

Beyin Özet Yorumlama Kılavuzu

Duygusal ve bilişsel verileri işlemek için
beyninizin mevcut tarzının anlık görüntüleri

Joshua Freedman & SEI Takımı

Yorumlamak için üç ipucu

Bu kılavuz SEI Beyin Özet Profili almış olan bireyler için hazırlanmıştır. Bu kılavuzu, profilinizi ayrıntılı olarak yorumlamak üzere kullanınız.



1 Ne anlama gelmektedir?

Bu kılavuzun ilk sayfaları “Beyin Tarzı” konseptini ve üç ölçeğini açıklamaktadır. Sayfa 17’de daha fazla bilgi bulunmaktadır. ⚠ ile işaretlenmiş anahtar noktalara dikkat ediniz.

2 Kendi Beyin Tarzınızı 9 ile 16. sayfalar arasında bulabilirsiniz.

Grafiğinizdeki “balonlar” en uzak sol veya sağ tarafta ise “tamamen” tek tarza sahip olabilirsiniz. Eğer ortaya yakında bir yerde “balonlar” varsa muhtemelen karma bir tarza sahipsinizdir. Tanımlardaki “Karışık Profiller” bölümüne bakınız.

3 Bu bilgileri nasıl kullanabilirsiniz?

İlk olarak, her bir tanımda (sayfa 9–16) diğer tarzlarla çalışmak üzere ipuçları bulunmaktadır. Bir Bilim adamı, Bilge, Enerji Veren ile mi çalışıyorsunuz veya yaşıyorsunuz? Takımınızdakilerle veya ailenizle birlikte bu ipuçları hakkında konuşunuz. İkinci olarak, sayfa 19’da başlayan, ek “sonraki adımlar”’a bakınız.

Genel Bilgiler

“Beyin Tarzı”: Beyninizin duygusal ve rasyonel bölümlerinin nasıl birlikte çalıştıklarının bir resmidir.



Beyin Tarzınız üç ölçeğe dayanır:

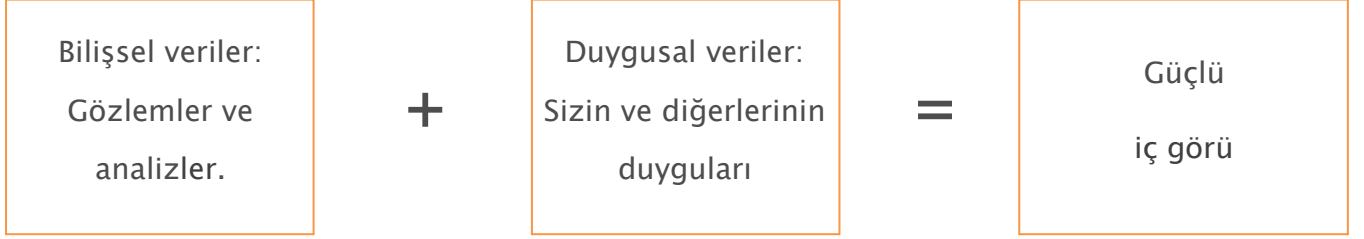
Odak: Analitik mi yoksa duygusal verileri mi tercih edersiniz?

Kararlar: Korumaya mı yoksa yenilik yaratmaya mı eğiliminiz var?

Motivasyon: Genelde pratik veya idealist olanla mı motive olursunuz?



SEI Beyin Özet Profili; duygusal ve bilişsel verileri işlemek için, beyninizin mevcut tarzının anlık görüntülerini vermektedir.



Araştırmamız, beyniniz ve duygusal zekanız hakkında daha fazla öğrenerek daha iyi kararlar alabileceğinizi, daha mutlu olabileceğinizi, daha başarılı olabileceğinizi ve hayatınızın (ve etrafınızdaki kişilerin hayatlarının) kalitesini artırabileceğinizi göstermektedir. Beyin Tarzınızı öğrenme, duygusal zekanızı artırmaya başlamanın güçlü bir yoludur.

Birkaç anahtar terim:

- “SEI” Six Seconds Duygusal Zeka anlamına gelir.
- Six Seconds, insanların her yerde, her zaman pozitif değişiklik oluşturmasını destekleyen global bir organizasyondur. Duygusal Zeka becerilerini öğretiriz ve insanların farklı bir dünya oluşturmalarında bu becerileri kullanmalarına yardımcı oluruz.
- Duygusal Zeka duygularla akıllı olmaktır. Kısaltması olan EI veya EQ (Duygusal Zeka), olası en iyi kararları vermek için düşüncenizi ve duygularınızı bütünleştirme yeteneğidir.
- “Beyin Tarzı” beyninizin duygusal ve rasyonel bölümlerinin nasıl birlikte çalıştığının bir resmini sunmak için Six Seconds tarafından oluşturulmuştur. Uyum sağlayabileceğinize ve gelişebileceğinize inanıyoruz, ve zamanla Beyin Tarzınız da değişecektir. Bu kılavuzda, sekiz Beyin Tarzı açıklanmaktadır.

Üç Ölçek

Beyin Tarzınız üç faktörden meydana gelir, Odak, Kararlar ve Motivasyon.

! Her bir ölçekte skorlar herhangi bir yerde olabilir, ve “iyi” veya “kötü” skorlar bulunmamaktadır.

Ölçek Bir –Odak:

Bu ölçek bilişsel ve duygusal verileri birleştirmeye ilgilidir.

! Genelde neyi fark ettiğiniz ile ilgilidir
– nasıl davrandığınızla ilgili değildir.



Bu en uç noktada, insanlar veri odaklıdır ve genelde duyguları görmezden gelirler.



Rasyonel

Bu taraftaki insanlar için duygular, bilişsel veriden çok daha fazla önemli olma eğilimindedir.



Duygusal



Bu bölge önce verilerin, sonra da duyguların geldiğini gösterir.



Buradaki skorlar duygular için bir tercih olduğunu, ancak mantıkla harmanlandığını gösterir.

Ölçek İki – Kararlar:

Ölçek İki, riskleri ve fırsatları nasıl dengelediğinizi anlatır.

! Uygun olduğunda, “dikkatliden” “kendiliğindene” kolayca geçiş yapabiliyor musunuz?



Bu uzak uçtaki çoğu insan riskten kaçınmaya çok çalışır.

Buradaki insanlar genelde yenilikten hoşlanır ve değişiklikten keyif alır.



Ölçek Üç – Motivasyon:

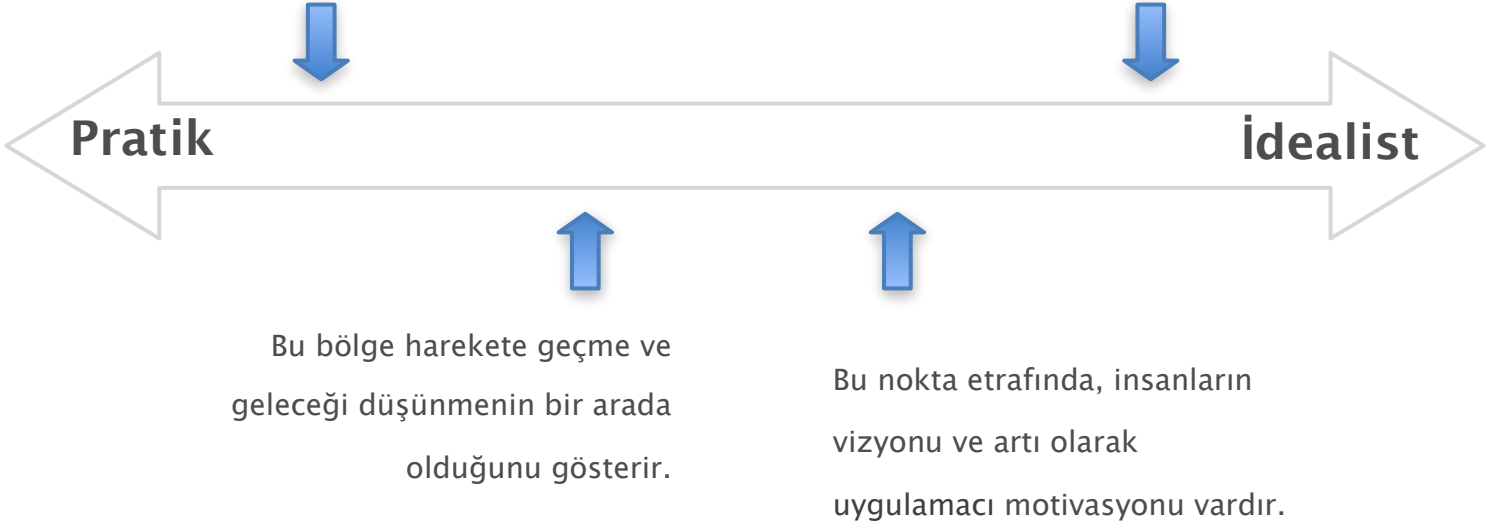
Son ölçek, şimdiki zaman ve gelecek zaman için motivasyonu dengelemek ile ilgilidir.

! Bu ölçek size neyin enerji verdiğiyle ilgilidir.



Buradaki insanların eyleme geçme ve sonuca ulaşmayı sevme eğilimi vardır. Ancak sadece “şimdi”ye odaklanabilirler.

Bu insanların güçlü bir vizyonu vardır ve günlük durumlara daha az dikkat ederler.

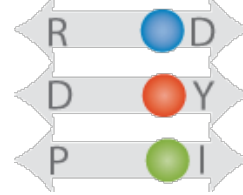
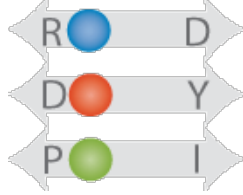


Sekiz Tarz

Bu sekiz tarz sadece “tek” bir Beyin Tarzında olan insanları tanımlamaktadır. Siz muhtemelen ikisinin veya üçünün karışımısınız - ve farklı zamanlarda farklı tarzlarınız olabilir.

Bilim İnsanı:

Kesin, Dikkatli,
Titiz

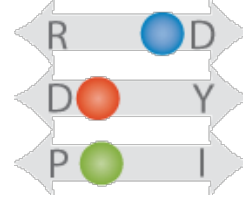
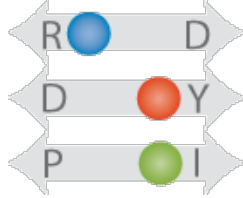


Vizyoner:

Tutkulu,
Dönüşebilen, Uzun
sürelî.

Mucit:

Analitik, Yaratıcı,
Açık.

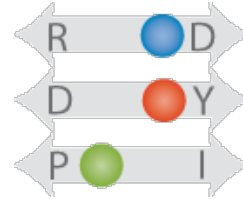
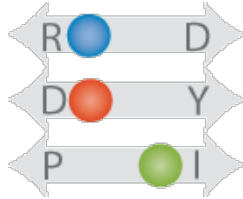


Koruyucu:

Şefkatli, dikkatli,
Uygulamacı.

Stratejist:

Titiz, Dikkatli,
Gelecek odaklı.

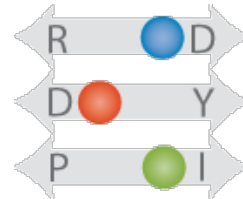
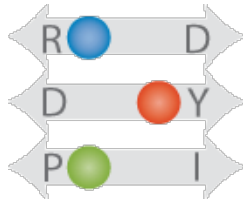


Enerji Veren

Kendini adanmış,
Yaratıcı, Gerçek
dünya.

Sağlayıcı:

Görev odaklı,
Üretken, Pratik.



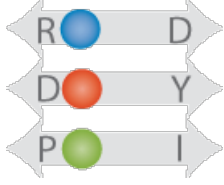
Bilge:

Şefkatli, Koruyucu,
Azametli.

Sıradaki sayfalar her bir tarzın tanımını vermektedir.

Profil: Bilim İnsanı

Genel Bakış



Ölçeklerin uç noktasındaki, Bilim insanı verilere o kadar çok odaklanırları duygular hakkındaki önemli ipuçlarını kaçırmaz. Bilim insanı doğru cevabı bulmak ister ve riski bir tehlike olarak görebilir. Bu profil pratiktir ve aktif katılımlı işlere yatkındır.

Bir bilim insanı bir problem çözücü, hakem, analist veya mühendis gibi davranabilir.

Tercihler

Bilim insanları genellikle doğruluğa, düzene, netliğe, sakinliğe, güvenliğe, dengeye, bilgi birikimine ve pratikliğe değer verir.

Karışık Profiller

Rasyonel – Ortaya doğru: İnsanların SADECE rasyonel olmadıklarını öğrenebilirsiniz (bakınız Koruyucu).

Değerlendiren – Ortaya doğru: Belki de daha esnek veya eyleme yönelik olmayı istiyor olabilirsiniz (bakınız Sağlayıcı).

Pratik – Ortaya doğru: Sadece bir cevap bulmakla kalmayıp analizinizin anlamını ve uzun süreli değerini de bulabilirsiniz (bakınız Stratejist).

Bilim insanları için Diğerleri ile Çalışma üzerine

Diğerlerinin sizi katı olarak görebileceklerini unutmayınız. Doğruluğa sahip olabilirsiniz, ancak dünyanın sadece siyah ve beyaz olmadığını hatırlayınız. Duygular mantıksız görünebiliyor olsa da, yoklarmış gibi davranmak tamamen mantıksızdır. Duyguların kurallarını öğreniniz.

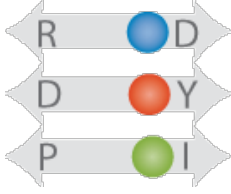
Bir Bilim İnsanıla Çalışan Diğerleri için İpuçları

- Bilim insanlarının, ilk olarak anlamaları gerekir. “Nasıl hissettiğimi görmüyor musun?” demeyiniz, bunun yerine duygularınızın mantığını açıklayınız.
- Bir Bilim insanını değişmesi için zorlamaya çalışmayın. Özellikle bunu onu neşelendirmeye çalışarak veya diğer uçta yanlış korkular uyandırarak yapmayınız. Bir Bilim insanı, mevcut durumun riski, değişimin riskine ağır basarsa; açık bir sebep ve yol varsa değişime istekli olabilir.
- Bilim insanı, gerçek eylemleri tercih eder. Bu yüzden vizyon ve soyut değerler hakkında konuşmak isterseniz, tercihen verilerle desteklenen net ve gerçek örnekler vermeniz size yardımcı olur. Grafikle anlatmak en iyi yöntem olabilir.



Profil: Vizyoner

Genel Bakış



Ölçeklerin uç noktasındaki Vizyoner, duygulara o kadar odaklanmıştır ki rasyonel verileri kaçıır. Vizyoner yeni bir geleceğe ilham vermek ister ancak pratik olmayabilir. Bu Profil enerjik ve dönüşüme yatkındır.

Bir Vizyoner bir devrimci, değişim temsilcisi, karizmatik veya şair olarak hareket edebilir.

Tercihler

Vizyonerler genellikle ilişkilere, sürece, insanlığa, büyük fikirlere, yeniliğe ve bilgiye değer verir.

Karışık Profiller

Duygusal – Ortaya doğru: Kendinizi belli verilere bağlıyor olabilirsiniz (bakınız Mucit).

Yenilikçi – Ortaya doğru: Belki de güvenliği koruyor veya artırıyorsunuzdur (bakınız Bilge).

İdealist – Ortaya doğru: Vizyonu eyleme çevirmek için yollar arıyor olabilirsiniz (bakınız Enerji Veren).

Vizyonerler için Diğerleri ile Çalışma üzerine

Diğerlerinin sizi pratik olmayan biri gibi görebileceğini hatırlayın. Büyük resme sahip olabilirsiniz ancak değişikliğin eylem gerektirdiğini (ve bazen eyleme geçmeyi durdurmayı da gerektirdiğini) unutmayınız. İnsanlar sizi veya bu durumu sevmese bile direkt ve net olup sınırları korumak iyidir.

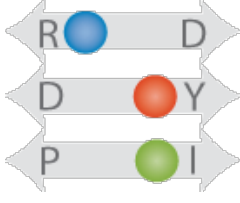
Bir Vizyonerle Çalışan Diğerleri için İpuçları

- Vizyonerlerin ilk olarak bağlantı kurması gerekir. Onlara, ilişkilerin içeriğinin dışında veriler vermeyiniz.
- Bir Vizyonerin riskler almasına engel olmayınız. Özellikle ne kadar tehlikeli olduğuna dair veriler vermeyiniz. Bir Vizyoner, diğerlerini yanında getirmek gibi güçlü ilişki nedenleri varsa yavaşlamaya istekli olabilir.
- Vizyoner, ayrıntılarla daha az ilgilenir. Bu yüzden büyük resim ve uzun dönem ile başlayınız. Daha sonra noktaları birleştiriniz. Çoklu bakış açıları (örneğin, konuşan birkaç kişi) ve metaforlar Vizyonerle iletişim kurmanıza yardımcı olabilir.



Profil: Mucit

Genel Bakış



Ölçeklerin uç noktasındaki Mucit, neredeyse yeni çözümler bulmayı saplantı haline getirmiştir ve bu yüzden insan etkileşimlerinin görme yeteneğini kaybeder. Mucit yolu bulmak ister. Açık, pratik uygulama yolu olmasa bile risk almaya ve deneyimlemeye açıktır. Bir mucit hayal ve olasılık dünyasında yaşamayı sevebilir ancak bu durum pratik olmayabilir.

Tercihler

Mucitler genelde doğruluğa, yaratıcılığa, fırsata, yeniliğe, enerjiye ve insanlığa değer verir.

Karışık Profiller

Rasyonel – Ortaya doğru: İnsanların mucit özelliğini kullanmaları için, duygulara dikkat etmeniz gerektiğini fark edebilirsiniz (bakınız Vizyoner).

Yenilikçi – Ortaya doğru: Belki de daha dikkatli olmayı arıyorsunuzdur (bakınız Stratejist).

İdealist – Ortaya doğru: Pratiklik ile vizyonunuzu dengelemek için hareket ediyorsunuz (bakınız Sağlayıcı).

Mucitler için Diğerleri ile Çalışma üzerine

Diğerlerinin sizi gerçek dışı görebileceklerini hatırlayınız. İç görüye sahip olabilirsiniz, ancak değişimin pratik adımlar ve insanları beraberinizde getirmeyi gerektirdiğini unutmayınız.

“İnsani konuları” ve duyguları sevmiyor olabilirsiniz. Duyguların eylem yaratmak için yararlı olabileceklerini unutmayınız.

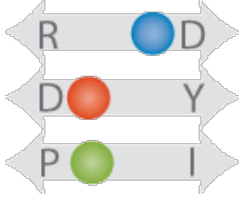
Bir Mucitle Çalışan Diğerleri için İpuçları

- Mucitler fırsatlarla harekete geçirilir. Pratiklikle başlamalarını beklemeyiniz.
- Mucitler değişiklikleri ve zorlukları sever. Eğer çok hızlı giderlerse; hedeflerine ulaşmak için, adım adım çalışmanın değerli olduğunu gösterin. Eğer çok somut ve yavaş yaparsanız, sizi bu görevde tutmazlar.
- Mucit muhtemelen “süreç” ile ilgilenmez.” Denemeyi, test etmeyi ve yapmayı isteyecektir. Gelişmeye karşı bir engel gibi gözükmemeye dikkat ediniz. Eğer çok kişisel olursa mucidin ilgisini kaybedersiniz. Bunun yerine geleceğe odaklanın ve mantıklı olun. Mevcut durumundan, istenen sonuca doğru bir harita çıkartınız.



Profil: Koruyucu

Genel Bakış



Koruyucu, insanları koruyan, dikkatli ve pratik olan biridir.

Değişiklik karşıtı olabilir. Ölçeklerin uç noktasındaki Koruyucu risk için bir bariyerdir.

Bir Koruyucu bakıcı, cankurtaran, ezilen bir şampiyon, amigo, iyileştirici veya her zaman yanınızda olan iyi bir arkadaş olarak hareket edebilir (siz yanlış yapsanız bile).

Tercihler

Koruyucular genellikle güvenliğe, saygıya, ilişkilere, sürece, dikkatli olmaya ve pratikliğe değer verir.

Karışık Profiller

Duygusal – Ortaya doğru: Kanıtları duyguyla dengelemeyi öğreniyor olabilirsiniz (bakınız Bilim İnsanı).

Değerlendiren – Ortaya doğru: Belki de siz diğer Koruyuculardan daha çok risk alansınızdır (bakınız Enerji Veren).

Pratik – Ortaya doğru: Uzun süreli vizyona odaklanıyor olabilirsiniz (bakınız Bilge).

Koruyucular için Diğerleri ile Çalışma üzerine

Diğerlerinin sizi dirençli olarak görebileceklerini hatırlayınız. Evet dikkatli ve pratik olmak önemlidir, ancak zor olsa bile risk her zaman kötü değildir. Kendinize “Aşırı koruyucu mu davranıyorum?” diye sorunuz.

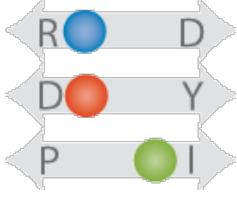
Bir Koruyucuyla Çalışan Diğerleri için İpuçları

- Koruyucular insanlara ve güvenliğe odaklanır. Durumun ihtiyaçlarını ve olgularını açıklayarak, onları ikna etmekte zorlanabilirsiniz. Bunun yerine ilişkiye, bağlantı kurmaya ve insani yönle odaklanınız.
- Koruyucunun korumasına engel olmayınız. Bunun yerine teklif ettiğiniz yolun pratik ve dahil olan insanlar için iyi olduğunu görmesine yardımcı olunuz.
- Koruyucu ayrıntıları çok önemser. Fikrinizi adım adım, somut bir şekilde tasarladığınızdan emin olunuz. Koruyucunun anlamasına yardımcı olmak için kendi hikayelerinizi ve insanların gerçek duygularını kullanın.



Profil: Stratejist

Genel Bakış



Ölçeklerin uç noktasındaki Stratejist “doğru” çözüm bulmaya o kadar odaklanır ki, ilerleyemez. Stratejist, bir doğru cevap olduğunu bilir ve bulmak ister. Stratejist dünyanın mantıklı olmasını ister.

Stratejist bir gezgin, satranç oyuncusu veya yatırımcı olarak hareket edebilir.

Tercihler

Stratejistler genellikle planlamaya, doğruluğa, yatırıma, güvenliğe, mantığa, zekaya ve bilgiğe değer verir.

Karışık Profiller

Rasyonel – Ortaya doğru: İnsanların SADECE rasyonel olmadığını öğreniyor olabilirsiniz (bakınız Bilge).

Değerlendiren – Ortaya doğru: Belki de daha uyumlu yenilikçi olmayı arıyorsunuzdur (bakınız Mucit).

İdealist – Ortaya doğru: Daha pratik/etkili olmak için çalışıyor olabilirsiniz (bakınız Bilim İnsanı).

Stratejistler için Diğerleri ile Çalışma üzerine

Diğerlerinin sizi mükemmeliyetçi olarak görebileceklerini hatırlayınız. Doğruluğa sahip olabilirsiniz ancak analiz felci olmamaya dikkat ediniz.

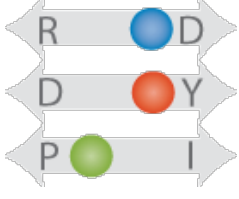
Siz duygulardan kaçınmayı tercih edebilirsiniz. Unutmayın ki strateji sadece insanlar uygulayabilirse işe yarar. Bunun anahtarı ise duygudur.

Bir Stratejistle Çalışan Diğerleri için İpuçları

- Stratejistler anlama ihtiyacı hisseder. Eğer onları hemen değiştirmeye zorlarsanız, doğruluğa olan ihtiyaçları buna engel olacaktır.
- İlişkilerde, onlardan varsayımda bulunmalarını istemeyiniz. Veri sunup duygularınızın neden önemli olduğunu görmelerine yardımcı olunuz.
- Stratejist, eğer faydalar net ve vizyonu paralel ise değişime açık olacaktır. Uzun dönemde, değişimin getireceği değerlere odaklanınız.
- Stratejist vizyon ve gelecek ile motive olur. Onun, mevcut gerçeklik ile istenilen sonuca bağlı somut eylemleri birleştirmesine yardımcı olunuz.

Profil: Enerji Veren

Genel Bakış



Enerji Veren hepsini yapabilir. Yaratıcı, dinamik, enerjik ve pratik olan Enerji Veren “evet” diyecek ve nasıl olacağını daha sonra çözecektir. Enerji Verenler diğerlerini gözetir (bazen fedakarlık da yaparlar). Enerji ve eğlence kaynağıdır ve bazen bu yüzden tükenirler.

Bir Enerji Veren bir parti organizatörü, amigo, dost, yardımcı veya hatta maceraperest olarak davranabilir.

Tercihler	Enerji Verenler, genelde yaratıcılığa, eğlenceye, ilişkilere, yeniliğe, pratikliğe ve başarıya değer verir.
Karışık Profiller	Duygusal – Ortaya doğru: Şefkatinize mantık ekliyor olabilirsiniz (bakınız Sağlayıcı). Yenilikçi – Ortaya doğru: Belki de bazı Enerji Verenlerden daha çok koruyucusunuzdur (bakınız Koruyucu). Pratik – Ortaya doğru: Mevcut ihtiyaçları uzun süreli vizyon ile dengeliyor olabilirsiniz (bakınız Vizyoner).
Enerji Verenler için Diğerleri ile Çalışma üzerine	Diğerleri çok hızlı gittiğinizi, hemen işe atladığınızı; ve bazen düzelttiğinizi ya da kurtardığınızı söyleyebilirler. Diğerlerinin kendi sorunlarıyla ilgilenmeleri gerektiğini, her şeyin bir çözüme ihtiyacı olmadığını hatırlayınız. Riskleri eksik değerlendirme eğiliminiz olabilir ve diğerleri büyük resme/uzun vadeye bakmadığınızı söyleyebilirler. Çoklu bakış açılarına değer vermeyi öğreniniz: daha hızlı ve daha iyi. Yaratıcı ve pratik.

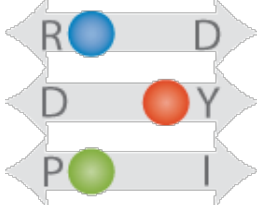
Bir Enerji Veren ile Çalışan Diğerleri için İpuçları

- Enerji Verenler, insanları gözeterek ve sorunlarıyla ilgilenerek değerli hissedirler. Yardım istemeseniz veya ihtiyacınız olmasa da, onların yardım etmeye ihtiyacı olabilir. Yardımı kabul etmenin bir yolunu bulunuz.
- Eğer Enerji Vereni çok fazla yavaşlatmaya kalkarsanız veya onlardan olağan olmalarını isterseniz, sabırları taşacaktır. Daha dikkatli veya sabırlı olmalarını istiyorsanız; böyle olmalarının, sorunu gerçekten nasıl çözeceğini görmelerine yardımcı olunuz.
- Enerji Veren, soyut ve “büyük resim” den çok, burası, şimdi ve insanlara yardımcı olmak ile ilgilenir. Bu yüzden iletişim kurarken, insanların ihtiyaçlarına, fırsatlara ve pratik eylemlere odaklanın. İnsanlar hakkında gerçek örnekler/hikâyeler kullanınız.



Profil: Sağlayıcı

Genel Bakış



Bir işin yapılmasına ihtiyacınız olduğunda Sağlayıcıyı çağırınız.

Onlar bu işin üstesinden gelecek olan eyleme yönelik, pratik sorun çözücülerdir. Sağlayıcı, yolda insanları ve/veya kuralları çiğneyebilir ancak işi bitirecektir.

Bir Sağlayıcı, problem çözücü, savaşçı, mimar, yapımcı veya uygulayıcı olarak hareket edebilir.

Tercihler

Sağlayıcılar verimliliğe, yeniliğe, sonuçlara, eyleme, dakikliğe ve netliğe değer verir.

Karışık Profiller

Rasyonel – Ortaya doğru: İnsanların SADECE rasyonel olmadığını öğreniyor olabilirsiniz (bakınız Enerji Veren).

Yenilikçi – Ortaya doğru: Fırsat ile riski dengeliyorsunuz (bakınız Bilim insanı).

Pratik – Ortaya doğru: Daha uzun süreli çözümlere başvuruyor olabilirsiniz (bakınız Mucit).

Sağlayıcılar için Diğerleri ile Çalışma üzerine

Yavaşlayın ve diğerlerinin sürece dahil olmalarına izin verin.

Gerçekten acil olmadıkça, aciliyet algınızın diğerlerini ezip geçmesine izin vermeyiniz. "Dokunaklı hisli işlerden" bahsetmek isteyenler ile sabrınızı geliştiriniz. Bu şekilde gerçekten daha iyi sonuçlar alırsınız.

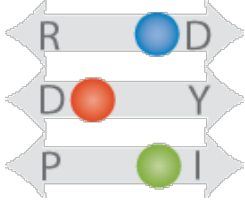
Tedbirli olan kişilerle sorun yaşayabilirsiniz. Özellikle insanlara ve duygulara gelindiğinde; onların size risklerden kaçınma konusunda yardımcı olabileceklerini hatırlayınız.

Bir Sağlayıcı ile Çalışan Diğerleri için İpuçları

- Gerçekten bir sonuca ulaşmak istemiyorsanız, bir Sağlayıcıdan yardım istemeyiniz. Sadece, "bu konuda konuşmayı" ya da "dinlemelerini" istiyorsanız bunu baştan net bir şekilde ifade ediniz.
- Sağlayıcılar genellikle, duygulara değil görevlere odaklanırlar. Eğer duygularınıza dikkat etmiyorsa, hedef bakımından duyguların neden önemli olduğunu açıklayınız (sadece "iyi davranmak" için değil, daha etkin olmak için).
- Sağlayıcılar hızlı gitmeyi ve yenilikçi olmayı sever. Birini yavaşlatmak isterseniz, pratik nedenlerden başlayınız ve sonra büyük resme geçiniz. Bir harita çıkartınız, şiir yazmayınız.

Profil: Bilge

Genel Bakış



Bilge, insanlar ve büyük resim ile ilgilenir. Ölçeklerin uç noktasındaki Bilge pratik olmayan tavsiyeler ile doludur. İleriye doğru bir yol olmadan büyük bir cevabı vardır. Bilgeler hayatın anlamı gibi “büyük sorular” ile ilgilenir ve harekete geçmek yerine üzerinde düşünmeyi tercih edebilirler. Bir Bilge idealist, şair, koruyucu, danışman veya hayalperest olarak hareket edebilir.

Tercihler

Bilgeler genellikle akla, insanlara, güvenliğe, uyuma, derin düşünceye, çalışmaya ve gözleme değer verir.

Karışık Profiller

Duygusal – Ortaya doğru: Daha çok çözüm odaklı bir yaklaşıma geçiyor olabilirsiniz (bakınız Stratejist).

Değerlendiren – Ortaya doğru: Daha fazla risk alan haline geliyorsunuz (bakınız Vizyoner).

İdealist – Ortaya doğru: Diğer Bilgelerden daha fazla eyleme yönelik olabilirsiniz (bakınız Koruyucu).

Bilgeler için Diğerleri ile Çalışma üzerine

İnsanlar için önemli olan, büyük bir fikrin net bir resmine sahip olabilirsiniz. Fakat ortaya çıkmak için gerekli riskleri almaz ve fikirlerinizi pratik hale getirmenin yollarını bulmazsanız, sizi dinlemeyeceklerdir. Sizin ve diğerleri için büyümenin risk gerektirdiğini hatırlayınız. Şimdi harekete geçmenin enerjisinin ve tutkusunun keyfini sürerken, büyük fikirlerinize bağlı kalınız.

Bir Bilge ile Çalışan Diğerleri için İpuçları

- Bilgeler ilişkilere ve “büyük fikirlere” odaklanır. Nasıl harekete geçtiğinize dair fikirlerinizi duymak istemeyebilirler ve siz eylemlerin bu yönde nasıl değerli olduğunu göstermedikçe, değişiklik yapmayabilirler.
- Bilgeler risk alanlar değildirler. Yenilik veya değişiklik yapmalarını istiyorsanız, durumun duygulara ve insan deneyimine dayanmasını sağlayınız (verilere ve pratikliklere dayalı değil).
- Bilge somut ayrıntılarla muhtemelen ilgilenmez. Bu yüzden büyük resim ve uzun dönemle başlayan bir hikâye anlatınız. Metaforlar, görseller ve uzun dönemli bir resim algısı Bilge ile iletişime geçmede size yardımcı olabilir.



Üç Renk

Beyin Özet Profilinizde üç “balonun” üç farklı renkte olduğuna dikkat ettiniz mi? Bu üç renk – Duygusal Zekayı eyleme dönüştüren bir süreç olan – Six Seconds Duygusal Zeka Modelinin üç adımıdır.

! Duygusal Zeka duygularla akıllı olmak demektir. www.6seconds.org web sitesinde bu konuyla ilgili birçok ücretsiz bilgi bulunmaktadır. Duygusal Zekası veya becerileri daha fazla olan kişiler daha iyi ilişkilere sahip olur, daha iyi kararlar verir, daha etkin, sağlıklı ve etkileycidirler ve yaşam kaliteleri daha yüksektir. Muhteşem! Öyleyse buna nasıl ulaşırsınız?

Six Seconds üç adımlı yalın bir model oluşturmuştur:

1. Kendini Tanı

Ne hissettiğinizi ve ne yaptığınızı açıkça görmek. Duygular verilerdir ve bu yetkinlikler bu bilgileri doğru şekilde toplamanızı sağlar.

2. Kendini Seç

Ne yapmak istiyorsanız onu yapın. “Otomatik pilota” tepki vermek yerine bu yetkinlikler, proaktif olarak yanıt vermenizi sağlayacaktır.

3. Kendini Ver

Bir sebep için yapın. Bu yetkinlikler, vizyonunuz ve misyonunuzu günlük eylemlerinizde kullanmanızı sağlayacaktır. Böylece amaçlı ve bütünlük ile hayatınıza liderlik edersiniz.



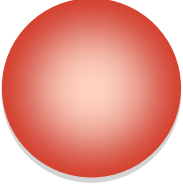
Beyin Özet Profilindeki üç renk, bu üç adımla bağlantılıdır. Bu adımları atmak profilinizi dengelemenize yardımcı olacaktır. Örneğin “Odak” da eğer RASYONEL uçtaysanız, duygusal verileri kaçırıyor olabileceğiniz için kendinizi iyi tanımıyor olabilirsiniz.

“Balonların” Büyüklüğü

Grafiğinizdeki kürelerin veya “balonların” üç büyüklükte olduğunu fark etmiş olabilirsiniz. Bunlar; üç ölçekten hangisinin, sizin için en büyük motivasyon unsuru olduğunu göstermektedir.

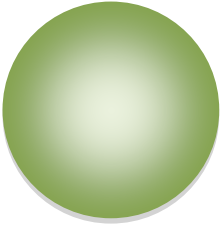


Eğer “Odak” en küçük ise gözlemlemeyi daha dikkatlice yapmak isteyebilirsiniz. Duygular önemli bilgiler içerir. Eğer en büyük ise muhtemelen pek çok veriye sahipsinizdir.



Eğer “Kararlar” en küçük ise seçenekleri değerlendirmede ve oluşturmada daha fazla zaman ve enerji ayırmanız gerekebilir. Duygular, risklerin ve fırsatların işaretleridir.

Eğer en büyük ise muhtemelen bu alanda güçlüsünüz.



Eğer “Motivasyon” en küçük ise kendinizi enerjisiz bulabilirsiniz. Duygular muhteşem bir motivasyon kaynağıdır.

Eğer en büyük ise muhtemelen bol miktarda enerjiniz vardır.



Beyin Tarzınızı Kullanma

Beyin Özet Profilinizi kullanmak üzere işte size üç tavsiye:

1

Riskler ve Fırsatlar

Sayfa 9–16’da okuduğunuz üzere her Beyin Tarzının faydaları vardır. Örneğin, bir Sağlayıcı işlerin tamamlanmasında mükemmeldir.

Sizin Beyin Tarzınızın üç faydası nedir? Kendi Beyin Tarzınız hakkında neler hoşunuza gitti?

- 1.
- 2.
- 3.

Aynı zamanda, her tarz için riskler vardır. Bunlar genellikle faydalar ile bağlantılıdır. Örneğin; Sağlayıcı görevlerini başardıkça, süreç içindeki insanları görmezden gelebilir ya da zarar verebilir. Kendi tarzınızdaki üç "sorun" veya risk nelerdir?

- 1.
- 2.
- 3.

Bazı durumlar veya zamanlarda faydalardan daha fazlasını kazanmanın nasıl olduğunu tanımlayabilir misiniz? Zararlardan daha fazlasını edindiğiniz zamanlarda durum nedir?

Bu zararların ve faydaların farkında olmak bile, size zararlardan kaçınmada yardımcı olabilir. Ancak bundan daha da iyi olanı, kendinizi ve başkalarını zararlardan korumak için – ve faydaları artırmak için– atabileceğiniz belirli adımları düşünebiliyor musunuz?

2

Diğerlerinin Tarzlarıyla Çalışma

Arkadaşlarınızın, aile üyelerinizin ve iş arkadaşlarınızın kendi Beyin Özet Profilini almalarını sağlayınız. Sonra her bir kişinin Beyin Tarzının tablosunu çıkartınız:

İsim	Bilim İnsanı	Vizyoner	Mucit	Koruyucu	Stratejist	Enerji Veren	Sağlayıcı	Bilge

Her bir tarzdan bu grupta kaç tane var? Hangi tarzlar pozisyonu gereği en fazla güce sahip? (örneğin, takım müdürü) Her bir tarzın gruba ne tür etkisi var?

Duygusala göre Rasyonel tarzların baskınlığı var mı? Yenilikçiye göre Değerlendiren? Idealiste göre Pratik? Grupta bazı eksik tarzlar var mı?

Tarzlarındaki benzerliklerin ve farklılıkların olduğunun bilinmesi, karşılıklı saygı ve anlayış inşa etmeye yardımcı olabilir. Bu egzersiz size ilişkilerinizin bazı yönlerini kavramada içgörü sağlayabilir. Bu ilişki dinamikleri hakkında konuşmak için ortak bir kelime dağarcığı çok yararlı olabilir.

Son olarak, sayfa 9–16'daki "Diğerleri için ipuçları" bölümlerini gözden geçirin. Bu ipuçları her bir tarz ile etkili çalışma hakkında bazı fikirler verebilir. Bu ipuçlarını tartışınız. Örneğin; grubunuzdaki Bilim İnsanları, onlarla çalışmak için verilen bu tavsiyelere katılıyor mu? Kendileri için en önemli olan noktalar hangileridir? Beyin Tarzlarınızı harmanlayarak birlikte nasıl daha etkili çalışabilirsiniz?



3

Varlıklar ve Fırsatlar

Beyin Özet Profilinizde, Profil bölümü altında, fırsatları ve varlıkları gösteren iki kutu göreceksiniz. SEI değerlendirmesini yaptığınızda, iki anket vardı: Biri Duygusal Zeka (Beyin Tarzınızı tanımlamak için kullanılır), diğeri ise mevcut “Başarı Faktörleri” ile ilgilidir, özellikle:

Başarı Faktörü	Tanım
Karar verme	En etkin seçeneği tercih etme kapasitesi
Etki	Diğerlerini motive ve dahil etme kapasitesi
Ağ kurma	Birliktelik ve destek oluşturmak için çoklu ilişkiler oluşturma kapasitesi
Topluluk	Ait olmayı artırmak için karşılıklı önemseyen ilişkileri sürdürme kapasitesi
Sağlık	En uygun enerjiyi ve işleyişi sürdürme kapasitesi
Denge	Önceliklendirme, stresi yönetme ve tam olarak an’da olma kapasitesi
Başarı	Anlamlı hedefleri başarma kapasitesi
Tatmin	Yaşamı ve çabaları hakkında takdir hissetme kapasitesi

Araştırmamızda, SEI’deki puanların bu başarı faktörlerinin %55–60 oranında ön gördüğünü bulduk. Bu, Beyin Tarzınızın profilinizdeki Fırsatlar ve Varlıklara çok büyük bir katkı sağlayabildiği anlamına gelir. Bu nedenle, burada dikkate alınması gereken iki önemli soru vardır:

Beyin Tarzınızın, bu varlıklar ve fırsatlar ile başarınızı baltalamaya çalıştığı davranışlar var mıdır?

Beyin Tarzınızın güçlü yanlarını, varlık ve fırsatlarınızı geliştirmek için nasıl kullanabilirsiniz?



Sıradaki Nedir?

Beyin Tarzınız hakkında daha fazla bilgi edinmek için bu kılavuzu kullanınız. Sonra, önceki sayfalarda bulunan önerileri inceleyiniz.

1 Duygular Hakkında Daha Çok Okuyunuz.

Six Seconds – Duygusal Zeka Ağı – duygular ve Duygusal Zeka hakkında yüzlerce makale olan çok aktif bir web sitesine sahiptir. Okumaya başlayınız!

2 Sosyal Olun

Facebook ve LinkedIN’de (ayrıca Twitter ve YouTube kanalı) aktif gruplarımız bulunmaktadır. www.6seconds.org adresine gidiniz ve aşağı doğru ininiz. Bize katılın!
<https://www.hayatinritmi.com.tr/?p=pdfin&id=6>

3 Daha Derine İnin.

Beyin Özet Profili, SEI’den gelen birçok rapordan sadece biridir. Profilinizin alt kısmında, daha fazlası için bağlantı kurabileceğiniz Duygusal Zeka Uygulayıcınızın adı ve email adresi bulunmaktadır. Kişiselleştirilmiş derinlemesine bir SEI raporu ile birlikte, güçlü geri bildirim almak ve bir sonraki adımlarınızı belirlemeye destek amacıyla bire–bir koçluk hizmetine yatırım yapınız.



Notlar



**Beyin Özet Yorum Kılavuzu, Beyin Tarzına ve Beyin Özet
Profilindeki sekiz tarza bir giriş sunmaktadır.**

**Beyin Özeti Six Seconds Duygusal Zeka (SEI) araçlarından
biridir:
www.6seconds.org/tools/sei**

Beyin Özeti SEI araçlarının bir parçasıdır.

**Duygusal Zeka’da derinlere gitmek için, SEI sertifikalı
bir Uyguluyacı olabilirsiniz ve böylece bütün araçlara
erişebilirsiniz.**

SEI Liderlik Raporu

SEI Liderlik Gelişim Kılavuzu

SEI-Gençlik

SEI 360

www.6seconds.org/certification