

職場風格量表

展開我的風格藍圖

講師介紹 - 楊道淵



職涯規畫師 楊道淵

擺渡系統設計 研發分析師

教育部大考中心 國教改革研究助理

輔仁大學人才測評與職場研究中心 助理
研究員

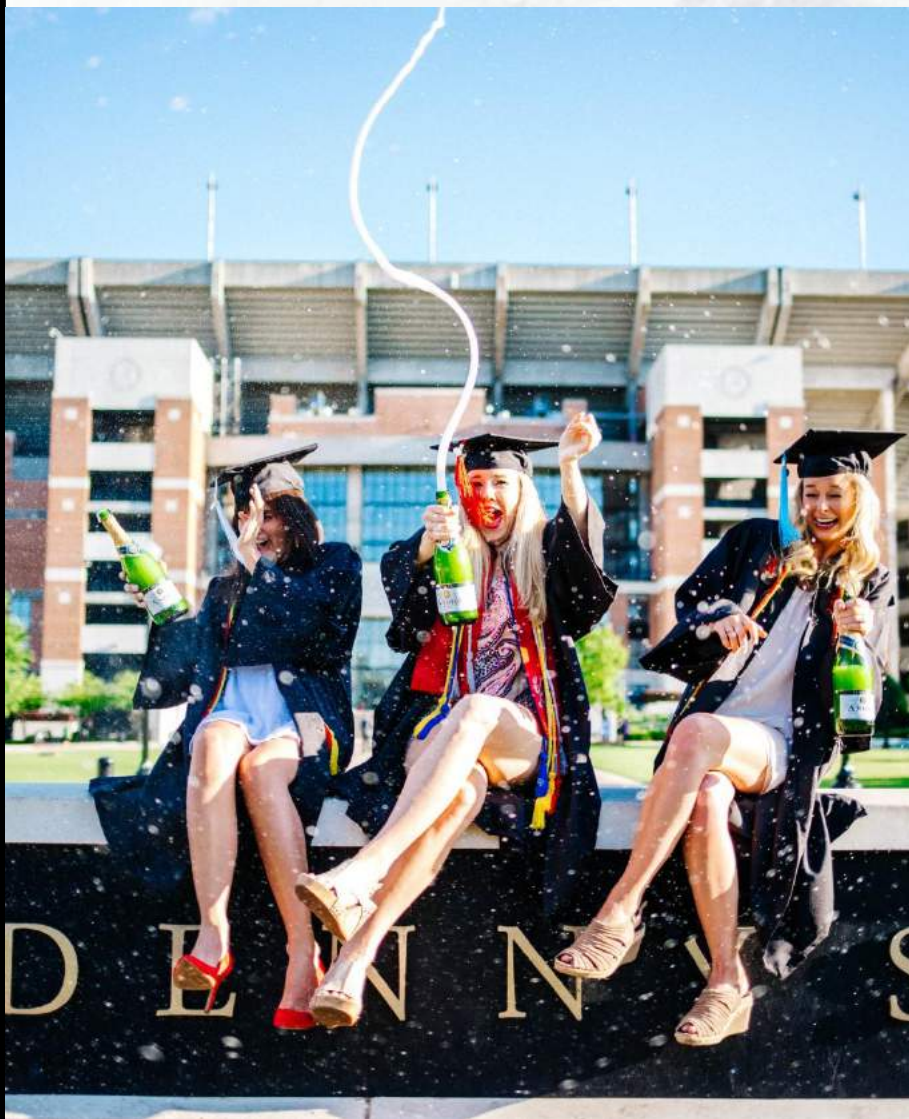
輔仁大學 工商衡鑑與生涯諮詢博士

開發勞動部勞發署線上就業測驗平台

研究未來高中生選課與生涯計劃輔助平台

研究國民教育課程大綱的變化與影響

開發與設計多項生涯輔導測驗工具、卡牌、桌遊



了解個人特質
幫助學生
探索職涯

問答時間

- 職場不適應的原因？
- 為甚麼你會想換工作？

問答時間

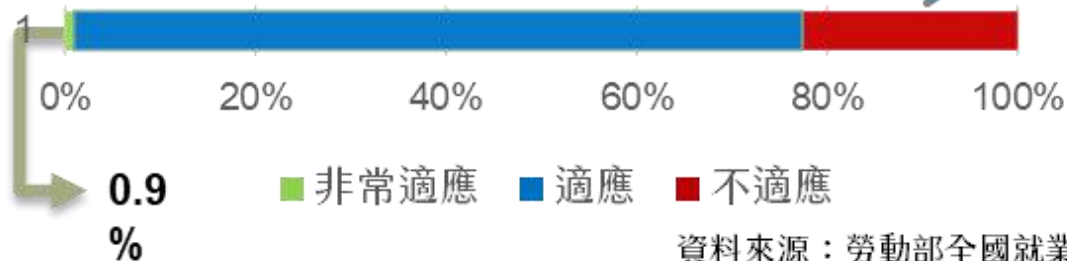
適應不良主因

- 對職場的了解不夠 43.9%
- 工作內容與所學不同 23.0%
- 學校課程與實務落差 21.3%
- 職場人際關係複雜 13.5%

次因

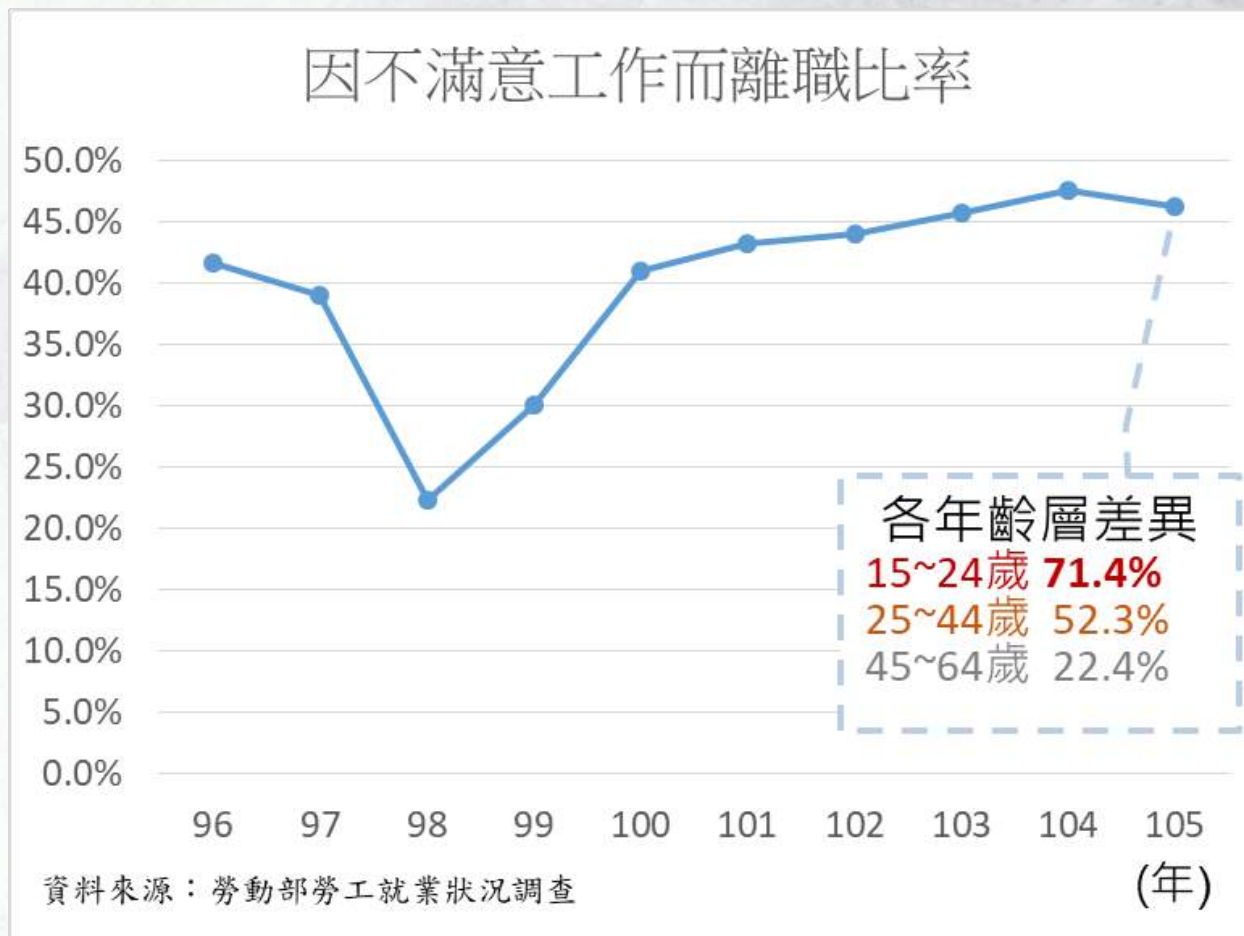
- 能力不足 8.2%
- 進職場不到二個月 7.0%
- 面試時企業說明不足 4.1%
- 同事談不來、工時、壓力 . . .

您是否已經適應職場生活



資料來源：勞動部全國就業e網線上調查

問答時間



工作風格的運用



找出自我優勢

從13項工作風格中，了解自己的特性與職場表現，並辨識出自己的優勢風格。



發現合適職業

透過自我—工作比對，從二十多種職類與五百多種職位中，找出與自己相合的職位。



自我調整與適應

依據自身優勢與職業重視風格，調整自己的工作行為與態度，全方位準備進入職場。



The Switch 《靈魂互換》

<https://www.youtube.com/watch?v=qmXRFI3BAVA>

問答時間

- 這部影片發生了甚麼事？
- C羅跟小男孩如何應對？
- C羅跟小男孩的成功因素是甚麼？

工作風格對我的意義

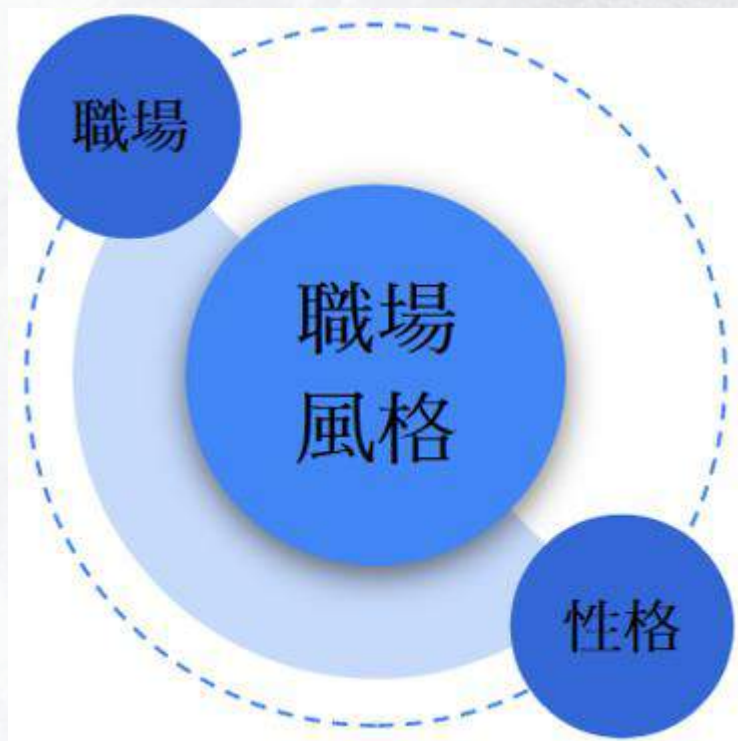
想成為



做準備

甚麼叫工作風格

職場風格的重點在於幫助**適應職場**，而非評論好壞。若職場風格與工作**配合得宜**，更容易突破阻礙、一展長才。



每個人的性格是**獨特**的，也讓人發展出**獨特的反應方式**來適應環境，這就是個人的職場風格。

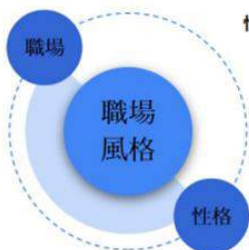
面對工作時，我們表現出的風格，才有意義

職場風格

個人報告

姓名
作答時間

職場風格介紹



性格X職場→職場風格

每個人的性格是獨特的，也讓人發展出獨特的反應方式來適應職場，這就是你的職場風格。

職場風格的重點在於幫助適應職場，而非評論好壞。若職場風格與工作配合得宜，更容易突破阻礙，一展長才。

此報告將協助您認識自己獨特的職場風格，讓您在未來的職業發展與規劃中，瞭解自身優勢、可能適合的職場環境，做出更準確的判斷，讓自己在工作中盡情發揮所長，並獲得滿足！

如何解讀報告

1. 解釋職場風格

觀察自己的13項職場風格分數，了解自己特徵：
- 指數為0~10分，分數越高表示您該項職場風格越強。

- 思考自己的前三高與後三低職場風格，如何影響自己的適應行為。

- 找出自己獨特的適應職場模式。

2. 觀察職類 / 職業契合度

觀察22種職類與其職業的契合指數：
- 指數為0~100分，分數越高表示您的風格與該職類越契合。

- 前十個契合職類中，會推薦3個最適合職業，其他十二個職類會推薦2個最適合職業，可以從此找出自己最合適的方向。
(若您的契合指數皆未超過60分，請和您的職業諮詢師從其他角度討論您的發展路徑該如何規劃)

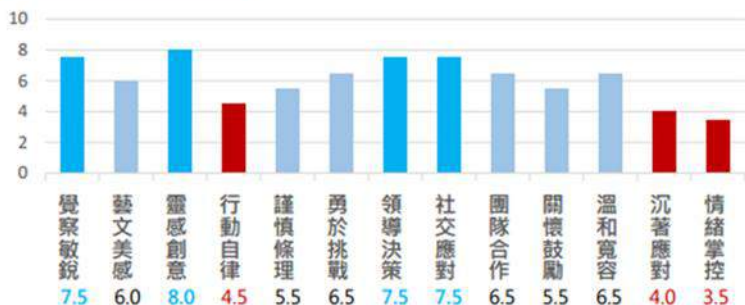
3. 比對與發展適應模式

比較最適合的前五大職業，跟最不适合的前五大職業：
- 透過交叉比較，了解自己適合與不適合的職類及職業類型，找出共同點與相異點。
- 了解自己可發展的職場適應模式，並找出最適合的發展與適應道路。

《職場風格》個人報告

擺渡

您的職場風格分數



職類與職業契合排序

87	經營/行政/總務	經營管理主管 行政事務秘書 電腦操作及輸入人員	78 74 70	70	客服/門市	...
78	業務/貿易/銷售	...	69 65 64	69	工程/研發/生技	...
76	人資/法務/智財	人力資源主管	77 75 74	65	資訊/軟體/系統	...
75	財務/金融/保險	64	品管/製造/環衛	...
74	廣告/公關/設計	63	技術/維修/操作	...
62	營建/製圖/施作	建築師 設計工程師	64 65	53	旅遊/餐飲/休閒	...
60	新聞/出版/印刷	53	醫療/美容/保健	...
59	傳播/娛樂/藝術	52	農林漁牧	...
55	教育/學術/研究	52	行銷/企劃/專案	...
...
...

第 三 頁

風格內涵及適合的 職場環境說明

職場風格說明		
風格名稱	風格說明	適合職場環境
覺察敏銳 7.5	善於快速從複雜的事件中洞悉重點，並掌握或推論出問題的本質。	需要快速處理與掌握資訊、決定計劃
藝文美感 6.0	對藝文美學感受敏銳、樂於開闊地探詢美好的事物，偏好工作中有藝術成分。	需審美觀及設計感，或需創作與辨別藝術
靈感創意 8.0	偏好從事可發揮創意的工作，思考靈活且富有想像力，並願意嘗試多元與變化的事情。	運用大量創意與想像力設計方案或產品
行動自律 4.5	執行任務時能立刻開始、不會拖延，不需他人督促就能依照計畫執行與完成。	工作有明確進度與節奏、需獨立完成任務
謹慎條理 5.5	傾向謹慎思考、注意細節與徹底檢查所有環節，追求結果能精準無誤且工整、有條理。	較低犯錯的空間，需要大量檢核或審查
勇於挑戰 6.5	勇於積極面對與追求困難的挑戰，且面對艱難的事物，仍堅持到底而不放棄。	能自訂有挑戰性的目標、任務有發揮空間
領導決策 7.5	善於引導與帶領他人，並為團隊做決定與負責、帶動大家前進。	有需負責的專案或團隊小組、做團體決策
社交應對 7.5	善於人際交流、能很快融入不同團體中，且能在互動中應對自如。	需常與成員或顧客溝通、建立關係
團隊合作 6.5	喜歡與他人合作的工作型態，且善於在團隊中彼此協商、合作與互相。	以團隊小組方式工作或需合作完成任務

各風格的概念內涵說明

1. 敏銳覺察

若自律得分高，面對任務時，不需督促就能自我約束、立刻開始、專心執行，而不會拖延、分心或怠惰。若洞察力高的話，表示您善於從複雜的樣貌中洞悉輪廓與重點，快速掌握或反應問題的本質。

適合需要快速處理與掌握資訊、決定計劃的工作美感

2. 文藝美感

美感高的人，能敏銳地感知與感受美，偏好從事具藝術性成分之工作，傾向於開闊地尋求美好事物、挖掘事物的美好。

適合需審美觀及設計感，或需創作與辨別藝術的工作

3. 靈感創意

如果您的創意思考分數很高，代表您偏好從事可發揮創意的工作，您的思維富有想像力，擅於轉換思考角度與框架，並願意多元嘗試，熱衷於分析與研究抽象或複雜的難題。

適合運用大量創意與想像力設計方案或產品的工作

各風格的概念內涵說明

4. 自我約束

若自律得分高，面對任務時，不需督促就能自我約束、立刻開始、專心執行，而不會拖延、分心或怠惰。

適合有明確進度與節奏、需獨立完成任務的工作

5. 謹慎條理

謹慎條理高的人，傾向反覆思量或徹底檢查，注意細節、力求精準以避免犯錯，且喜歡環境保持的井然有序。

適合較低犯錯的空間，需要大量檢核或審查的工作

6. 勇於挑戰

如果挑戰分數高，表示您有挑戰心，日常工作表現出積極進取的態度，能奮發向上、求取進步、力圖有所作為；面對挑戰不認輸、也不想輸。

適合能自訂有挑戰性的目標、任務有發揮空間的工作

各風格的概念內涵說明

7. 領導決策

越是剛強的人，自身想法越是堅定、不易被說服改變，與他人溝通時能清楚自信的表達觀點、進而說服與影響他人、或掌控情境，且在團隊中善於領導、管理與帶動團隊，為團隊做決定與負責。

適合有需負責的專案或團隊小組、做團體決策的工作

8. 社交應對

若您的社交分數很高，表示您工作中不但喜歡接觸他人，融入群體，善於人際交往，且常在互動中展現熱情。

適合需常與成員或顧客溝通、建立關係的工作

9. 團隊合作

團隊合作得分高的人，偏好與他人合作，善於協商、合作與化解衝突，且能信任夥伴、互相幫助，具有極佳的團隊精神。

適合常需要以團隊小組方式工作或需合作完成任務的工作

各風格的概念內涵說明

10. 關懷他人

關懷他人越高，表示越能理解、同理他人的感受，展現關懷的心，且常給予別人支持與鼓勵。

適合要求常對成員或顧客展現關懷或提供幫助的工作

11. 溫和寬厚

溫和寬厚得分高的人，對人友善、寬厚而且溫和，不喜歡衝突。對他人不會批評、貶低、更不會有報復或怨恨的念頭

適合重視相處融洽、需避免額外衝突的工作

各風格的概念內涵說明

12. 克服困難

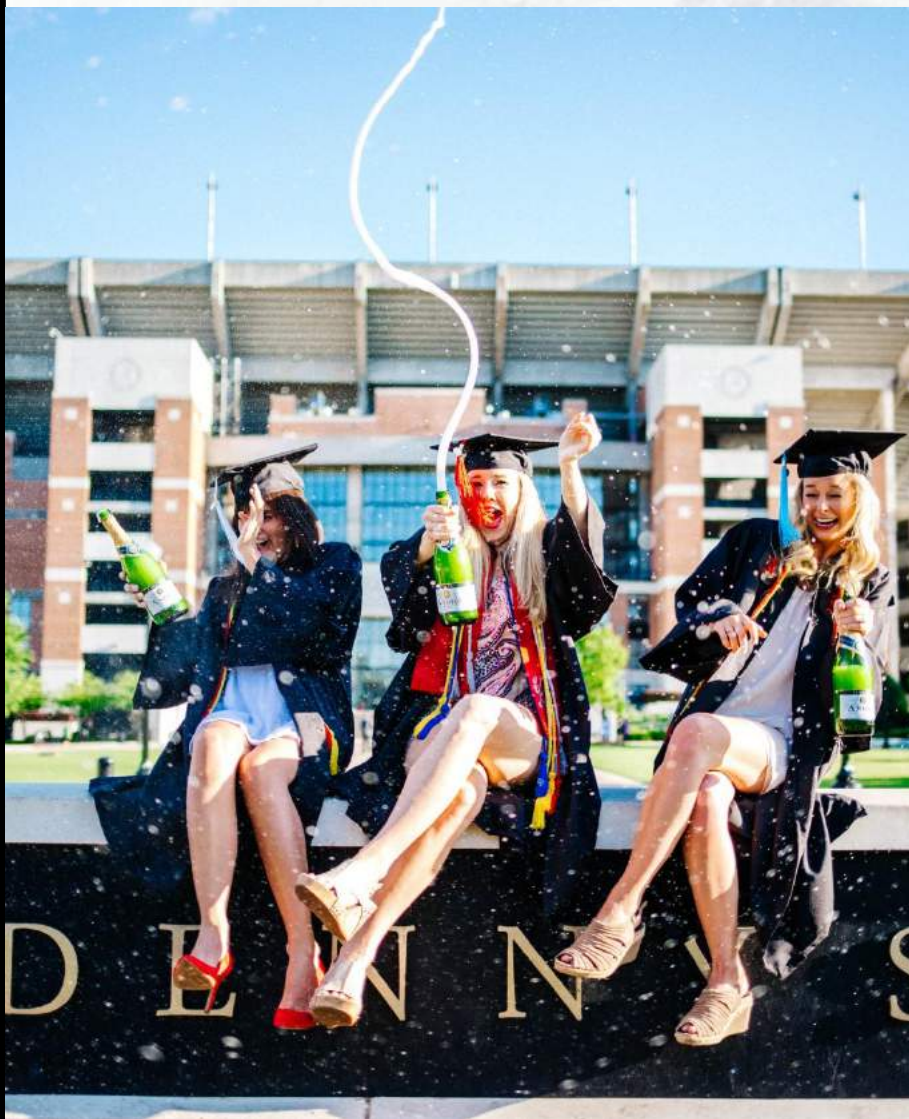
若在沉著應對得分高，表示您在面對急迫、危急、艱困、繁雜、或不合預期之事物時，仍能保持沉著與鎮定。

適合常需處理困難、反雜或指示模糊任務的工作

13. 情緒克制

心平氣和高的人，更能在面對工作壓力情境時，不易焦慮、沮喪或感到脆弱，能忍受壓力，甚或能以正向、安穩放鬆的心態面對。

適合須面對各種工作壓力或提供較高的情緒勞動的工作



風格的職場適應之道

My Style 角色扮演



My Style 角色扮演

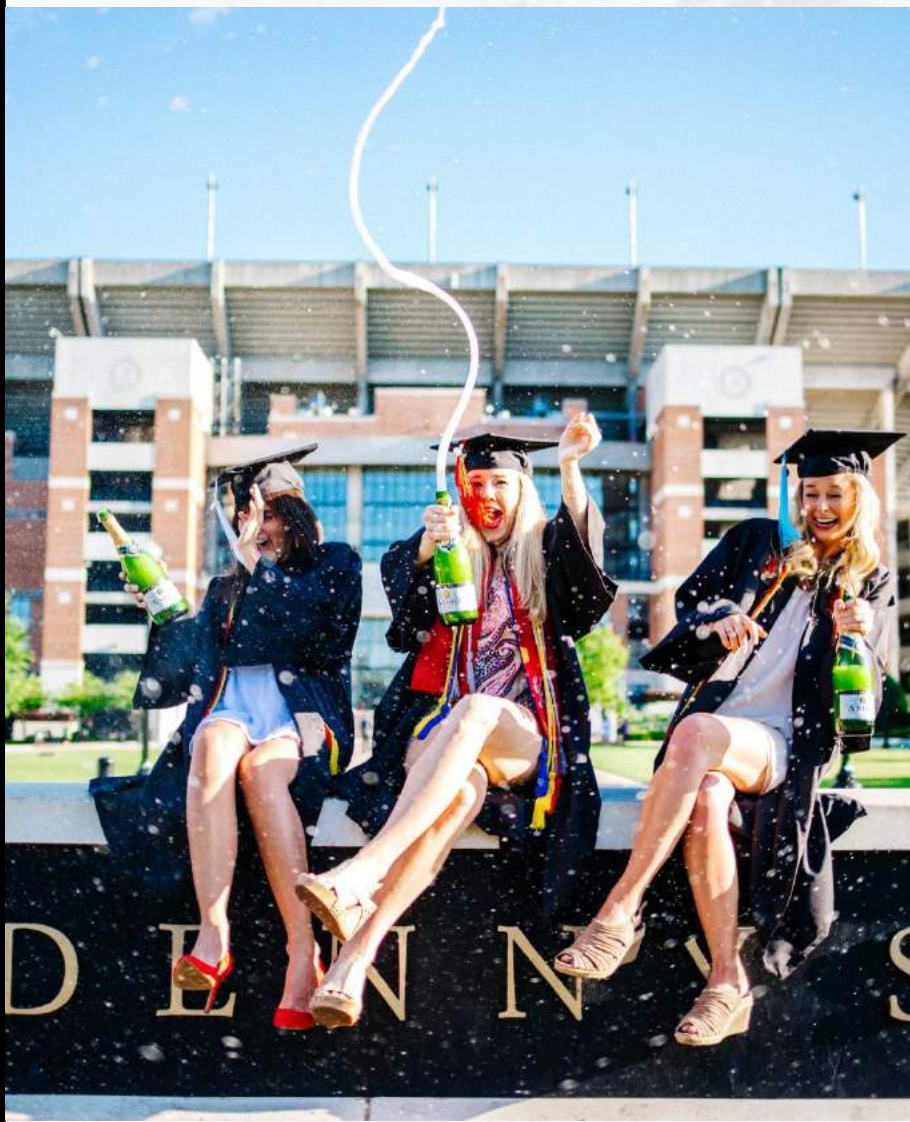
1. 三個人一組，一個為旁白與觀察者，一個為霸道總裁，一個為職場小天兵

My Style 角色扮演

2. 請旁白從學習清單中，選擇一個職場環境與事件，發給另外兩位角色提示卡，開始扮演活動。

My Style 角色扮演

3. 旁白決定停止的時間，針對職場小天兵的行為給出行為點評 - 兩個做的很棒的地方，兩個可以改善的地方



找出獨特的自己

每隻狗的存在都有意義

為了與你
為相遇

近期感人鉅獻

每隻貓的存在都有意義

為了讓你
為鏟屎

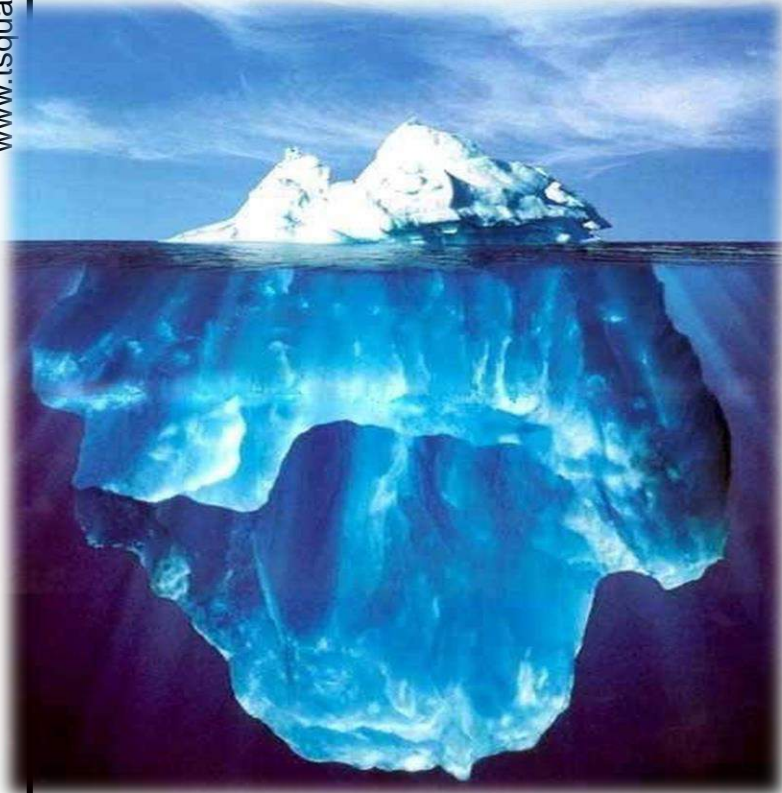
一輩子鏟到老

圖 / 粉絲頁「喵喵腳印-灰輪.Moka.Kimi」

擺渡

Tsquare / system design

熱情-我擁有甚麼



專業知識能力



興趣

性格

價值觀

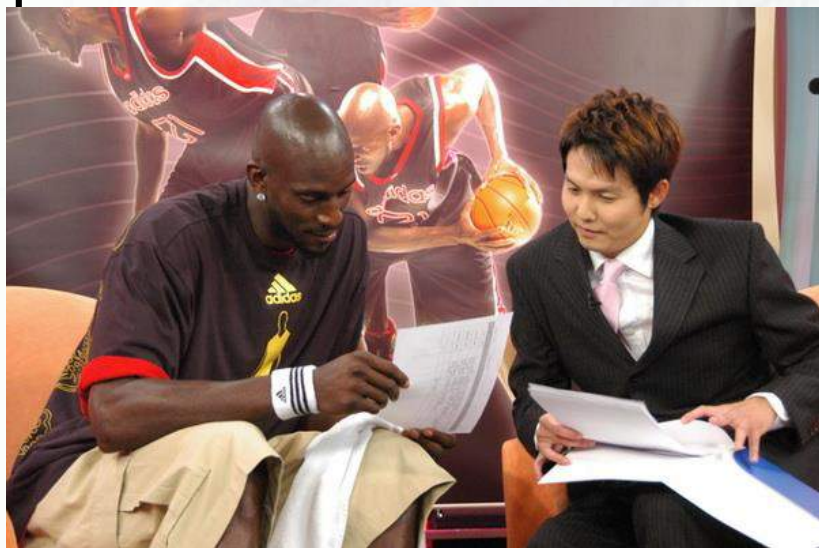
個人特性

- **興趣**: 我喜歡做的事(你平常喜歡注意甚麼訊息、做甚麼事情容易讓你忘了時間)
- **個性**: 我是個怎麼樣的人(一種內在穩定的特性，如外向、嚴謹、吃苦耐勞、獨立)
- **價值觀**: 我最在意的條件(今天去應徵一份工作，甚麼工作條件是你最在意的)



張立群 (緯來體育台主播)

- 在高中時代，為學校風雲人物，擔任籃球社社長與棒壘球社長。但也因沉迷看比賽而荒廢課業，高中曾被留級一年。
- 被留級時痛定思痛，**努力練習英文和國文**，為日後參加英文外電大賽打下良好的基礎，畢業時全校英文檢定第一名，並提前獲得推薦甄試上大學。
- 真理大學**運動管理系**畢業
- 1999年參加緯來電視網所舉辦的英文外電編譯大賽，以第一名的成績考進緯來進入體育新聞編譯組實習。隨後因表現優異被提拔成主播。



獨特的職業發展

職業發展項度	個人特性
專業知識	運動管理、國文、英文
興趣	熱愛運動(籃球、棒球)
個性	人際互動、愛說話分享、幽默
價值觀	物質、專精、自主
職場方向	體育、主播、與人互動



吳青峰 (蘇打綠主唱)

- 高中時代選讀理組，後來覺得不適合而轉組，加入校刊社，做社長和美編工作。
- 畢業於國立政治大學中國文學系、雙主修廣告學系、輔系企業管理學系，擔任過校內籃球校隊的後衛。
- 原本幾乎只聽古典音樂，直到國中時姐姐送了王菲專輯（天空），才喜歡上流行樂。
- 高三時參加附中天韻獎，以創作曲拿下冠軍。
- 在蘇打綠成立前，曾在餐廳駐唱，也曾在東森幼幼台打工過。

獨特的職業發展 (二)

職業發展項度	個人特性
專業知識	樂器、中文、創作
興趣	熱愛音樂(古典、流行)
個性	人際互動、外向、表演
價值觀	挑戰、自由、表現自我
職場方向	音樂、追求獨特、與人互動

你的職業發展又是甚麼呢？

職業發展項度	個人特性
專業知識	
興趣	
個性	
價值觀	
職場方向	

Thank you for listening!

WHO AM I?