

İçindekiler

BÖLÜM 1 KİŞİLİĞE BİR BAKIŞ	13
Genel İnsan Davranışları	13
Tarihsel Süreçte Kişilik Kavramı.....	18
Dört Kişilik Yapısı.....	20
Galen ve Dört Kişilik Yapısı	21
Ruh Hallerindeki Değişimler	22
Kişilikte Genetik ve Çevrenin Etkisi	24
Galton Ne Diyor?.....	26
Carl Jung Ne Söylüyor?.....	28
Katharine Myers	29
Konfor Alanı	30
Önyargı.....	33
Sosyal Durum ve Davranış İlişkisi	38
Davranışların Temeli	43
Kişilik Gökkuşağıdır	47
İnsanları Nasıl Tanımlıyorsunuz?	50
Algılama ve Tecrübe.....	52
Stanford Üniversitesi.....	60
Algılama Kutuları	61
Doğru Kararları Nasıl Vereceğiz?.....	62
Gözlemin Gücü.....	64
Bir Kişide Kaç Renk Görülebilir?	65
Neden 4 Renk?.....	67
Dünya Popülasyonunda Dağılım	68
İş Ortamlarında Kişilik Çatışmaları	69
Kişilik Tiplerinin Aşk ve Evlilikte Etkileri	71
Benzerlikler mi Yoksa Zıtlıklar mı Daha Belirleyicidir?	72
BÖLÜM 2 KİŞİLİK VE SAĞLIK İLİŞKİSİ.....	75
Kişilik ve Sağlık	75
A Tipi Kişilik.....	77

B Tipi Kişilik	77
Davranış Biçimleri	78
Saldırgan Davranış Modeli	78
Saldırgan İfadeleri	82
Saldırgan Beden Dili	82
Boyun Eğen Davranış Modeli	82
Boyun Eğen İfadeleri	85
Boyun Eğen Beden Dili	85
Özgüvenli İnsan Modeli	85
Özgüvenli İfadeleri	87
Özgüvenli Beden Dili	87
BÖLÜM 3 BUZ DAĞI YÖNTEMİ	89
BUZ DAĞI YÖNTEMİ	89
Temel Kişilik İhtiyaçları	92
Sihirli Sözcükler	94
Otorite ve Özdenetim	97
BÖLÜM 4 DÖRT FARKLI KİŞİLİK YAPISI.....	103
Dört Farklı Kişilik Yapısı	103
KIRMIZI'LAR.....	103
<i>Kırmızı'lar Güce Açtırlar</i>	<i>109</i>
<i>Kırmızı'lar Verimli Olmak İsterler</i>	<i>109</i>
<i>Kırmızı'lar Diğerlerine İyi Görünmek İsterler</i>	<i>109</i>
<i>Kırmızı'lar Çok Ciddiye Alınmamalı.....</i>	<i>110</i>
<i>Kırmızı'lar Liderlik Fırsatları Ararlar</i>	<i>110</i>
<i>Kırmızı'ları Nasıl Tanıyabiliriz?</i>	<i>110</i>
<i>Bunları Mutlaka Yapın</i>	<i>113</i>
<i>Bunları Sakın Yapmayın.....</i>	<i>115</i>
<i>Yeni Ayakkabı.....</i>	<i>116</i>
MAVİ'LER.....	119
<i>Mavi'lerin Motivasyon Kaynağı Özveridir</i>	<i>122</i>
<i>Mavi'ler Samimiyet Ararlar</i>	<i>122</i>
<i>Mavi'ler Anlaşılıma Hasret Duyarlar</i>	<i>122</i>

<i>Mavi'ler Hatırlanmak ve Değer Verilmek İsterler</i>	123
<i>Mavi'ler Güçlü Bir Ahlaki Duygu ile Yönlendirilirler</i>	123
<i>Mavi'leri Nasıl Tanıyabilirim?</i>	123
<i>Bunları Mutlaka Yapın</i>	125
<i>Bunları Sakın Yapmayın</i>	127
<i>Balık ve Dua</i>	128
SARI'LAR	131
<i>Sarı'lar Huzur İsterler</i>	133
<i>Sarı'lar Zarafet İsterler</i>	133
<i>Sarı'lar Kendi Gücünü Tercih Ederler</i>	134
<i>Sarı'lar Düşük Bir Profil Sergilemeyi Tercih Ederler</i>	134
<i>Sarı'lar Bağımsızdır</i>	134
<i>Sarı'lar Başkalarının İstekleri ile Motive Olabilirler</i>	135
<i>Sarı'ları Nasıl Tanıyabilirim?</i>	135
<i>Bunları Mutlaka Yapın</i>	137
<i>Bunları Sakın Yapmayın</i>	139
<i>Bir Kırbaççı Daha</i>	139
YEŞİL'LER	143
<i>Yeşil'ler Oyuna Değer Verirler</i>	146
<i>Yeşil'ler Duygusal Bağ Kurmak İsterler</i>	146
<i>Yeşil'ler Popüler Olmak İsterler</i>	147
<i>Yeşil'ler Hareketi Severler</i>	147
<i>Yeşil'leri Nasıl Tanıyabilirim?</i>	147
<i>Bunları Mutlaka Yapın</i>	149
<i>Bunları Sakın Yapmayın</i>	150
<i>Nasreddin Hoca ile Timur'un Fili</i>	152

BÖLÜM 5 KİŞİLİK BİR BÜTÜNDÜR

<i>Daha Önce İnsanlara Nasıl Davranıyordunuz?</i>	153
<i>En İyi Kişilik Hangisidir?</i>	153
<i>Her Renk Bir Bütündür</i>	154
<i>Neden Birbirimize Benzemeyiz?</i>	156
<i>Her Birey Ayrı Bir Dünyadır</i>	157
<i>Renklere Göre Kişiler ve Ülkeler</i>	159

Renkler İçin Uygun Meslekler	162
<i>Kırmızı Meslekleri</i>	163
<i>Mavi Meslekleri</i>	163
<i>Sarı Meslekleri</i>	164
<i>Yeşil Meslekleri</i>	164
Kişilik Değişir Mi?	165
BÖLÜM 6 KİŞİLİK VE BEŞİNCİ BOYUT	167
Kişiliğe Farklı Bir Bakış	167
5. Boyut.....	170
Açıklık	172
İnsaflılık	173
Dışadönüklük	174
Uzlaşılabilirlik	175
Nevrozluk	176
2P:4P Teorisi	177
BÖLÜM 7 Y KUŞAĞI VE KİŞİLİK YAPISI	181
GİRİŞ.....	181
Her Şey Taksim Gezi Parkı Olayları İle Başladı	182
ABD ve İspanya’da Yaşananlar	184
Kuşak Çatışması ve Kuşak	185
Kuşaklar-Generation	188
Sessiz Kuşak-Savaş Kuşağı/The Silent Generation (1925-1945)	188
Büyük Bebek Patlaması Kuşağı/ The Baby Boomers (1945-1964)....	188
X Kuşağı (1965-1980)	188
Y Kuşağı (1980-2000)	189
İşyerlerindeki Çalışan Sirkülasyonunun (Turnover) Önüne Nasıl Geçilecek?.....	190
SON SÖZ.....	195