

هنر شناخت مردم

چگونه می‌توان دیگران را سریع ارزیابی کرد
و به زبان خودشان با آنان سخن گفت

پل دی. تیگر باربارا بارون. تیگر

ترجمه محمد گذرآبادی



۱۵:۶۸۱

www.ketab.ir

سرشناسه: تایگر، پل دی .Tieger, Paul D .
عنوان و نام پدیدآور: هنر شناخت مردم: چگونه می توان دیگران را ارزیابی کرد و به زبان خودشان با آنان سخن گفت /
پل دی . تیگرو باربارا بارون - تیگر؛ ترجمه محمد گذرآبادی .

مشخصات نشر: تهران : هرمس ، ۱۴۰۰ .

مشخصات ظاهری: ۳۰۴ ص

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۳۶۳-۵۵۷-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

یادداشت: عنوان اصلی: . 1999, The art of speed reading people: how to size people up and speak

موضوع: ارتباط بین اشخاص

موضوع: رفتارسنجی

موضوع: شاخص شخصیتی مایرز-بریگز

شناسه افزوده: گذرآبادی ، محمد ، ۱۳۴۵ - ، مترجم

رده بندی کنگره: ۱۳۸۸ ت ۲ ۴ الف / BF۶۳۷

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۲

شماره کتابشناسی ملی: ۱۳۲۹۹۹۱

هنر شناخت مردم: چگونه می‌توان دیگران را سریع ارزیابی کرد و به زبان خودشان با آنان سخن گفت

پل دی. تیگرو و باریلا بارون. تیگر

مترجم: محمد گذرآبادی

طراح جلد: حبیب ایلون

چاپ بیست و دوم: ۱۴۰۰

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ: رسام

همه حقوق محفوظ است

تهران، خیابان ولی عصر، بالاتراز میدان ونک، شماره ۲۴۹۳



فهرست

بخش اول علت واقعی رفتار آدمها چیست؟

۳	مقدمه
۶	آیا به این کتاب نیاز دارم؟ ... چه چیزی از آن عاید می‌شود؟
۷	چگونه بیشترین بهره را از این کتاب ببریم
۸	جنبه‌های اخلاقی شناخت سریع مردم
۹	بخشهای مختلف این کتاب
۹	درباره نویسندگان
۱۱	فصل اول: اصول تیپ شخصیتی
۱۴	تصویر عمومی: مروری کلی بر تیپ شخصیتی
۱۷	ویژگیهای تیپ خود را پیدا کنید
۱۸	چهار بُعد تیپ
۵۷	سوپ الفبا: استفاده از حروف الفبا برای توصیف تیپهای شخصیتی
۵۷	همکوشی: چه چیزی تیپ شخصیتی را تا این حد قدرتمند می‌سازد
۵۹	فصل دوم: با خودت صادق باش
۶۳	گروههای مختلف خلق و خو
۶۳	با این حساب، تیپ من کدام است؟
۶۴	فرآیند تحقیق و تأیید
۶۶	مرور شرح حالها

بخش دوم
سیستم: یاد بگیریم چگونه مردم را سریع بشناسیم

۱۰۱	فصل سوم: ویژگیهای تیپ به منزله کلید
۱۰۲	درون‌گرا یا برون‌گرا؟
۱۰۹	حسی یا شهودی؟
۱۱۹	متفکر یا احساسی؟
۱۲۹	قضایوت‌گر یا دریافت‌گر؟
۱۳۹	فصل چهارم: خلق و خو: طبایع چهارگانه بشر
۱۴۱	سنت‌گرایان
۱۴۲	کلیدهای سنت‌گرایی
۱۴۵	هرم تیپ شخصیت
۱۴۷	تجربه‌گراها
۱۴۸	کلیدهای تجربه‌گرایی
۱۵۲	مفهوم پردازها
۱۵۳	کلیدهای مفهوم‌پردازی
۱۵۸	آرمان‌گراها
۱۵۹	کلیدهای آرمان‌گرایی
۱۶۳	تمرین مهارتی برای تشخیص انواع خلق و خو
۱۶۹	فصل پنجم: چرا چیزی که می‌بینید ... همیشه آن چیزی نیست که می‌فهمید
۱۷۱	احساسات
۱۷۳	احساسات برون‌فکنی شده
۱۷۶	کلیدهای کلی برای شناسایی احساس برون‌فکنی شده
۱۸۱	احساس درون‌فکنی شده
۱۸۲	کلیدهای کلی برای شناسایی احساس درون‌فکنی شده
۱۸۴	تمرین برای افزایش مهارت
۱۹۱	فصل ششم: به کارگرفتن سیستم
۱۹۳	۱. همیشه با چیزی شروع کنید که اطمینان بیشتری از آن دارید
۱۹۳	۲. در قضاوت عجله نکنید

۱۹۴	۳. حواستان به پیش‌داوری‌های خودتان باشد
۱۹۴	وقتی رودررو نیستید
۱۹۷	رویکردهای مختلف برای استفاده از مؤلفه‌های شناخت سریع افراد
۲۲۳	فصل هفتم: ارتباط سریع با دیگران
۲۲۳	بازنویسی قانون طلایی

بخش سوم آشنایی با شانزده تیپ شخصیتی

۲۵۱	فصل هشتم: آشنایی با سنت‌گراها: چهار تیپ ح ق
۲۵۱	توصیه‌هایی در مورد ارتباط
۲۵۲	چگونه یک بح م ق را شناسایی کنیم
۲۵۴	چگونه یک د ح م ق را شناسایی کنیم
۲۵۶	چگونه یک بح اق را شناسایی کنیم
۲۵۹	چگونه یک د ح اق را شناسایی کنیم
۲۶۳	فصل نهم: آشنایی با تجربه‌گراها: چهار تیپ ح ر
۲۶۳	توصیه‌هایی در مورد ارتباط
۲۶۴	چگونه یک بح م ر را شناسایی کنیم
۲۶۷	چگونه یک د ح م ر را شناسایی کنیم
۲۷۰	چگونه یک بح ا ر را شناسایی کنیم
۲۷۳	چگونه یک د ح ا ر را شناسایی کنیم
۲۷۷	فصل دهم: آشنایی با مفهوم پردازها: چهار تیپ ش م
۲۷۷	توصیه‌هایی برای ارتباط
۲۷۸	چگونه یک بش م ق را شناسایی کنیم
۲۸۰	چگونه یک دش م ق را شناسایی کنیم
۲۸۳	چگونه یک بش م ر را شناسایی کنیم
۲۸۶	چگونه یک دش م ر را شناسایی کنیم
۲۸۹	فصل یازدهم: آشنایی با آرمان‌گراها: چهار تیپ ش ا
۲۸۹	توصیه‌های کلی برای ارتباط با آرمان‌گراها

- ۲۹۰ چگونه یک بشاق را شناسایی کنیم
- ۲۹۳ چگونه یک دشاق را شناسایی کنیم
- ۲۹۶ چگونه یک بشاز را شناسایی کنیم
- ۲۹۹ چگونه یک دشاز را شناسایی کنیم
- ۳۰۳ فصل دوازدهم: چطور ممکن است همان نگاه سابق را به مردم داشته باشم؟

www.ketab.ir