



چگونه در محل کار خود

بهترین باشیم

اینیگرام

بهترین روش شخصیت‌شناسی

نویسنده: پروفسور گینگر ایچ-بایدا

مترجم: علیرضا بانان

به همراه مقدمه‌ای از هلن پالمر

پرفروش‌ترین کتاب اینیگرام در مورد کار، مدیریت و عشق

سرشناسه	لپید-بوگدا، گینجر
عنوان و نام پدیدآور	Lapid-Bogda, Ginger
مشخصات نشر	چگونه در محل کار خود بهترین باشیم [کتاب]: چگونگی استفاده از سیستم اناگرام (مدرن ترین روش شخصیت‌شناسی) برای حصول موفقیت/ مولف گینجر لپید- بوگدا؛ مترجم علیرضا بانان.
مشخصات ظاهری	تهران: الماس دانش، ۱۳۹۲.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۱۸۹-۰۷۲-۷
وضعیت فهرست نویسی	۱۹۵ ص.
وضعیت فهرست نویسی	فیا
عنوان اصلی:	Bringing out the best in yourself at work : how to use the system for success, c۲۰۰۴. Enneagram
عنوان در سری	چگونگی استفاده از سیستم اناگرام (مدرن ترین روش شخصیت‌شناسی) برای حصول موفقیت.
موضوع	تیپ‌های شخصیتی نه‌گانه
موضوع	فیت زندگی کاری
موضوع	خودشناسی
شناسه افزوده	بانان، علیرضا، ۱۳۶۵ - مترجم
رده بندی کنگره	۵ / ۶۹۰۵۳ / ۱۳۹۲ ج۲
رده بندی دیویی	۱۶ / ۲۶
شماره کتابشناسی ملی	۱۷۰۸۶۰

تلفن: ۶۴۹۳۷۵۳

ناشر	الماس دانش
عنوان کتاب	چگونه در محل کار خود بهترین باشیم
نویسنده	پروفسور گینجر لپید-بوگدا
مترجم	علیرضا بانان
چاپ	جباری- ۷۷۶۰۸۳۲۴
لیتوگرافی	آرمان سا- ۶۶۴۹۴۶۵۲
شمارگان	۲۰۰ جلد
نوبت چاپ	اول- ۱۳۹۹
قیمت	۴۰۰۰۰ تومان
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۱۸۹-۰۷۲-۷

کلیه حقوق و حق چاپ مترجم و ناشر
جلد و عنوان کتاب بازنشانی به قانون
حمایت حقوق مؤلفان، مصنفان و هنرمندان
مصوب ۱۳۴۸ محفوظ است و متخلفین
تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

فهرست

۸	مقدمه مترجم
۱۰	مقدمه استاد:
۱۱	اینیاگرام چیست؟
۱۴	کاربرد اینیاگرام در کار و تجارت
۱۵	چه کسی این کتاب را باید بخواند
۱۵	این کتاب چگونه سازمان دهی شده است
۱۷	فصل اول: نوع اینیاگرام تان را بیابید
۲۳	الگوهای احساسی مرکز سر (فکری-احساسی)
۲۴	الگوهای احساسی مرکز قلب (هیجانی)
۲۴	الگوهای احساسی مرکز بدر (شعری)
۳۷	مدل اینیاگرام
۳۸	ویژگی های شخصیتی
۴۵	نگرش تیپ های نه گانه به جهان هستی
۴۶	نوع اینیاگرام شما
۴۸	نگرشی ژرف به سیستم اینیاگرام
۴۸	بال ها
۵۰	نقاط تنش و امنیت
۵۲	نقاط استرس
۵۹	بازنگری نوع اینیاگرام شما
۶۱	فصل دوم: برقراری ارتباط مؤثر
۶۶	تیپ یک ها چگونه ارتباط برقرار می کنند
۶۷	نوع صحبت
۶۸	نقاط کور
۶۹	تیپ دوها چگونه ارتباط برقرار می کنند

۶۹	نوع صحبت
۷۰	زبان بدن
۷۰	نقاط کور
۷۱	تیپ سه‌ها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۷۲	نوع گفتار
۷۳	زبان بدن
۷۳	نقاط کور
۷۴	دیلترهای تحریف‌کننده
۷۴	تیپ چهارها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۷۸	تیپ پنجه‌ها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۸۱	تیپ شش‌ها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۸۵	تیپ هفت‌ها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۸۹	تیپ هشت‌ها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۹۳	تیپ نه‌ها چگونه ارتباط برقرار می‌کنند
۹۸	تغییر یک رفتار در زمان‌های مختلف
۹۸	آگاهی‌تان را افزایش دهید
۱۰۱	فصل سوم: دادن بازخورد سازنده
۱۰۴	بازخورد سازنده به سه دلیل اساسی زیر مشکل است
۱۲۵	چگونه در هر شرایطی و به هر کسی بازخورد دهیم؟
۱۲۷	مثال‌های فرمول بازخورد
۱۲۷	رفتار مشاهده‌شدنی
۱۲۷	تأثیر رفتار
۱۲۸	رفتار مطلوب
۱۴۶	خلاصه
۱۴۷	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 در آوردم! 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 من افتاد خودم! از خودم چی می‌خوام؟ از اطرافیانم چی می‌خوام؟ چطور باشم تا همه من رو بشناسون 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 بانک ام رو خرج کلاس‌های خودهیپنوتیزم و NLP، ریکی و عرفان اسلامی و خیلی مباحث دیگر کردم! کتابی که ترجمه شده و نصفش آماده چاپه شما رو به خود شما بیشتر و جزئی تر معرفی می‌کنه و کمکتون می‌کنه خودتون رو بیشتر بشناسید. این اصلی ترین کار ما اینه است که خودمون رو بشناسیم. بعد از این که خودتون کشف کردید می‌تونید آدمای اطرافتون رو آنالیز کنین و شخصیتشونو بیشتر بشناسین. این جوهری بهتر می‌تونید دارید و استفاده از اون رو پیش ببرید. اگر کارها و اهدافتون در هماهنگی کامل با خودتون و اطرافیان باشه هم به خودتون کمک می‌کنین هم به آدمای اطرافتون و هم به جامعه. یاد برده مباحث این کتاب کلی هستش، هم در زمینه مدیریت فردی و حرفه‌ای، 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 زندگی‌تون، دیدتون به خودتون و اطرافیانتون و جامعه‌تون بهتر بشه. از پدرم تشکر می‌کنم که زمانی که من متوجه نبودم که چرا انگلیسی یاد می‌گیرم 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، آگه میلاد نبود مسلماً من وقت کافی برای این همه پیگیری رو نداشتم. از مهندس حسین‌زاده دانشور ممنونم که تو ترجمه کمکم کرد.

در ارتباط باشیم:

alireza.banan@gmail.com

www.nlpport.com

alireza@nlpport.com

www.ketab.ir