

شاه کلید درون

مؤلف:

فاطمه خراسانی



زمستان ۱۳۹۷

- سرشناسه: خراسانی - فاطمه - ۱۳۷۶
- عنوان: شاه‌کلید درون
- مشخصات نشر: یزد: آواز قلم سدید، ۱۳۹۷
- شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۱۴-۰۲-۵
- مشخصات ظاهری: ۱۰۴ ص: مصور؛ رقعی
- وضعیت فهرست نویسی: فیپا
- موضوع: تیپ‌شناسی
- موضوع: شخصیت -- جنبه‌های روان‌شناسی
- رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۷ ش ۳/ ۶۹۸/ ۳ BF
- رده‌بندی دیویی: ۱۵۵/ ۲۶۴
- شماره کتابشناسی ملی: ۵۴۲۵۶۸۹
- شماره ثبت: ۹۷-۵۰۵

شاه‌کلید درون



- مؤلف: فاطمه خراسانی
- ناشر: آواز قلم سدید
- صفحه‌آرایی: سسه آواز قلم سدید یزد
- طراح جلد: روزبه رحیمی
- شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۱۴-۰۲-۵
- شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
- نوبت چاپ: ۱/ زمستان ۱۳۹۷
- قیمت: ۱۹۰۰۰ تومان

هیچ یک از حقوق نشر محفوظ نیست!

از اینکه با اشتراک‌گذاری و کپی با مجوز یا بی‌مجوز مطالب این کتاب، باعث انتشار انیگرام در بین دیگران می‌شوید ممنونیم. هر چند دوست داریم با ذکر منبع ما را خوشحال کنید.

فهرست مطالب

۱۱ مقدمه

۱۳ فصل اول: کلیات

۱۵ آیا گرام چیست؟

۱۶ تا، بخج، یی گرام

۱۷ اصطلاحات

۱۷ تیپ غالب

۱۸ بال

۱۸ تیپ استرسی

۱۸ تیپ امنیتی (ایمنی)

۱۸ ابهامات و سوالات متداول

۲۳ فصل دوم: تیپ یک

۲۶ تیپ یک هنگام کودکی

۲۶ شرح خصوصیات

۲۹ به هنگام آرامش

۲۹ به هنگام تنش

۲ نردبان رشد تیپ یک

۱ پل ارتباطی با تیپ یک

۳۱ افراد مشهور

۳۳ فصل سوم: تیپ دو

۳۶ تیپ دو هنگام کودکی

۳۶ شرح خصوصیات

۳۹	به هنگام آرامش
۳۹	به هنگام تنش
۳۹	نردبان رشد تیپ دو
۴۰	تمرین
۴۱	پل ارتباطی با تیپ دو
۴۱	افراد مشهور تیپ دو
۴۳	فصل چهارم: تیپ سه
۴۶	تیپ سه هنگام کودکی
۴۶	شرح خصوصیات
۴۸	به هنگام آرامش
۴۸	به هنگام تنش
۴۸	نردبان رشد تیپ سه
۵۰	مدیریت استراحت
۵۰	استراحت روزانه
۵۰	استراحت هفتگی
۵۰	استراحت فصلی
۵۰	پل ارتباطی با تیپ سه
۵۱	افراد مشهور تیپ سه
۵۳	فصل پنجم: تیپ چهار
۵۶	تیپ چهار هنگام کودکی
۵۶	شرح خصوصیات
۵۸	به هنگام آرامش
۵۸	به هنگام تنش
۵۹	نردبان رشد تیپ چهار
۵۹	راهکار
۶۰	راهکار

۶۱	پل ارتباطی با تیپ چهار
۶۲	افراد مشهور تیپ چهار
۶۳	فصل ششم: تیپ پنج
۶۶	تیپ پنج هنگام کودکی
۶۶	شرح خصوصیات
۶۸	به هنگام آرامش
۶۹	به هنگام تنش
۶۹	نردبان رشد تیپ پنج
۷۰	پل ارتباطی با تیپ پنج
۷۰	افراد مشهور تیپ پنج
۷۱	فصل هفتم: تیپ شش
۷۴	تیپ شش هنگام کودکی
۷۴	شرح خصوصیات
۷۵	به هنگام آرامش
۷۶	به هنگام تنش
۷۶	نردبان رشد تیپ شش
۷۷	راهکار
۷۷	پل ارتباطی با تیپ شش
۷۸	افراد مشهور تیپ شش
۷۹	فصل هشتم: تیپ هفت
۸۲	تیپ هفت هنگام کودکی
۸۲	شرح خصوصیات
۸۴	به هنگام آرامش
۸۴	به هنگام تنش
۸۵	نردبان رشد تیپ هفت

۸۵ پل ارتباطی با تیپ هفت

۸۶ افراد مشهور تیپ هفت

۸۷ فصل نهم: تیپ هشت

۹۰ تیپ هشت هنگام کودکی

۹۰ شرح خصوصیات

۹۲ به هنگام آرامش

۹۲ به هنگام تنش

۹۲ بردن شد تیپ هشت

۹۳ پل ارتباطی با تیپ هشت

۹۴ افراد مشهور تیپ هشت

۹۵ فصل دهم: تیپ نه

۹۸ تیپ نه هنگام کودکی

۹۸ شرح خصوصیات

۱۰۰ به هنگام آرامش

۱۰۱ به هنگام تنش

۱۰۱ نردبان رشد تیپ نه

۱۰۱ پل ارتباطی با تیپ نه

۱۰۲ افراد مشهور تیپ نه

۱۰۳ سخن پایانی

مقدمه

قبل از هر چیز به شما تبریک می‌گوییم که با خرید این کتاب نشان دادید که به اهمیت خودشناسی و ارتباط مؤثر پی برده‌اید و به دنبال ابزاری مناسب برای شناخت خود و دیگران هستید.

تقریباً اگر ما انسان را به دنبال موفقیت و پیشرفت کردن هستیم و این جمله را بسیار شنیده‌ایم، به برای پیشرفت و رسیدن به موفقیت آسانسوری وجود ندارد و پله‌ها را باید یکی‌یکی طی کرد. به نظر من اولین پله موفقیت خودشناسی است. در ادامه باید از توانمندی‌ها، نقاط قوت و ضعف خود آشنایی داشته باشیم و با آگاهی از خود، بقیه پله‌ها را بالا برویم و در این مسیر، مدام به فکر بهبود نقاط ضعف و استفاده هر چه بیشتر از نقاط قوت خود باشیم.

علاوه بر این، انسان‌ها موجوداتی اجتماعی هستند و خواه ناخواه در زندگی روزمره خود با همسر، همسایگان، مشتریان، همکاران، دوستان و اقوام در حال ارتباط برقرار کردن هستند. هنگامی که ما شناختی از دیگران نداشته باشیم و نتوانیم رفتارهای آن‌ها را درک کنیم ممکن است در ارتباطات خود دچار مشکل شویم. درحالی‌که به راحتی، با یادگیری شخصیت‌شناسی می‌توانیم رفتارها و خصوصیات اخلاقی آنها را پیش‌بینی

کرده و ارتباط بهتری با آنها داشته باشیم.

یکی از ساده‌ترین، دقیق‌ترین و مشهورترین روش‌های شخصیت‌شناسی، متد انیاگرام است که امروزه در بیش از ۴۰ کشور دنیا تدریس می‌شود. انیاگرام در واقع شاه کلیدی است که با استفاده از آن می‌توان به ویژگی‌های درونی افراد پی برده و بسیاری از ارتباطاتی که به خاطر عدم درک و شناخت افراد، قفل شده است را بازگشایی کرد.

فاطمه خراسانی

آذر ماه، ۱۳۹۷