



چگونه در محل کار خود

بهترین باشیم

اینیآگرام

مدرن ترین روش شخصیت شناسی

نویسنده: پروفیسور گینگر لپید-بوفا

مترجم: علیرضا بانان

به همراه مقدمه‌ای از هلن پالمر

پرفروش‌ترین کتاب اینیآگرام در مورد کار، مدیریت و عشق

فهرست

۹	مقدمه مترجم
۱۱	مقدمه استاد:
۱۲	اینیاگرام چیست؟
۱۵	کاربرد اینیاگرام در کار و تجارت
۱۶	چه کسی این کتاب را باید بخواند
۱۶	این کتاب، چگونه سازمان دهی شده است
۱۸	فصل اول: نوع اینیاگرام تان را بیابید
۲۴	الگوهای احساسی مرکز سر (فکری-احساسی)
۲۵	الگوهای احساسی مرکز قلب (هیجانی)
۲۶	الگوهای احساسی مرکز بدن (شعوری)
۳۸	مدل اینیاگرام
۳۹	ویژگی های شخصیتی
۴۶	نگرش تیپ های نه گانه به جهان هستی
۴۷	نوع اینیاگرام شما
۴۹	نگرشی ژرف به سیستم اینیاگرام
۴۹	بال ها
۵۱	نقاط تنش و امنیت
۵۳	نقاط استرس
۶۰	بازنگری نوع اینیاگرام شما
۶۲	فصل دوم: برقراری ارتباط مؤثر
۶۷	تیپ یک ها چگونه ارتباط برقرار می کنند
۶۸	نوع صحبت
۶۹	نقاط کور
۷۰	تیپ دوها چگونه ارتباط برقرار می کنند

۷۰.....	نوع صحبت
۷۱.....	زبان بدن
۷۱.....	نقاط کور
۷۲.....	تیپ سه‌ها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۷۳.....	نوع گفتار
۷۴.....	زبان بدن
۷۴.....	نقاط کور
۷۵.....	فیلترهای تحریف‌کننده
۷۵.....	تیپ چهارها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۷۹.....	تیپ پنج‌ها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۸۲.....	تیپ شش‌ها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۸۶.....	تیپ هفت‌ها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۹۰.....	تیپ هشت‌ها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۹۴.....	تیپ نه‌ها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۹۹.....	تغییر یک رفتار در زمان‌های مختلف
۹۹.....	آگاهی‌تان را افزایش دهید
۱۰۲.....	فصل سوم: دادن بازخورد سازنده
۱۰۵.....	بازخورد سازنده به سه دلیل اساسی زیر مشکل است:
۱۲۶.....	چگونه در هر شرایطی و به هر کسی بازخورد دهیم؟
۱۲۸.....	مثال‌های فرمول بازخورد
۱۲۸.....	رفتار مشاهده‌شدنی
۱۲۸.....	تأثیر رفتار
۱۲۹.....	رفتار مطلوب
۱۴۷.....	خلاصه
۱۴۸.....	فصل چهارم: خودتان را تغییر دهید

مقدمه مترجم

علامت سؤالی که ایجاد شد! از وقتی که اطرافمنو، افراد، جامعه و خیلی مفاهیم دیگه هجوم آوردند یعنی همه چیز جریان داشت و داره، یه سؤال اصلی که برام پیش اومد، خودم بودم. این که چطور از این دنیا سر درآوردم! چرا اومدم؟ پدر و مادرم مرا به این دنیا راهی کردند یا خودم تصمیم گرفتم بیام! یعنی همه چیز جبره! یا اختیار خودم بود بیام؟! من خودم خواستم بیام! حالا که اومدم کی ام؟ (کی هستم) بحث اصلی که پیش میاد خودمم! از خودم چی می خوام؟ از اطرافیانم چی می خوام؟ چطور باشم تا همه خوششون بیاد ازم/نه بحث اصلی اینه که چطور باشم که خودم خوشم بیاد! این سؤالات من رو به خیلی جاها کشوند و با خیلی افراد آشنا کرد. دبیرستان که بودم کل پس انداز بانکی ام رو خرج کلاس های خودهیپنوتیزم و NLP، ریکی و عرفان اسلامی و خیلی مباحث دیگه کردم! کتابی که ترجمه شده و نصفش آماده چاپه شما رو به خود شما بیشتر و جزئی تر معرفی می کنه و کمکتون می کنه خودتون رو بیشتر بشناسید. این اصلی ترین کار ما آدماست که خودمون رو بشناسیم. بعد از این که خودتون کشف کردید می تونید آدمای اطرافتون رو آنالیز کنین و شخصیتشونو بیشتر بشناسین. این جوری بهتر می تونید کارها و اهدافتون رو پیش ببرید. اگر کارها و اهدافتون در هماهنگی کامل با خودتون و اطرافیانتون باشه هم به خودتون کمک می کنین هم به آدمای اطرافتون و هم به جامعه. کاربرد مباحث این کتاب کلی هستش، هم در زمینه مدیریت فردی و حرفه ای، هم ازدواج و خانواده و ارتباطات کاری و هم یک کم تخصصی تر در سازمان، مدیریت و استخدام افراد. امیدوارم از خوندن این کتاب لذت ببرید و زندگی تون، دیدتون به خودتون و اطرافیانتون و جامعه تون بهتر بشه. از پدرم تشکر می کنم که زمانی که من متوجه نبودم که چرا انگلیسی یاد می گیرم

بازم تشویقم کرد که ادامه بدم و مادرم که همیشه تو زندگی یار و یاورم بوده. از میلاد آجرلوی عزیز ممنونم که تمام پیگیری‌های این کتاب رو از مرحله ویراستاری تا چاپ و پخش انجام داد، اگه میلاد نبود مسلماً من وقت کافی برای این‌همه پیگیری رو نداشتم. از مهندس حسین‌زاده دانشور ممنونم که تو ترجمه کمک کرد.

در ارتباط باشیم:

alireza banan@gmail.com

www.nlpport.com

alireza@nlpport.com

www.ketab.ir