

人格特質問卷(DISC)

填答日期: ___年___月___日

下列五題在四選項中相較，請依照「最像自己 7 分、次像自己 5 分、有點像自己 3 分、不像自己 1 分」等級，直列填入計分欄

- | | |
|-----------------------------|--------------------------|
| 1. D) 堅定、固執 S) 溫和、文雅 | I) 有說服力、善表達 C) 謙虛、容忍 |
| 2. D) 喜歡冒險、膽子很大 S) 節制、穩健 | I) 團體中活力的來源 C) 嚴格、考究 |
| 3. D) 有決心、有決斷力 S) 善良、和諧 | I) 使人心服、善於遊說 C) 謹慎、小心 |
| 4. D) 有競爭力、有進取心 S) 親切、誠懇 | I) 頑皮、開朗 C) 順從、善思考 |
| 5. D) 堅持、有魅力 S) 寬大、仁慈 | I) 樂觀、好玩 C) 正確、準備 |

計分表

| 題 1 | | 題 2 | | 題 3 | | 題 4 | | 題 5 | | 合計 |
|-----|----|-----|----|-----|----|-----|----|-----|----|----|
| D1 | | D2 | | D3 | | D4 | | D5 | | |
| I1 | | I2 | | I3 | | I4 | | I5 | | |
| S1 | | S2 | | S3 | | S4 | | S5 | | |
| C1 | | C2 | | C3 | | C4 | | C5 | | |
| 合計 | 16 | | 16 | | 16 | | 16 | | 16 | 80 |

參考改寫自網址: <http://www.redcross.org.tw/RedCross/upload/ksh/1016/1023/1109-1.doc>

請向正修科技大學學生輔導中心生涯學習站諮詢，將可得到更多性格特質解釋

諮詢預約專線: 07-7310606 轉 1128 洽值班輔導老師

人格特質分析

得分最高的則代表你屬於這一類型；但最高分者代表你偏向的類型；若兩者同分如 A 及 B 同分則選前者，即你是 A 類型的人。

若所有分數都界於 18~29 之間，則變色龍。

| 人格類型 | 象徵動物 | 特質優點 | 缺點 | 得分 |
|--------------------|---|---|---------------------------------------|----|
| 支配型 Dominant |  | 天生領袖、點子多、不害羞、講效率、接受挑戰、行事果決、勇往直前、指揮者、追求權力 | 不體貼、不會謙虛有理、不善讚美、沒耐心、善變不會取悅別人、不能忍受別人的笨 | |
| 影響型 Influencing |  | 社交者、樂觀主義、愛表現、注重人際關係、熱心、有創意、愛說話(說自己)、追求認同、有趣、具說服力、不怕陌生人、注重友誼、活力充沛、追求舞台 | 話太多、天馬行空、情感衝動、注意力不持久 | |
| 安定型 Security |  | 協調者、追求穩定、好的傾聽者、友善、情緒穩定、重團隊合作、關心別人的感覺、寬容別人、注重工作細節 | 害怕做重大決定、不願改變、怕衝突、過分小心、猶豫不決 | |
| 分析型 Critical |  | 思考者、追求資料、完美主義、有長期目標、嚴謹重分析和邏輯、深思熟慮、細心、會安排優先次序、井然有序 | 吹毛求疵、把問題複雜化 | |

| 人格類型 | 個性 | 說話內容 | 行為舉止 | 語調 | 在乎 |
|------|----|--------|-----------|-------------------|------|
| 支配型 | 外向 | 話多、肯定句 | 談工作目標績效 | 速度快、自信握手堅定、保持眼神接觸 | What |
| 影響型 | 外向 | 話多、肯定句 | 談感覺、觀念 | 語調多變化、臉部表情豐富 | Who |
| 安定型 | 內向 | 話少、疑問句 | 考慮別人、詢問意見 | 和善、誠懇、慢條斯理、有風度 | How |
| 分析型 | 內向 | 話少、疑問句 | 要求提出計劃 | 少抑揚頓挫、撲克臉、無身體接觸 | Why |

適應各類型的職場交戰守則

支配型

- ❖ 儘可能支持他所追求的目標
- ❖ 將往來關係公式化
- ❖ 如果不同意對方的看法，得根據事實而非個人的感覺
- ❖ 要精確、有效率且井井有條
- ❖ 推薦有支持論點的變通行動方案
- ❖ 迅速進入主題重點
- ❖ 強調具競爭力的績效表現及成長契機

影響型

- ❖ 儘可能支持他們的計劃、點子及夢想
- ❖ 保持愉悅、有活力，步調要快速
- ❖ 原諒他們偶爾分心，且別急著開始討論事情
- ❖ 試著別與他們爭辯——你很少會贏
- ❖ 表現的熱心、自動自發而且隨和
- ❖ 向他們解釋這項行動將能加強他們的形象
- ❖ 別與他們討論細節問題

安定型

- ❖ 儘可能表現真誠友善及支持他的感覺
- ❖ 給他時間信任你
- ❖ 當你們看法不同時，應討論個人感覺而非討論事實
- ❖ 以比較緩慢、非正式但持續的步調進行
- ❖ 表現出積極傾聽的態度
- ❖ 保證所有的風險都會在合理的範圍內儘可能減少或被處理

分析型

- ❖ 儘可能支持他們有條理、思慮縝密的方法
- ❖ 用行動展現你的承諾，而非只是嘴巴上說說而已
- ❖ 要注意細節、精確性及邏輯性
- ❖ 列出所有計劃的優缺點
- ❖ 提出堅定、明確的證據
- ❖ 堅持遵循既定的程序
- ❖ 承諾新的決策絕不會對他造成傷害

與各種類型應對注意事項

老虎—實際(支配)型

- ❖ 在乎事情達程度與效率
~~處理心情後，別忘記盡快進入問題重點
- ❖ 喜歡對等的權力關係
~~較容易咄咄逼人，故需讓對方知道你可以處理事情
- ❖ 主動表明自己的需求
~~不可直接詢問他的需求或底限，莫迴避重點，有問題時不妨直言
- ❖ 處理結果比過程重要
~~與其在乎交談氣氛，不如直接切入核心

孔雀—社交(影響)型

- ❖ 為擴大自己的說服力和影響力，較易誇大奇詞
~~認同他，多用同理心讓對方知道你重視他
- ❖ 喜歡繞圈子講話來緩和氣氛
~~要懂得聽話中話，並歸納確認其重點需求
~~可利用投其所好，適度轉移注意力
- ❖ 處理過程比結果重要
~~在乎交談氣氛，需營造有利的溝通環境
~~可多用三明治理論溝通，以獲得對方認同，爭取處理時間

無尾熊—親切(安定)型

- ❖ 表達語氣較溫和客氣
~~多用同理心並以朋友的角度關心他，讓對方知道你重視他，但不可因此忽視對方
- ❖ 建議由服務人員主導
~~多用引導方式了解對方需求，主動告知處理過程
- ❖ 處理過程比結果重要
~~會體諒他人難處，請給予更多的關懷與安全感

貓頭鷹—分析型

- ❖ 喜歡實事求是的做事方法
~~讓對方知道你也是這樣的工作價值觀，主動報告處理流程
- ❖ 冷靜理性反應問題
~~不易帶入私人情緒且理智思考，建議多聽再回應
~~在乎數據與程序，明確告知你能做什麼，莫含糊奇詞，有困難時不妨直言
- ❖ 處理結果比過程重要
~~不在乎處理的人是誰，只要有效解決問題即可