



從性格透視到教練陪伴 工作坊

2019年5月18日



講者介紹

- 李秀霞 Elsa

Personality Dimensions® Facilitator (Level 1)
Corporate Coach U-Licensed Facilitator
Professional and Corporate Coach



- 伍倩兒 Kumi

Personality Dimensions® Facilitator (Level 1)
Corporate Coach U-Licensed Facilitator



工作坊內容

- 認識性格透視® (**Personality Dimensions®**)
- 增加對自己和他人認識
- 教練的有效溝通模式
 - 發現式提問® (**Discovery Questioning®**)
 - 情境式聆聽® (**Contextual Listening®**)

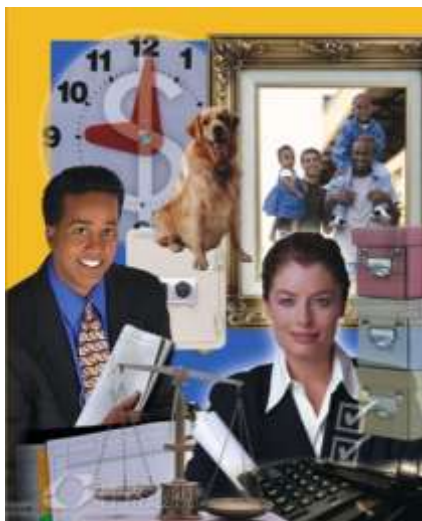




试用一个性格形容词
来介绍自己
(3人一組)

選擇您喜歡的圖畫

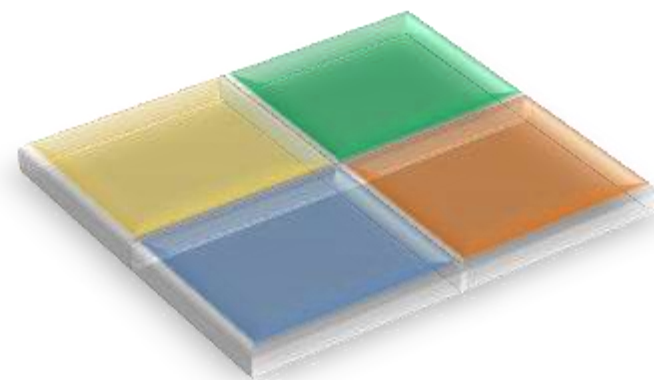
- 選您喜歡的圖畫



什麼是性格？

不同性格的人，往往...

- 有不同的**需要**
- 有不同的**價值觀**
- 有不同的**壓力源**
- 有不同的**能力**



教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離。（箴22:6）



性格可改變嗎？

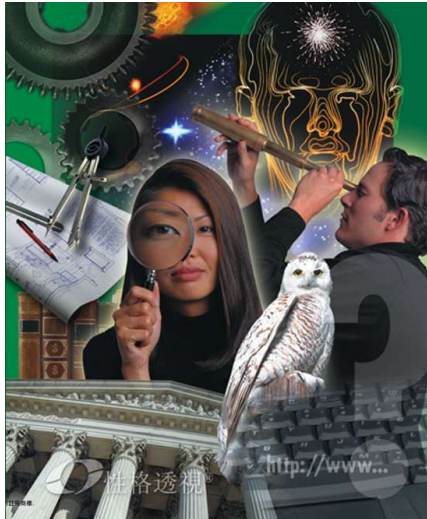
- 性格（Personality）：
 - 個性（character）
 - 秉性（temperament）

Character	Temperament
軟體	硬體
養成的、學習的	天賦的、不能追求
可以變化的	一致的、穩定的
秉性與環境互動的結果	是性格的藍圖、核心



討論圖畫細節意思

- 討論圖畫細節意思



探究型

- 智慧、洞悉事物
- 對複雜事物有興趣
- 有遠見
- 從腦（思考）出發
- 有猛省頓悟的主意
- 對智力的追求
- 想理解「為甚麼」
- 想知道事物的運作原則
- 對事物的原理感興趣
- 以宏觀角度看事物



組織型

- 重視家庭及歸屬感
- 有時間觀念、需要安排
- 渴求經濟穩定
- 責任和專業精神
- 承諾－要完成的事項
- 需要公平、公正
- 需要安全
- 有條理、有計劃、
著重細節



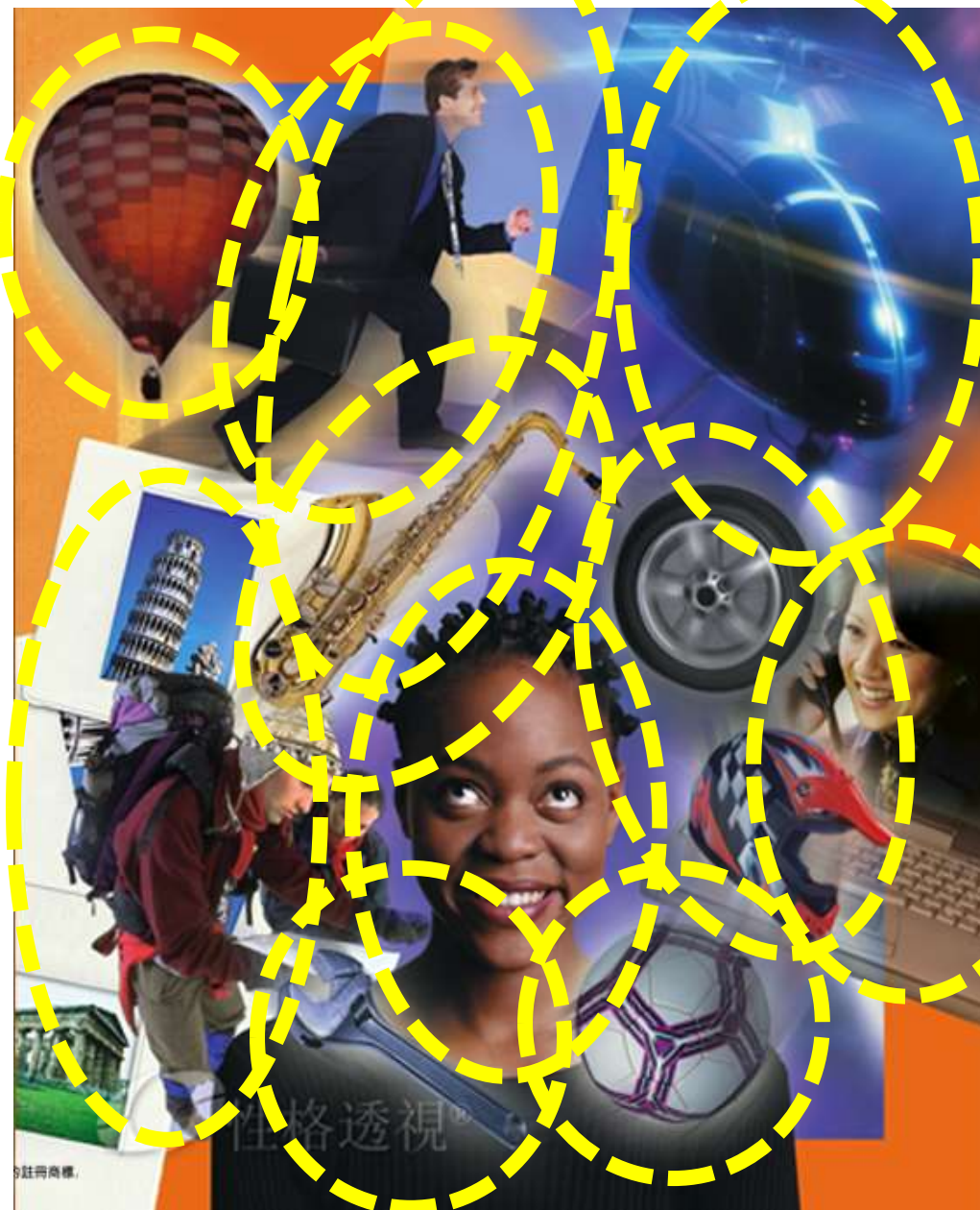
真我型

- 和平、融洽和合作
- 重視精神的本質
- 友好、親切
- 有創意、喜愛藝術
- 需要人與人的聯繫
- 關係中的愛、溫暖
- 熱愛大自然和關注生態環境



多謀型

- 幹勁十足、率性自然
- 自由、無拘無束
- 喜歡迅速辦理事情
- 有良好的危機處理能力
- 喜愛冒險、探索
- 保持工作的人際網路
- 能同時處理多項任務
- 熱衷參與比賽
- 喜愛娛樂
- 行動迅速
- 能靈巧使用不同工具



標籤與取向

- 性格透視® 與取向有關，而非與標籤有關
- 關於人的相同與相異
- 學習欣賞這些同異
- 提升自尊並改善人際溝通

性格透視®只是一種工具！



每個人的性格就像

多彩的格子圖案！

知己知彼 有助溝通

那些因受管教而經歷過鍛鍊的人能夠結出平安的果子，過著正直的生活。
(希伯來書12:11)



有效溝通模式

- 發現式提問® (Discovery Questioning®)

提出清晰明確問題的系統性步驟.

幫助個人自己發現答案.

- 聆聽情境線索
- 提出問題,幫助個人自己發現答案
- 繼續聆聽,並有效運用沈默
- 確保您提出的問題有的放矢,並推動詢問過程



發現式提問®特徵



- 簡短
- 清晰
- 開放式問語

(什麼? 怎樣? 如何? 何時?...)

- 避免問 “為什麼?”
- 避免用限制式詞語 “應該” “必須”

小組練習

- 3人一組
- A,B,C每人輪流分享一個近日比較困擾的情況。
- A分享後, B和C給與1-2個發現式提問,
- 如此類推)



有效溝通模式(續)

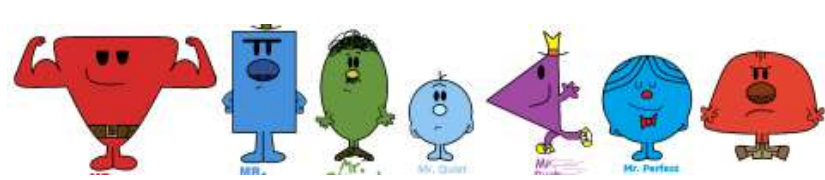
- 情境式聆聽®
(Contextual Listening®)



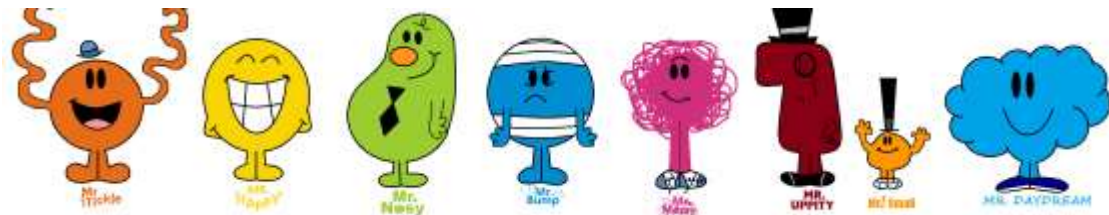
一種聽話知音的方法

(listening beyond the words)

察覺全部 有待聽到 和 聽懂 的內容



- 3人小組
- 試用各三個性格形容詞來形容其他兩位組員



總結分享

- 您的感受.....
- 您最深刻.....



世界上沒有完美的人

只有努力做到最好的人

有您陪伴就是最好！



感恩!

感謝!