής μας.
- **Βελτίωση της ευημερίας:** Η αίσθηση ότι προσφέρουμε κάτι στους άλλους και ότι η προσφορά μας εκτιμάται μπορεί να βελτιώσει τη διάθεσή μας και να μας κάνει να αισθανόμαστε πιο ικανοποιημένοι με τη ζωή μας.
- **Ενίσχυση της κοινότητας:** Όταν συνεισφέρουμε στην κοινότητά μας, βοηθάμε στη δημιουργία ενός καλύτερου περιβάλλοντος για όλους.

Παρόλο που η *χρησιμότητα* ίσως φαίνεται απλή και αυτονόητη έννοια, υπάρχουν πολλά εμπόδια που μπορούν να την εμποδίσουν ή να δυσκολέψουν την εφαρμογή της. Ένα από τα κύρια εμπόδια είναι η απουσία κινήτρου. Αν κάποιος δεν έχει κίνητρο να βοηθήσει ή να προσφέρει κάτι στους άλλους, τότε είναι πολύ δύσκολο να είναι χρήσιμος. Αυτό μπορεί να συμβεί επειδή δεν αντιλαμβάνεται τη σημασία της *χρησιμότητας*, επειδή αισθάνεται απόγνωση ή αποθαρρυντικότητα, ή επειδή απλώς δεν έχει τη διάθεση να βοηθήσει. Ας δούμε μερικούς παράγοντες που στέκονται εμπόδια στη *χρησιμότητα*:

- **Έλλειψη θέλησης:** Η πρώτη και πιο σημαντική προϋπόθεση για να είμαστε χρήσιμοι είναι να το θέλουμε. Αν δεν έχουμε τη θέληση να βοηθήσουμε τους άλλους, τότε δεν μπορούμε να είμαστε πραγματικά χρήσιμοι.
- **Περιορισμένες δεξιότητες:** Μπορεί να θέλουμε να βοηθήσουμε κάποιον αλλά να μην έχουμε τις απαραίτητες δεξιότητες για να το κάνουμε. Σε αυτή την περίπτωση, μπορούμε να επενδύσουμε στην απόκτηση νέων δεξιοτήτων, είτε μέσω εκπαίδευσης είτε μέσω εμπειρίας.
- **Εσωτερικός διάλογος:** Ο εσωτερικός διάλογος μπορεί να μας εμποδίσει να είμαστε χρήσιμοι, αν κάνουμε αρνητικές σκέψεις για τον εαυτό μας ή αν αναρωτιόμαστε αν είμαστε αρκετά καλοί για να βοηθήσουμε τους άλλους.
- **Εγωισμός:** Όταν κάποιος είναι πολύ απασχολημένος με τον εαυτό του και τις δικές του ανάγκες και επιθυμίες, τότε είναι δύσκολο να είναι χρήσιμος για τους άλλους. Ο εγωισμός μπορεί να εκδηλωθεί με διάφορους τρόπους, όπως με την απόρριψη των αιτημάτων βοήθειας των άλλων, την ανυποχώρητη στάση σε συζητήσεις ή την αδυναμία επίδειξης συμπόνιας.

Μερικές φορές, παρόλο που προσφέρεις τις υπηρεσίες σου και προσπαθείς να βοηθήσεις τους άλλους, πιθανώς να μην εκτιμηθεί η προσπάθειά σου ή να μη λάβεις καμία ανταμοιβή. Σε αυτή την περίπτωση, είναι σημαντικό να θυμάστε ότι η αξία της *χρησιμότητας* δεν βρίσκεται αποκλειστικά στην ανταμοιβή που λαμβάνεις αλλά στην ευχαρίστηση που παίρνεις από το να βοηθάς τους άλλους και στην ικανοποίηση που σου δίνει η προσφορά αυτή. Η έλλειψη πόρων και χρόνου εμποδίζουν τη *χρησιμότητα*. Όταν δεν έχουμε αρκετό χρόνο ή πόρους για να βοηθήσουμε τους άλλους, νιώθουμε απελπισία και αναποφασι-

στικότητα. Η *χρησιμότητα* μπορεί να έχει οικονομική αξία. Αν έχουμε τις δεξιότητες και τη γνώση για να λύνουμε προβλήματα ή να βοηθάμε άλλους προσφέροντας τις υπηρεσίες μας, μπορούμε να κερδίσουμε ένα εισόδημα από αυτό.

Όταν είμαστε χρήσιμοι στους άλλους, συνήθως, δημιουργούμε ένα κλίμα αλληλεγγύης και συνεργασίας.

Η αξία του να είσαι χρήσιμος είναι αδιαμφισβήτητη. Αναγνωρίζοντας αυτή την αξία, μπορούμε να κατανοήσουμε πώς να βελτιώσουμε τη ζωή μας και τη ζωή των άλλων μέσω της *χρησιμότητας*. Όμως, η *χρησιμότητα* δεν πρέπει να είναι ανεξέλεγκτη. Πρέπει να είμαστε προσεκτικοί, ώστε να μην καταντήσουμε χρήσιμοι για την εκμετάλλευση ή την υποβάθμιση του εαυτού μας. Πρέπει να έχουμε όρια και να προστατεύουμε τον εαυτό μας από την κατάχρηση.

Επίσης, η *χρησιμότητα* δεν πρέπει να είναι αντίθετη με την αυτο•φροντίδα. Πρέπει να βρούμε έναν τρόπο να είμαστε χρήσιμοι στους άλλους, χωρίς να αγνοούμε τις ανάγκες μας και την ευημερία μας. Η αυτο•φροντίδα είναι εξίσου σημαντική με τη βοήθεια στους άλλους.

Η έννοια της *χρησιμότητας* είναι μια αξία που έχει θετικές επιδράσεις στην ίδια την κοινωνία. Αν όλοι προσπαθήσουμε να είμαστε χρήσιμοι στους γύρω μας, τότε η κοινωνία συνολικά θα βελτιωθεί.

As σκεφτούμε για παράδειγμα τον κόσμο της εργασίας. Εάν κάποιος είναι χρήσιμος στη δουλειά του και προσφέρει αξία στην επιχείρηση ή στον οργανισμό στον οποίο εργάζεται, τότε αυτός ο οργανισμός θα έχει περισσότερη πιθανότητα να επιτύχει τους στόχους του και να αναπτυχθεί στο μέλλον. Αντίθετα, αν κάποιος δεν είναι χρήσιμος και δεν προσφέρει αξία, τότε μπορεί να κινδυνεύσει να χάσει τη θέση του και να αντιμετωπίσει δυσκολίες στον επαγγελματικό του βίο. Εταιρείες δεν πηγαίνουν καλά λόγω του ότι οι εργαζόμενοι δεν είναι ευχαριστημένοι. Ωστόσο,

γνωρίζουμε εταιρείες που έχουν ανθίσει λόγω του ήθους και της προσφοράς των εργαζομένων τους. Διότι όταν είμαστε ομάδα, και μπροστά στην ομάδα, δεν υφίσταται μονάδα.

Πέραν αυτού, η *χρησιμότητα* μπορεί να συμβάλει στην ανάπτυξη και στην ενίσχυση των ανθρώπινων σχέσεων. Όταν κάποιος είναι χρήσιμος σε κάποιον άλλον, τότε αυτό δημιουργεί μια αίσθηση αλληλεγγύης.