

DISC 性格分析

DISC 是一套性格分析工具，由企業及機構心理學家 Walter Clarke 於五十年代發展出來。它的主要功能是分析個人行為，提升個人對自己或他人行為的認知，發揮個人潛能及認識盲點，以增強團隊間的溝通合作和工作表現。

DISC 性格系統着眼於了解每個人的行為取向，將人的行為取向分為四大類別：D：支配型、I：影響型、S：穩健型、C：分析型。如果用動物來代表這4種行為模式，大家會更加容易理解。

獅子：外向行動者。喜歡領導和訂立目標，行動力強，不達成目的不休止。

充滿自信、意志堅定、主動和不容易氣餒，是推動別人行動的最佳人選。然而他們有時候會缺乏耐性，一心追求目標而忽略其他人的感受。

猴子：外向多言者。喜歡說話，希望成為人群裏的焦點，有很強的好奇心，對人熱情，樂於助人善於交際，容易與陌生人建立關係。然而他們可能會讓人覺得缺乏內涵，沒有組織能力和容易放棄。

狗：內向執行者。性格低調容易相處，輕鬆平和有耐心，適應能力也較強，是很好的聆聽者，人際關係比較深入，喜歡默默完成工作。然而在默默耕耘的過程

中，容易忽略自己的需要和感受，變得過度付出。

貓頭鷹：內向思考者。以思考為主，比較嚴肅和深思熟慮，目標感強且追求完美。做事前會訂立計劃，有條理和有組織地完成。然而他們的認真態度容易變成對自己和別人的過分要求，讓人感覺遲疑不決、優柔寡斷。

這4個類型的行為特徵其實在每個人身上都有，只是哪一種行為表現比較多而已，而且會隨不同場合及環境改變。在個人層面，認識自己的行為特徵，在遇到問題時可以更快和更有效地作出反應。在人與人的合作層面，可以更容易明白每個人的行為模式怎樣影響他們的辦事能力和表現，從而發掘各人身上的長處。

作者為美國心理學會會員