

# 自我介紹

## 賀德崇

東吳大學  
國貿系 兼任講師

台北商業大學  
企管系 兼任講師

致理科技大學  
企管系 兼任講師

統計、管理數學、資訊管理  
網路應用、電子商務

講師證書：  
第092297號

2005  
↓  
now

崇耀國際(股)  
總經理

國立成功大學  
工業管理碩士

95,96年軟體協會短診  
輔導顧問師 (企業e化輔導)  
(輔導廠商榮獲政府最高補助)

資策會應用軟體專案開發  
人才課程講師

巨匠數位學習中心 講師

# 勇敢築夢

## 發現我的競爭優勢

賀德崇

# 希望將來你不會和他一樣.....

開復老師：

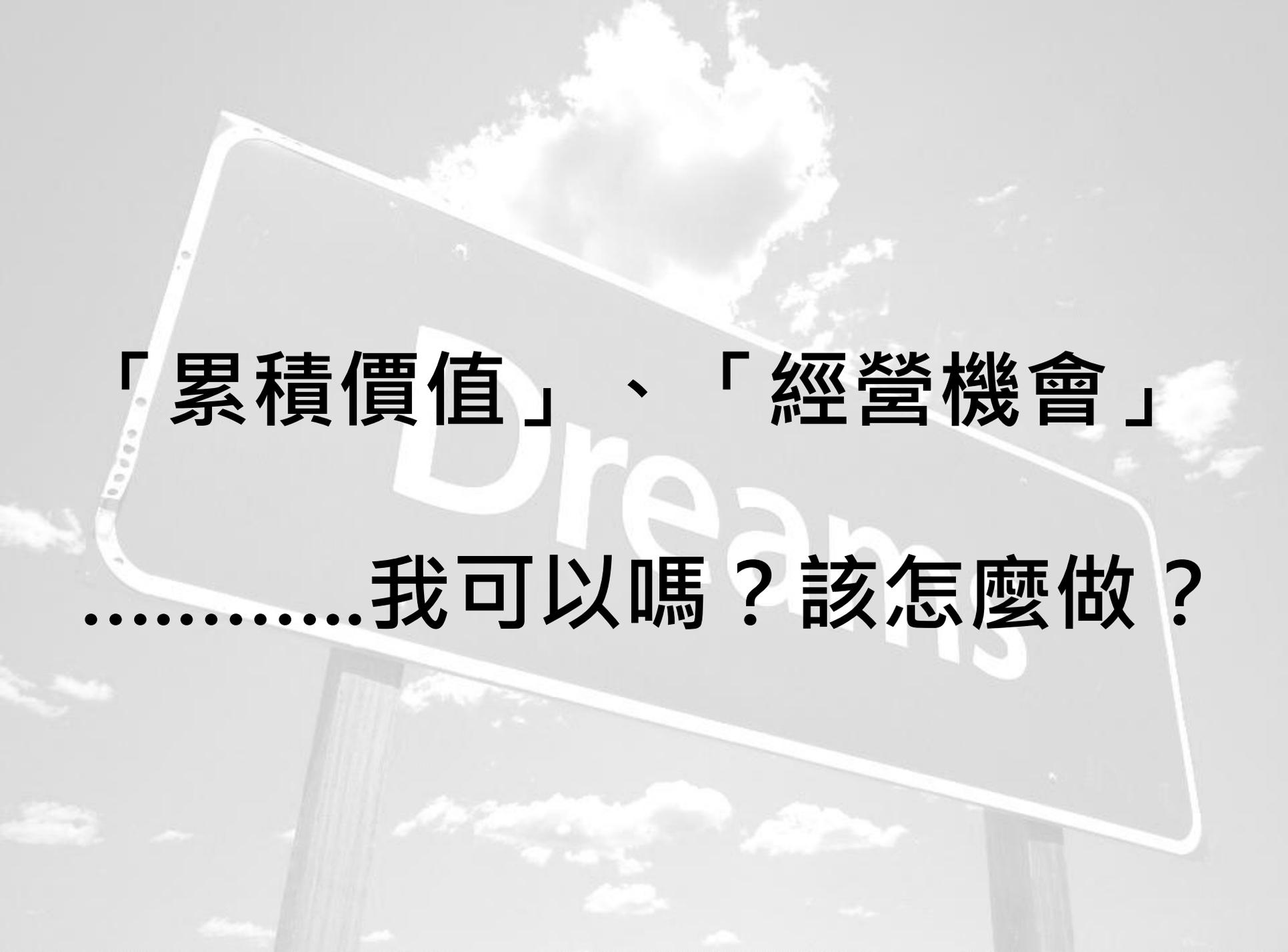
就要畢業了。回頭看自己所謂的大學生活，  
我想哭，不是因為離別，而是因為什麼都  
沒學到。我不知，簡歷該怎麼寫，若是以  
往我會讓它空白。最大的收穫也許是.....  
對什麼都沒有的忍耐和適應.....。

A green road sign with the word "Dreams" written in white, set against a blue sky with white clouds. The sign is mounted on a wooden post and has a white border with small circular patterns.

Dreams

你現在的夢想是什麼？

不管選擇是什麼，  
遲早要進入這個  
「職場」社會大學



**「累積價值」、 「經營機會」**

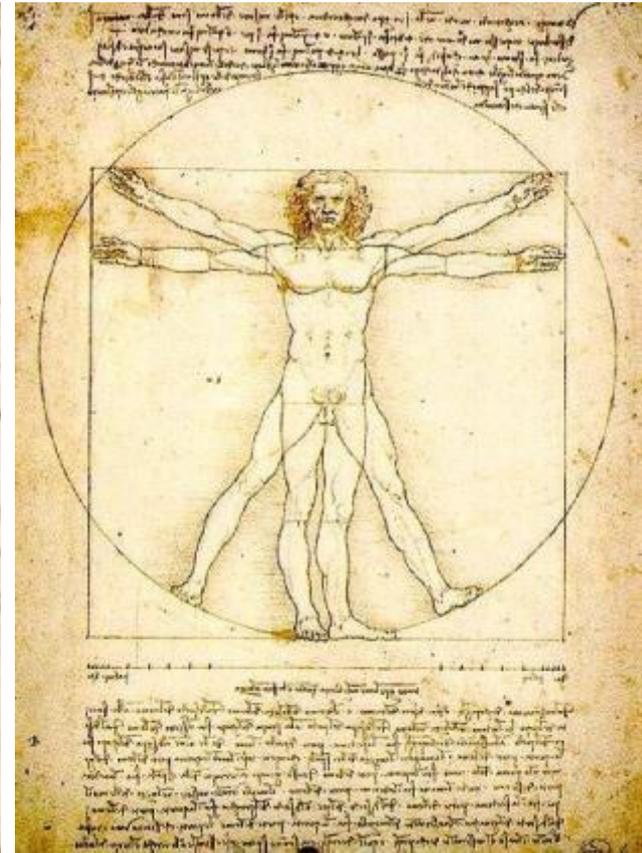
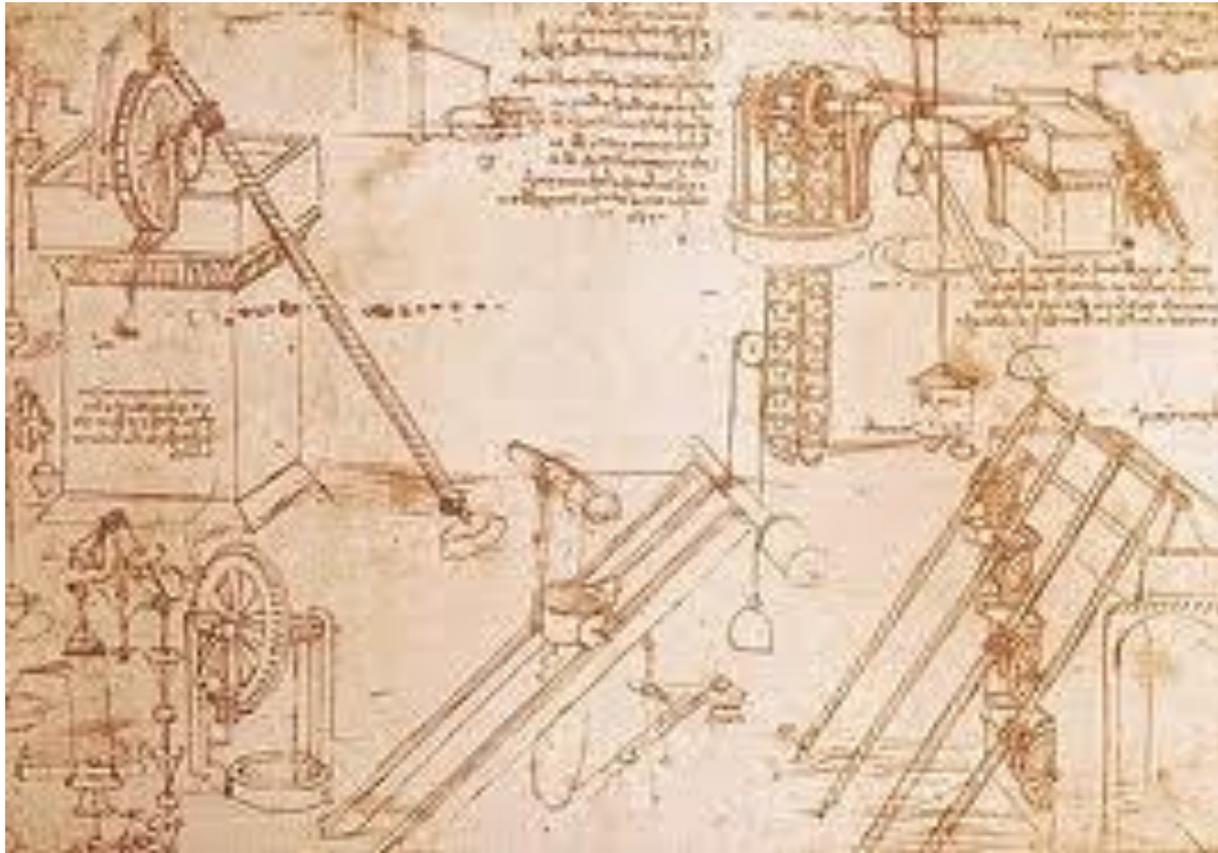
**.....我可以嗎？該怎麼做？**

# 善用網路的影響力



當有人在網路上搜尋你的名字時，  
你希望出現的是什麼連結？

# 如何證明自己特色、專長、自信、 有**面對問題與解決問題的能力**？



圖片參考：達文西手稿

# 如何創造對個人有利的情境？



職場上可能對你有興趣的主管想進一步瞭解你...

用履歷表？用電子履歷？



公領域



私領域



# 正式場合你會希望以何種方式出現？



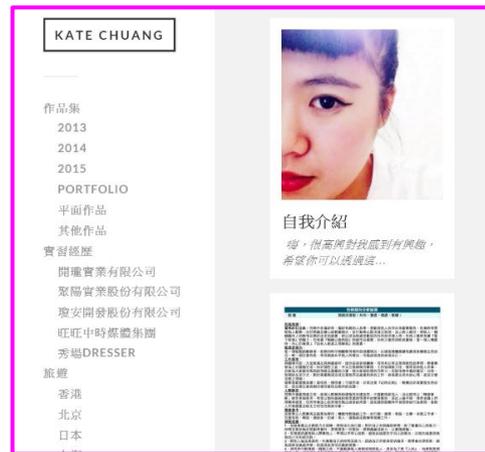
## 在學生時期如何開始？

# 從「學習平台」到「個人品牌」網站

在學期間

畢業前

畢業後



學習紀錄、能力履歷  
個人能力培養與證明  
個人圖書館  
紀錄創作過程  
建構個人品牌宣言  
累積個人價值主張  
展示創意人才完整資訊

個人品牌透明度  
展現創客的成果  
專業水準展現  
創業願景與事業計畫

品牌曝光與價值傳遞  
進行網路行銷  
增加網路世界的可見度  
發展通路經濟體

# 利用學習平台呈現你的「學習價值」



學習回饋  
分享

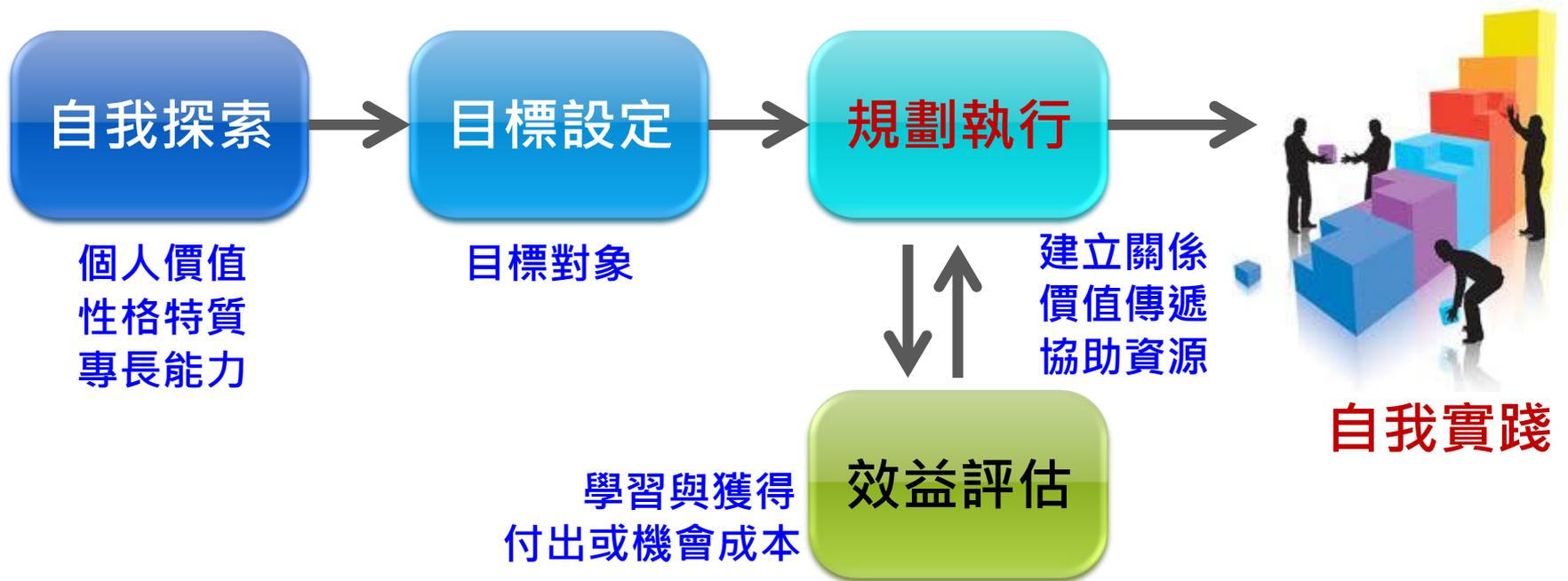
+

個人特色  
或能力

=

學習價值

# 進程序序步驟



發現自己的競爭優勢  
~ 瞭解特質能力，發揮專長興趣

# 自我探索

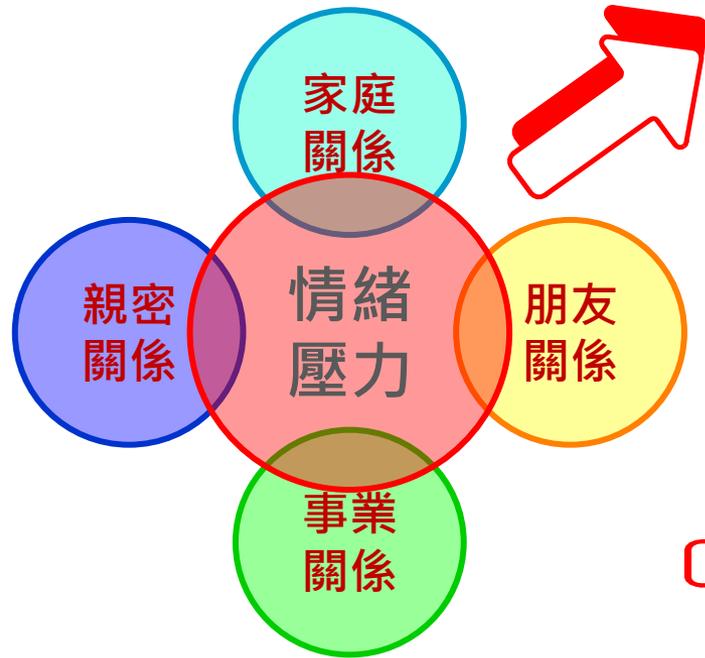
## 發現我的競爭優勢

~ 瞭解自己的特質能力，發揮專長興趣

# 性格特質探索 ~ 瞭解人格特質



性格模式



情境互動



心理基本需求

# 性格特質探索 ~ 性格特質分析

## 四對性格傾向

強



弱

弱



強

外向型[E]

內向型[I]

實感型[S]

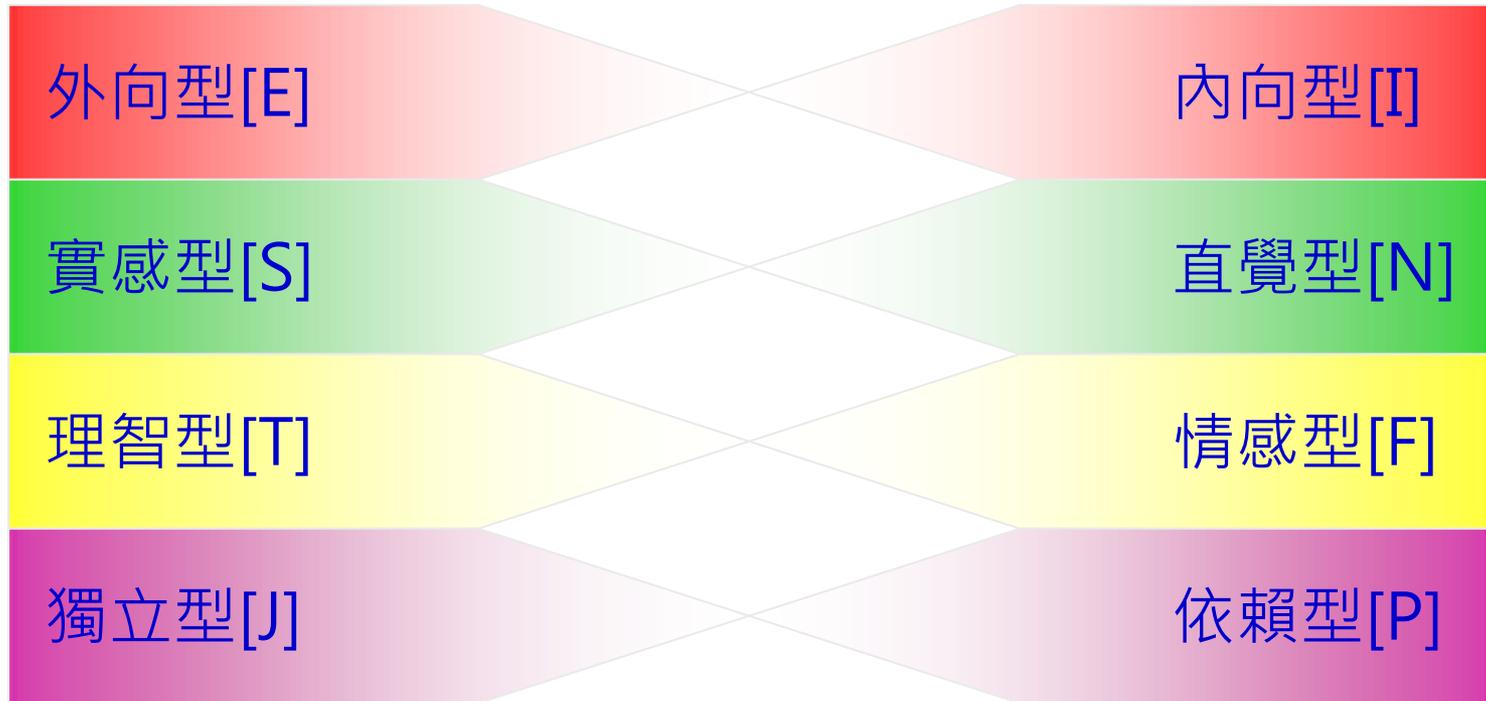
直覺型[N]

理智型[T]

情感型[F]

獨立型[J]

依賴型[P]



# 性格特質探索 ~ 彩跡鑒診

〔 測知潛意識中人生劇本的各种優缺點記錄及傾向 〕

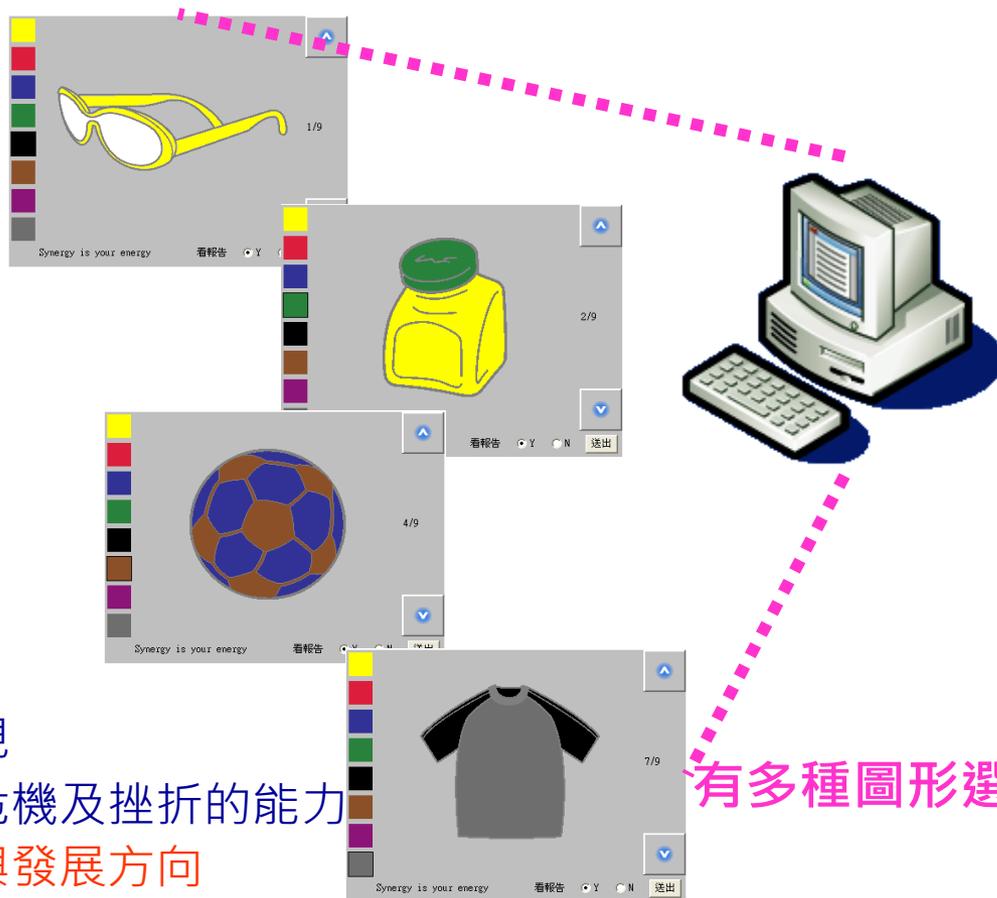
## 彩跡潛意識的表現

### 適應情境傾向

- \* 個性中之情緒盲點
- \* 情境中受挫之情緒表現
- \* 負面情緒感受之程度
- \* 個性模式與生涯方向
- \* 有形無形之防禦程度
- \* 人際關係

- \* 基本學習能力表現
- \* 處理內心不安、危機及挫折的能力
- \* 工作基本準備度與發展方向

### 解決問題傾向



有多種圖形選擇

# 性格特質探索 ~ 圖跡鑒診

〔 偵測潛意識中之認知與感受紀錄 〕

## 圖跡潛意識的表現

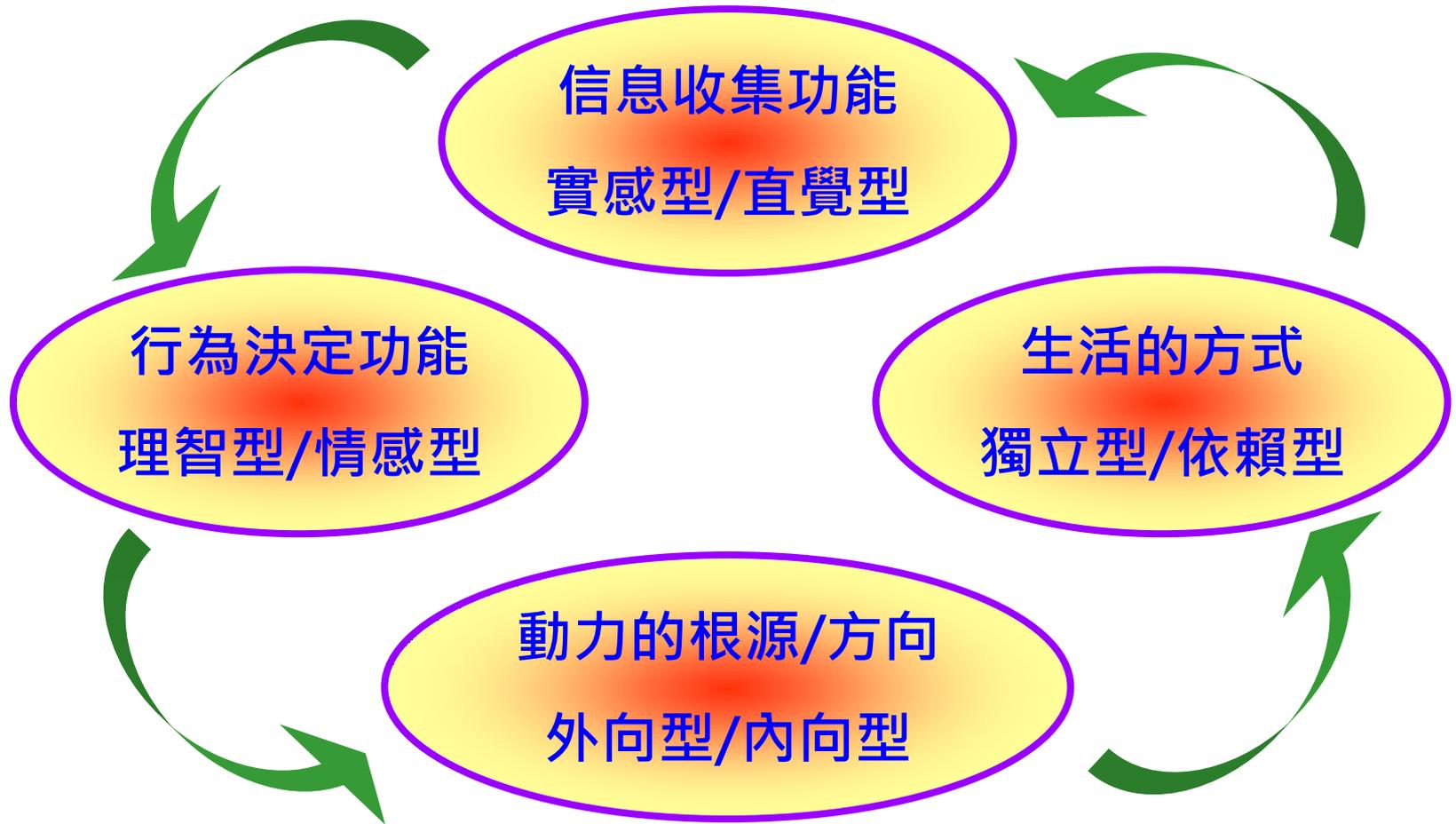
與外在情境互動  
的潛在性格

- \* 性格傾向、潛在欲求
- \* 心理基本需求程度
- \* 防禦傾向、人際互動
- \* 社會情境適應度、協調度
- \* 決斷力



同一類圖形  
配對選擇

# 性格特質探索 ~ 性格的運作



# SI評量結果說明

# 性格傾向主要特徵

## 透過心理學的四對性格(榮格)作為科學化之行為分析

### ◎ 適應性 → 對環境趨近或適應性的程度

強 → 弱

---

外向型[E] ↔ 內向型[I]：面對適應環境,自我動力、驅動的根源

獨立型[J] ↔ 依賴型[P]：在所面對的環境下，生活方式的傾向

### ◎ 敏感性 → 對情境敏感性或情緒化的程度

弱 ← 強

---

實感型[S] ↔ 直覺型[N]：對情境資訊的收集方式，對事情的認知

理智型[T] ↔ 情感型[F]：認知情境後，自我行為的決定能力

# 性格傾向主要特徵：動力的根源、方向

## 外向型

+2

象徵代表：嘴

主要特徵：傾向於先說後想，行動常優於思考，廣度優於深度；容易心不在焉。喜歡參加會議時積極發表自己之意見，如果沒有陳述自己之觀點，會很不爽快並喜歡與大家一起腦力激盪。

精力來源：人群

時間認知：時間是可以被征服及利用的，預留與人交流的時間

情緒念頭：當歡樂聚會結束之後會感到一股莫名之失落感

+1

衝突對話：我在向你解釋，你到底有沒有聽

## 內向型

-1

象徵代表：耳

主要特徵：習慣先思後行，容易給別人『靦腆』的印象  
參加完會議或社交活動之後，需要獨處恢復精力

精力來源：單獨充電

時間認知：時間是一種概念，給沉思的時間

情緒念頭：一想到要參加這個活動就感到緊張

-2

衝突對話：你只會到處宣揚，下次不告訴你了

# 性格傾向主要特徵：資訊收集

## 實感型

-2

-1

**象徵代表：**手(看得見，摸得到)

**主要特徵：**慣於依事實，具體數據進行工作，喜歡有明確指令與具體的問題與答案。

**事物認知：**習慣以眼見為憑做為對事情之認知，較缺乏全面性構想。

**時間認知：**時間就是現在，是精準的，是絕對的。

**情緒念頭：**這個計劃都還不清不處就要執行，讓我很質疑。

**衝突對話：**不交待清處，就憑你這豬腦袋，你會懂嗎？

## 直覺型

+1

+2

**象徵代表：**腦(未來/未知感興趣)

**主要特徵：**好出謀劃策略，做是另一回事，對未來發展可能性較感興趣，喜歡探索事物背後的關聯。

**事物認知：**習慣以可能性做為對事情之認知，傾向籠統方式的回答

**時間認知：**時間是一種未來性，時間是相對的

**情緒念頭：**我很訝異這麼簡單的計劃怎麼還有人聽不懂

**衝突對話：**少囉唆，請講重點好嗎

# 性格傾向主要特徵：行為決定

## 理智型

-2

-1

**象徵代表：**事(行事堅定直接，不囉嗦)

**主要特徵：**自許真理愈辯愈明，以自己的客觀公正自豪，與他人意見不合，會直接告訴對方。喜歡探究把事情搞清楚!!!

**時間認知：**時間是一種可運用資源，運用於處理事情之資源

**情緒念頭：**我對這會議所作的決策過程感到憤怒

**衝突對話：**我也沒說什麼，你幹麻哭嗎？小題大作！

## 情感型

+1

+2

**象徵代表：**人(非常在乎別人感受)

**主要特徵：**做事傾向自我色彩；寧願息事寧人，不求爭辯是非，非常在乎別人的感受，過於滿足別人的要求。在決定事情，傾向主觀感受。

**時間認知：**將時間定義於人時間是人與人之間的一種關聯

**情緒念頭：**這件事情的結果讓我感到悲傷。寧願息事寧人。

**衝突對話：**說話那麼傷人，真沒良心！容易出爾反爾之觀感。

# 性格傾向主要特徵：生活方式

## 獨立型

+2

象徵代表：剛(講究秩序)

主要特徵：做任何事都井井有條，陳述個人意見時，易被誤會你火氣大，講究秩序，喜歡分門別類，有系統擺設

時間認知：時間是一張時間表，時間是可以計劃和控制的，做事喜歡一氣呵成。

情緒念頭：我很討厭沒有在規劃裡的事情發生

+1

衝突對話：不是早說好了嗎？怎麼到現在還沒動作！

## 依賴型

-1

象徵代表：柔(習慣做最後一秒鐘的廝殺)

主要特徵：做事容易依興趣而為，不求絕對明確，常『視情況而定』，喜歡嘗試新東西，常選擇不同方式處理同一事情

時間認知：時間是可以彈性並允許增加的

情緒念頭：我很懊悔當初沒有早一點準備

-2

衝突對話：你以為你是誰阿！你說了就算了嗎？

# 性格與工作的關聯案例

性格特質	職業適性參考
<p>謹慎小心型 (外向、直覺、情感、依賴)</p>	<p>宜從事具文化產業、社工服務及幕僚性質之工作。 如：社會福利、心理諮詢、作家、藝人或執行秘書、專業顧問、人力資源...</p>
<p>開朗活潑型 (外向、實感、情感、依賴)</p>	<p>宜從事以人際關係為導向、機動性強的工作。 如：業務推展、公關、宗教工作者、兒童保育、導遊、演講家、記者、商人、運動員或教練等相關工作。</p>
<p>率直情感型 (外向、實感、理智、依賴)</p>	<p>宜從事靈活度高及具挑戰性的工作。 如：律師、證券經紀人、科學家、機械類及教育性質、管理人員、探險家、導遊、產品經理、講師、記者...</p>
<p>細膩敏銳型 (內向、直覺、理智、依賴)</p>	<p>宜從事審查、制定各項規則及企劃性、創造性和挑戰性的工作。 如：作家、編輯、藝術家、社會科學工作者、律師、程式師、高校教師...</p>
<p>深思熟慮型 (內向、直覺、情感、依賴)</p>	<p>宜從事以服務性質及安定性高的工作。 如：會計、教師、社會福利、心理學家、行政工作者、室內設計師、檔案管理人員、政治家...</p>

# 性格傾向與時間管理

## 獨立型〔J〕

時間是用來『管理』的

事先計畫才安心

喜歡按部就班、照表操課

工作第一，娛樂第二

不太願意花時間在休閒娛樂上

## 依賴型〔P〕

時間是用來『適應』的

隨遇而安、彈性大

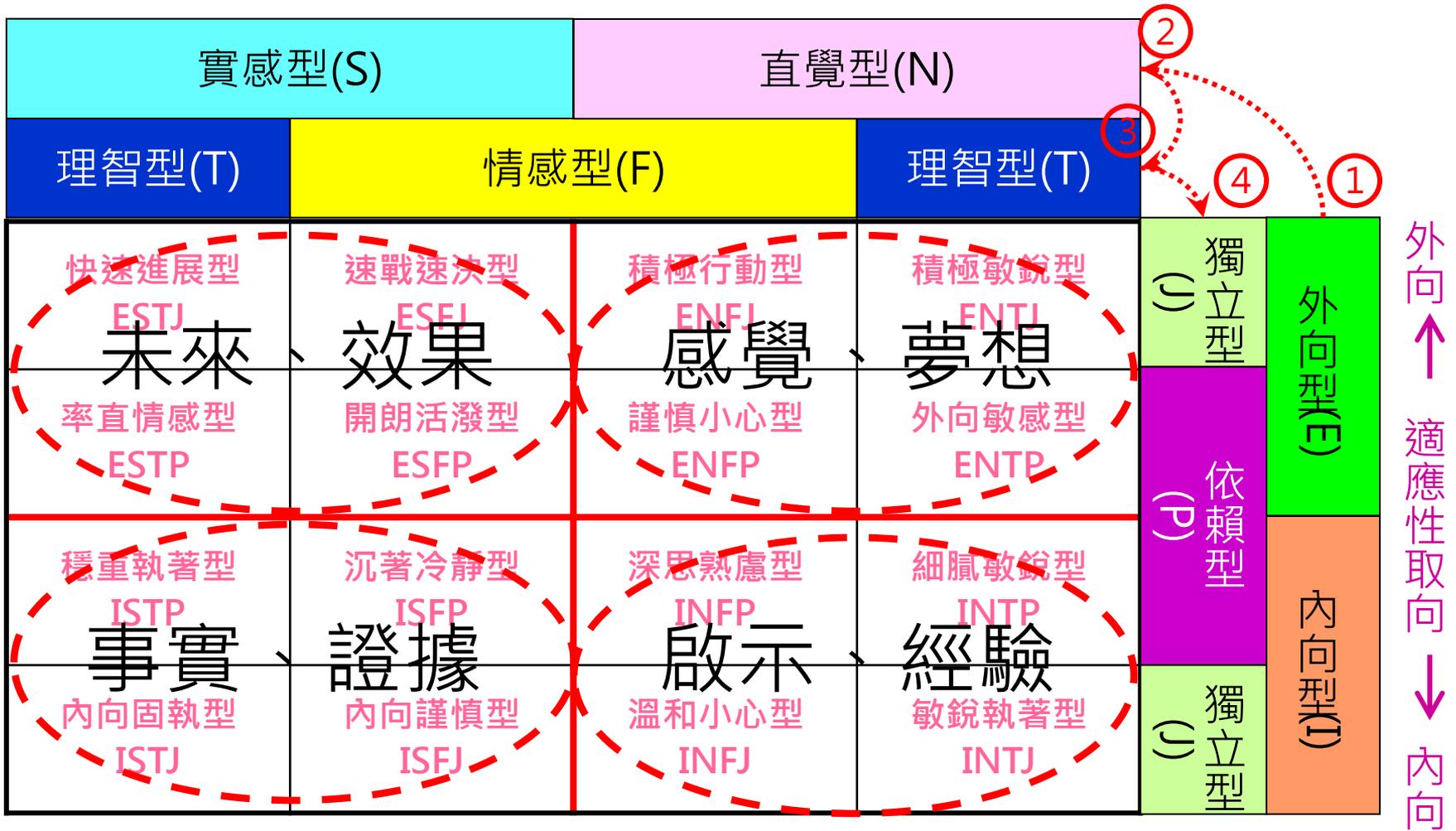
不事計畫，習慣做後一分鐘廝殺

寓娛樂於工作

不願花太多時間在艱苦的任務上

# 不同性格的話題內容

低敏感 ← 感性取向 → 高敏感



# 不同性格的內心規則

低敏感 ← 感性取向 → 高敏感

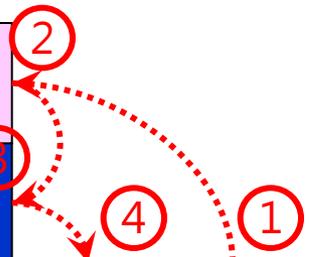
實感型(S)		直覺型(N)			
理智型(T)	情感型(F)		理智型(T)		
快速進展型 ESTJ	速戰速決型 ESFJ	積極行動型 ENFJ	積極敏銳型 ENTJ	獨立型	外向型(E)
率直情感型 ESTP	開朗活潑型 ESFP	謹慎小心型 ENFP	外向敏感型 ENTP	依賴型	
穩重執著型 ISTP	沉著冷靜型 ISFP	深思熟慮型 INFP	細膩敏銳型 INTP	獨立型	內向型(I)
內向固執型 ISTJ	內向謹慎型 ISFJ	溫和小心型 INFJ	敏銳執著型 INTJ		

有企圖心

很熱情

很小心

有耐心



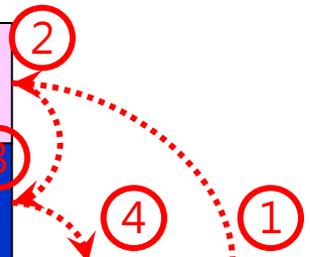
外向 ↑ 適應性取向 ↓ 內向

# 不同性格的心理重視

低敏感 ← 感性取向 → 高敏感

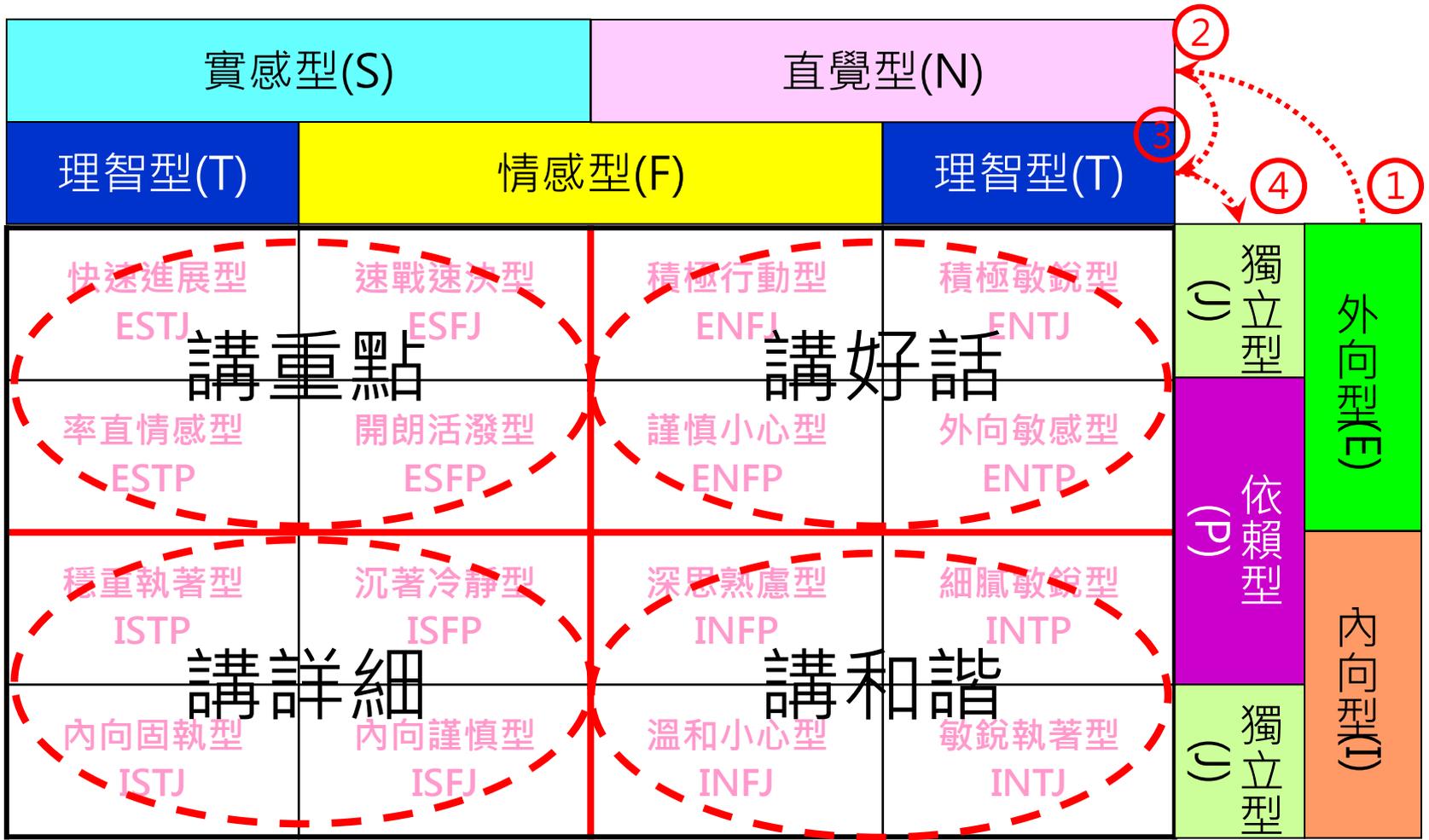
實感型(S)		直覺型(N)			
理智型(T)	情感型(F)		理智型(T)		
快速進展型 ESTJ	速戰速決型 ESTJ	積極行動型 ENTJ	積極敏銳型 ENTJ	獨立型	外向型(E)
率直情感型 ESTP	開朗活潑型 ESFP	謹慎小心型 ENFP	外向敏感型 ENTP	依賴型	
穩重執著型 ISTP	沉著冷靜型 ISFP	深思熟慮型 INFP	細膩敏銳型 INTP	獨立型	內向型(I)
內向固執型 ISTJ	內向謹慎型 ISFJ	溫和小心型 INFJ	敏銳執著型 INTJ		

外向 ↑ 適應性取向 ↓ 內向



# 不同性格的溝通模式

低敏感 ← 感性取向 → 高敏感



# 性格特質傾向與壓力管理

## 外向型〔E〕

**情緒念頭**：當歡樂聚會結束之後，容易感到一股莫名之失落感。

**壓力來源**：對缺乏外在聯繫空間而產生壓力。

**舒壓方式**：表達交談與分享機會。

## 內向型〔I〕

**情緒念頭**：一想到要參加活動就感到緊張。

**壓力來源**：對缺乏適度的思考空間而產生壓力。

**舒壓方式**：獨處反省與自我調節之機會。

# 性格傾向衝突管理

## 理智型〔T〕

經常保持冷靜、客觀，不在乎  
決策棘手問題

與他人意見不合，會直截了當  
告訴對方

自許真理愈辯愈明，以自己的  
客觀公正自豪

認為明辨是非要比是否受人歡  
迎重要

不喜歡婆婆媽媽，行事堅定直接

## 情感型〔F〕

非常在乎別人的感受

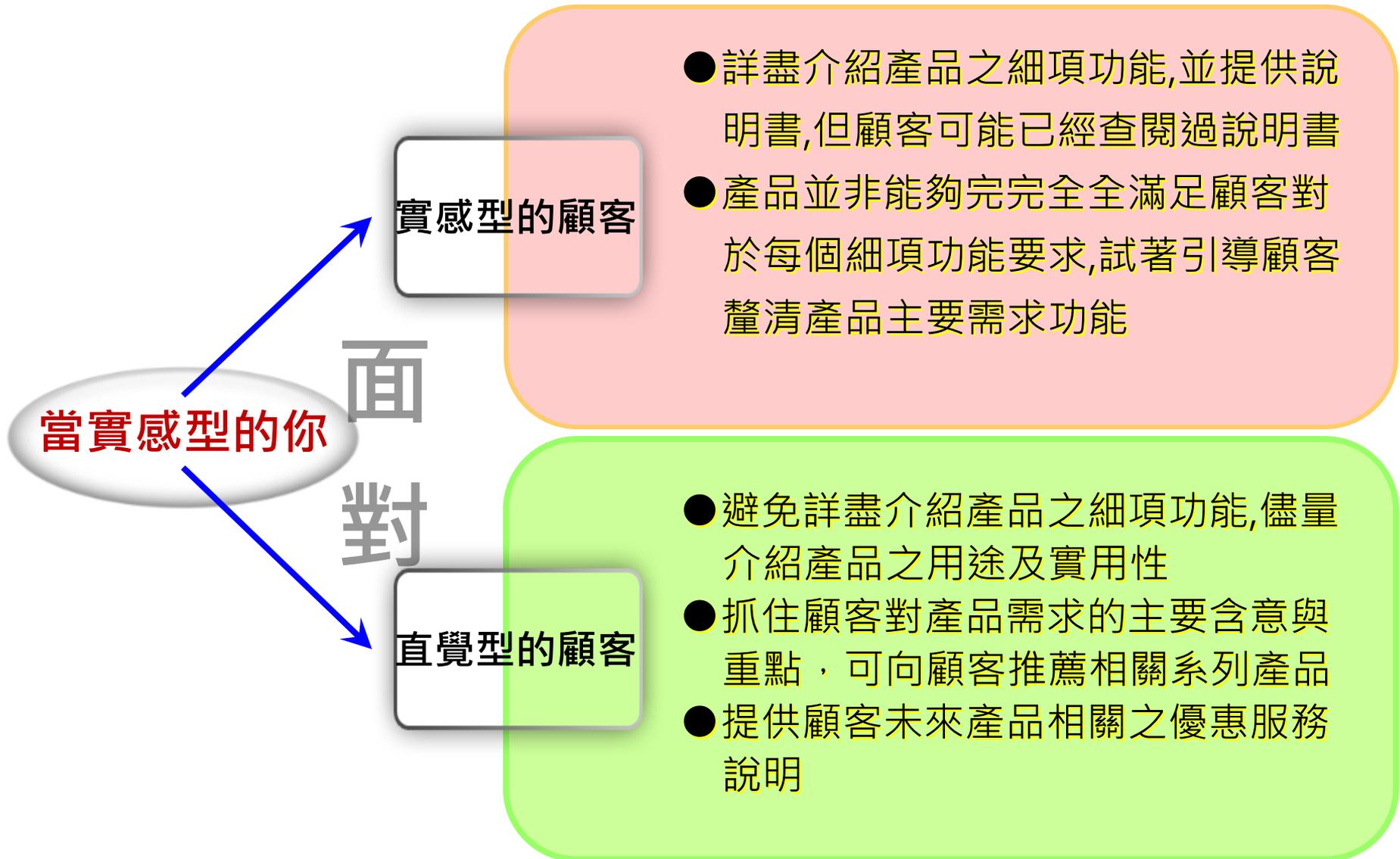
過於滿足別人的要求

儘管知道有些人是利用你，你  
還是助人為樂

做事傾向自我色彩；寧願息  
事寧人，不求爭辯是非

容易出爾反爾；猶豫不決

# 性格特質傾向與銷售管理



# 我的創意特質

## 實感型[S]

- 容易從過往經驗、實做過程中發掘出創意（「做」）
- 創意的內容比較傾向具體事物的相關性（例如改善功能）
- 垂直思考型
- 創意的延伸、發想容易陷入「點」（深度）的思維，缺乏關聯性

## 直覺型[N]

- 任意的發想，創意比較像是一個概念、空談（「想」）
- 創意的內容會有很多關聯性，彼此感覺發散不相關
- 水準思考型
- 創意的構思偏向「面」（廣度）的思維，較缺乏細節、作法的想法

# 適合開創市場的特質

外向型[E]



直覺型[N]

獨立型[I]



## 圖跡燈號顯示

出現在報告中代號：**A1**、**A2**、**A3**、A4、**A5**、A6、**A7**

-  (綠燈)：沒有出現上述項目
-  (黃綠燈)：出現A4、A6中任一單項
-  (黃燈)：出現**A2**、**A3**、**A5**、**A7**任一單項
-  (紅黃燈)：狀況一～出現**A1**單項  
狀況二～**A2**、**A3**、**A5**、**A7**任兩項出現
-  (紅燈)：狀況一～**A1**與**A<sub>n</sub>** (n=2,3,5,7)任一同時出現  
狀況二～**A2**、**A3**、**A5**、**A7**任三項或全部同時出現

## 彩跡燈號顯示

出現在報告中代號：**B1**、**B2**、B3、**B4**、B5、B6、B7、B8、**B9**

-  (綠燈)：沒有出現上述項目
-  (黃綠燈)：B3、B5、B6、B7、B8中任一項
-  (黃燈)：出現**B1**、**B2**、**B4**、**B9**任一單項
-  (紅黃燈)：**B1**、**B2**、**B4**、**B9**任兩項皆有出現
-  (紅燈)：**B1**、**B2**、**B4**、**B9**任三項或全部同時出現

# 客觀瞭解自己對情境狀況的反應～彩跡報告

案例： 2. 情境中遇到挫折時的情緒表現

 (遇到挫折時，所做出的相對應行為)

現 況	建議方案
目前正處於混亂動搖的狀態，內心感到焦慮，需要他人的理解與接納，以重新調適。	在這種情況下，不要做任何重大決定，而是先將心情平靜下來，善用身邊的資源，把想法及現況釐清，找到未來努力的方向及目標，並進一步訂定學習計畫，以積極開放的心態接受挑戰，一步一步的往目標方向前進。

# 客觀瞭解自己心理基本滿足程度～圖跡報告

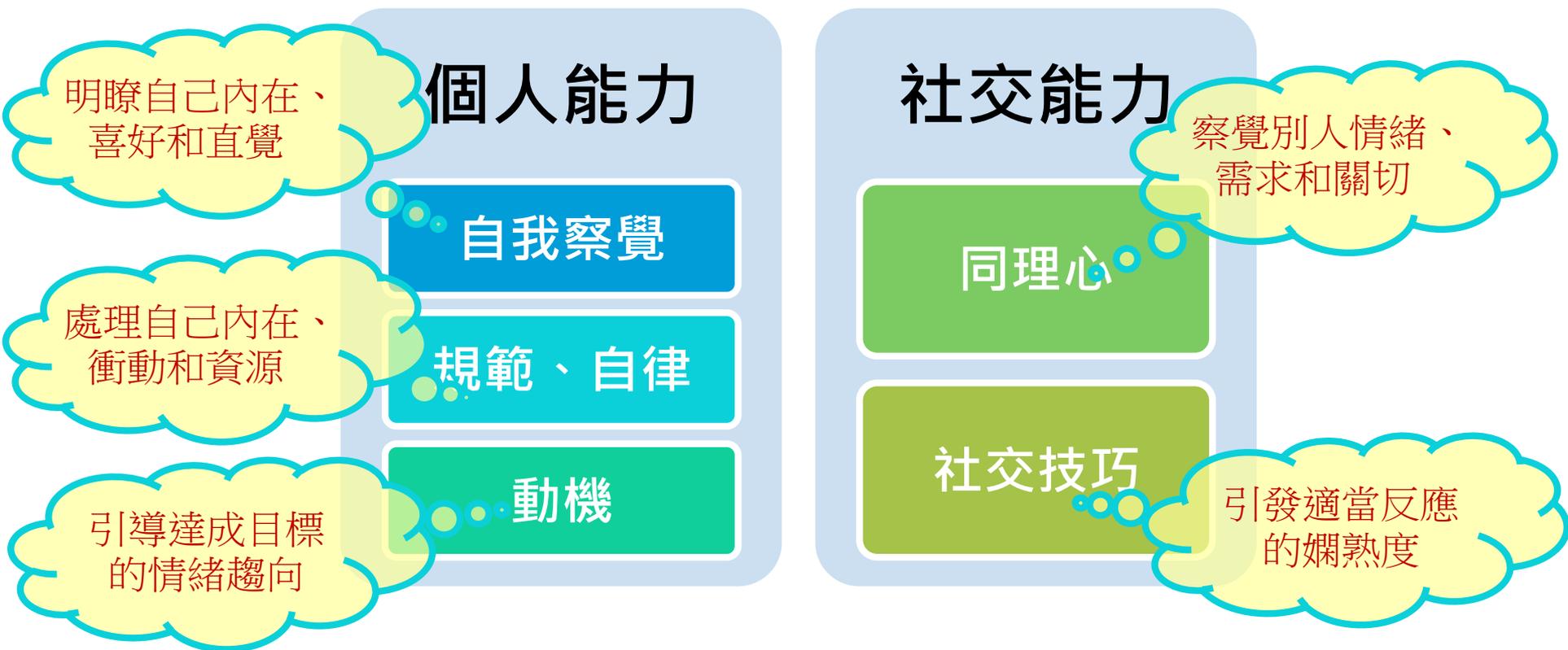
案例：心理基本需求程度



現 況	建議方案
<p>經常為過去或往事所困擾，心理上常有負向感受而呈現焦慮。</p>	<p><b>建議：</b>提升自我覺察能力，抽絲剝繭的探索潛意識中的傷害，而願意去面對、接納；再藉由對自我認知的調整瞭解事情會因情境、人、事、物的改變，而產生不同的變化及結果，一步一步解除心理的障礙。在此期間若面臨重大決策時，請多參考他人的意見並撥出充裕的時間反覆思考，以釐清事情的真相，做客觀的處理。</p>

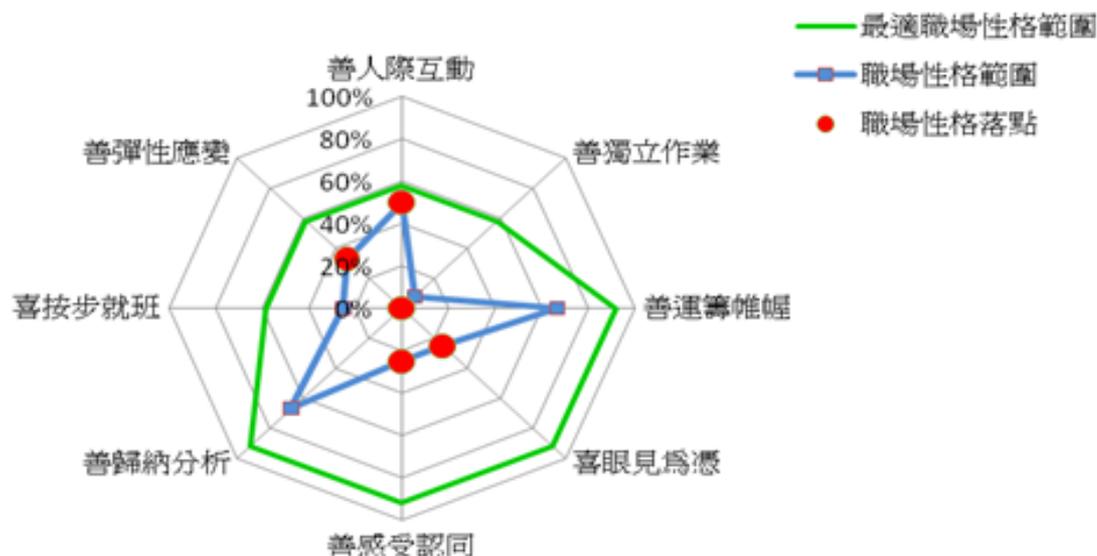
# 做好EQ與情緒管理

- EQ對人一生順利成功發展的貢獻，為一般智力的二倍以上
- 在決定傑出的工作表現上，EQ佔第一位，其次才是智力
- EQ管理的架構：



# 個人職能分析報告

## 職場性格分析



<職場性格落點雷達圖>

### 3. 教育訓練建議

對照您性格上所擅長的特質，與您選擇職務所應該具備主要的職場性格：

您還應該強化有關「善運籌帷幄」與「善歸納分析」的職場特質

所以在教育訓練方面，您可以依照下列建議，依序安排各項有關的強化課程（建議課程可參閱附件一）

- 第一優先：強化有關「善歸納分析」方面的職場性格特質；
- 第二優先：強化有關「善運籌帷幄」方面的職場性格特質；
- 第三優先：強化有關「善按步就班」方面的職場性格特質；

# 性格特質應用

生活表現

時間管理

認知價值

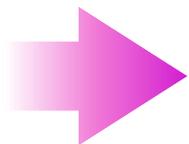
壓力管理

溝通模式

衝突管理

目標管理

學習管理



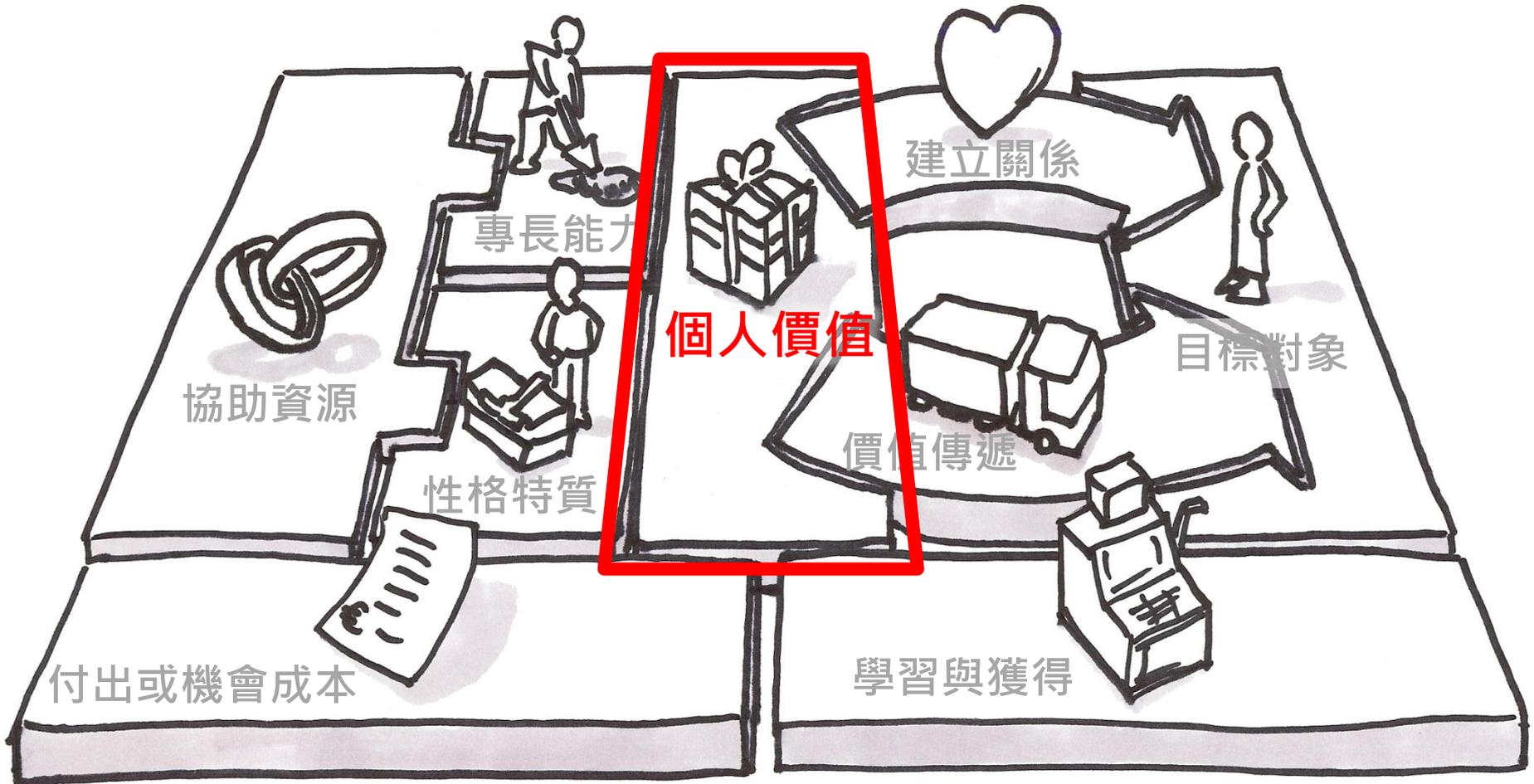
個人「職能報告」都有說明建議

# 探索個人價值

發掘被塵封、被忽略的天賦能力  
學習與強化個人在生涯、職涯的價值

# 個人目標解析

( 應用商業模式畫布 · Business Model Canvas )



什麼是「個人價值」



在探索「個人價值」之前，  
先確認.....

**「價值」由誰來認定**



# 誰來衡量你的「價值」？



# 先為「價值」的認定下個註解

在某特定情境或條件下，

**關注者**對個人的天賦、能力、經驗、  
專長與特質等，

所產生**相對的認同感與評價**；

但會因人、因事、因時的不同而有差異。



**開始探索你的個人價值**

# 「發現我的天才」

Buckingham與Clifton合著，蔡文英 譯，商業週刊

蓋洛普三十年來，持續針對各行業的卓越人士進行系統化調查，最近一次統計已累積超過兩百萬人。從調查中萃取34種最普遍的天賦項目，稱之為「主導特質」( themes )，**透過不同的「主導特質」組合，足以解釋人們卓越的表現。**若是從中解析出五種最主要的天賦項目，即為「專屬特質」( signature themes )，可定義為個人最強的能力項目。( Page-XV )

**「人生真正的悲哀不在於缺乏足夠的能力，而在於未能利用與生俱來的天賦。」**( 作者序 )

# 探索個人價值方式一：與生俱來的能力

~ 參考資料：「發現我的天才」、國中學生生涯輔導紀錄手冊

天賦傾向	主導特質	天賦特質說明
有恆心	成就	必須完成某件事才覺的對的起自己，對於追求「成就感」有持續性的需求。這種特質帶給人動力，使人能長時間工作而不知疲倦。
	achiever	
有創意	思維	你喜歡激盪腦力想出新點子解決問題你內向喜歡獨處沉思經常捫心自問並在自己身上測試答案。
	intellection	
適應力強	適應	活在當下，認為現在是由現有的選擇所創造的。不會因為突如其來的要求或是突發狀況而不悅，面對事情非常靈活有彈性，仍能保持良好的做事效能。
	adaptability	
批判性思考	分析	喜歡分析事情，認為觀點理論必須經的起驗證；自認客觀冷靜，喜歡引用數據解釋或推論，並且相信能從中找到模式與關聯。
	analytical	
有自信	自信	對自己的優勢信心滿滿，深知自己是個有能力的人，能冒險，接受挑戰。你不畏懼權威，很有定見，可以承受四面八方的壓力仍保持航向。
	self-assurance	

# 探索個人價值方式一：與生俱來的能力

天賦傾向	主導特質	天賦特質說明
樂觀積極	積極	不吝於讚美別人，總是笑容可掬，注意積極面。熱情具有感染力，在你身旁，會覺得世界更美好
	positivity	
人際洞察	柏樂	能發現別人的潛能，相信沒有人十全十美，但每個人都在「加工中」。你喜歡與人接觸，助人成功
	developer	
有好奇心	蒐集	喜歡蒐集各種無形有形的資訊，覺得一切都值得收藏。不斷蒐集、整理、收納任何資訊，並且樂在其中。
	Input	
善於溝通	溝通	樂於解釋、描述、主持、公開演說，也喜歡寫作。希望傳達思想，會將事件變成故事，會想出完美的措詞。引發別人興趣，開拓別人的視野，並激發其採取行動。
	communication	
有親和力	取悅	喜歡結識陌生人，與人建立交集使你很有成就感，一旦與對方建立關係，便心滿意足罷手向前行。
	woo	

# 探索個人價值方式一：與生俱來的能力

天賦傾向	主導特質	天賦特質說明
領導管理	統籌	有大將之風，觀點形成一定與人分享，目標設定一定說服別人才安心。在和他人合作時，擁有主導重要事情的能力。能在擔任幹部的過程中，擔任領導、管理角色。
	arranger	
成就感	成就	一天結束前必須完成任務才覺得對得起自己。內心燃著一把烈火，完成一件任務時，火勢會稍減，但很快又重燃烈焰，迫使你朝下一個目標邁進。在學習、社團表現中是優秀的。對自己表現很滿意，也受到大家的肯定。
	achiever	
學習自主	學習	熱愛學習，從無知到勝任，執著精進的過程使你能量飽滿。相信學習的結果遠不如過程重要。能自己規劃學習的方式與進度。不受他人的影響與干擾完成每日的學習進度。
	learner	
同理心	體諒	善體人意，能感同身受，憑直覺就能透過他人的眼睛看世界，並分享其觀點。不一定贊同別人的選擇，但能理解。能找到適合的字眼和語調幫助對方表達自己的感覺。
	empathy	

# 從SI評量推論天賦特質傾向

如果SI性格特質是「外向」，可能具有的「天賦特質」有：

劍及履及	善於發號施令	能言善道	好勝
慧眼識英雄	樂觀積極	交心為重	有親和力

如果SI性格特質是「直覺」，可能具有的「天賦特質」有：

統籌帷幄	強烈自我價值觀	能言善道	注重關聯性
繼往開來	有遠見	尊重個別差異	思考周延

.....

# 探索個人價值方式二：對方在意的認知

根據企業老闆最重視員工應有的能力排名如下：

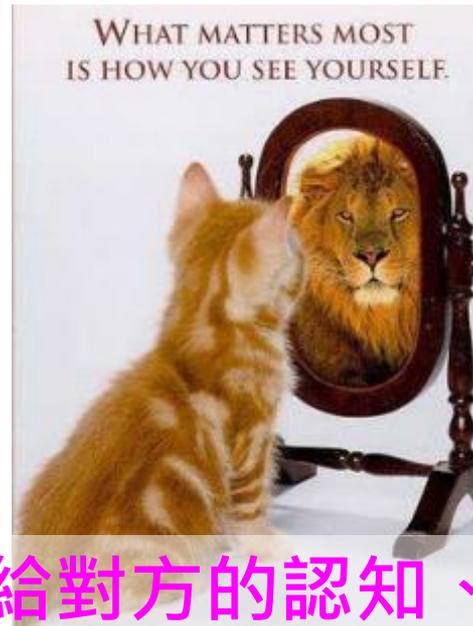
1. **良好學習態度**：謙虛態度、敏銳的觀察、獨立思考，主動維持學習的興趣，安排學習的時間。
2. **發掘及解決問題的能力**：化阻力為動力，在找尋錯誤尋求解答時，覺得興奮，喜歡讓事情「復活」的快感
3. **團隊合作**：能與他人一起完成任務
4. **穩定性及抗壓性**：擁有不受外在因素影響，完成自己應盡的責任以及承受壓力的能力。
5. **溝通表達**：能明確表達自己的想法，並與它們達成共識。

# 探索個人價值方式三：從經驗學習而得



從經驗中學習獲得

轉化成



想給對方的認知、感受

# 我所擁有的特質、能力有.....

請從三種探索「個人價值」方式中，選擇  
至少 12 種「個人價值」項目：

1.	2.	3.	4.
5.	6.	7.	8.
9.	10.	11.	12.
13.	14.	15.	16.

# 利用學習平台呈現你的「學習價值」



學習回饋  
分享

+

個人特色  
或能力

=

學習價值

# 經營「學習平台」為「個人品牌」鋪路

文章分類，  
方便歸類與尋找



## 我的學習分享

- > 全部文章 (18)
- 1 作品集與成果展 (2)
- 2 各科學習感想 (2)
- 3 社團學習 (2)
- 4 社會服務學習 (2)
- 5 興趣與專長分享 (2)

## 個人特色與能力標籤

個人品牌 創新 團隊合作 執行力  
挫折容忍力 溝通協調 邏輯思考 領導 EQ

## 與我聯繫



自己的QR code



「標籤化」

## 個人價值

- 適應力強
- 同理心
- 負責任
- 工作態度
- 解決問題能力
- 穩定度與抗壓性
- 團隊合作
- 思考周延



學習文章



1.寫下你的天賦、特質、能力、專  
長

2.分享你的學習心得





謝謝各位的聆聽