

DISC- 團隊溝通 與協作

知己知彼，學習接納，互相調節，自能成為有效的團隊

leadersbedoining.net



DISC – 按不同型號做工作分工建議

隊員	建議負責工作

與不同類型的溝通策略 - 宜&忌

分享：你希望同工如何與你作更有效的溝通？

請按你的型號來分享，讓別人認識你。



例子 – I 型人的分享

工作環境氛圍	互動、和諧、同心、為目標努力、欣賞
對方身體言語	微笑、輕鬆、自由生動
說話表達	直接、高低聲調、鼓勵、聆聽
空間及步伐	快速回應、興奮
隊工活動	生日會、發夢會、見證分享、生命交流、進修、退修、考察

與人共事，你對以下的期望.....

工作環境氛圍	
對方身體言語	
說話表達	
空間及步伐	
隊工活動	

與不同類型的溝通策略 - D型

宜	忌
<ul style="list-style-type: none">• 精簡、直接、到題• 問 “what?” 不是問 “how?”• 專注實務上，強調結果 / 效益• 提出合理和邏輯的優勢 / 好處• 同意提出的事實或想法，而非同意說的人• 討論時，關注如何影響成果	<ul style="list-style-type: none">• 哆嗦、反駁• 不斷重複內容 / 說話• 話和主意太多• 問題導向（而非集中解決方法或成果）• 太需要社交交際• 太含糊廣泛• 被隱瞞、被利用

與不同類型的溝通策略 - I 型

宜	忌
<ul style="list-style-type: none">• 合適的環境（和諧氣氛）• 給予回應（儘快）• 讓她 / 他們發表意見• 願意聆聽和相信他們• 分享個人經歷 / 故事• 喜歡有意義的話題• 多鼓勵、直接、坦白• 以文字詳細說明，不用對作詳細解說	<ul style="list-style-type: none">• 沉默（不清楚對方想什麼）• 刪減社交聯誼時間• 不停表達、太鎖碎太長篇大論• 拐彎抹角、心口不一• 衝突、過激的氣氛• 忽略他們的想法（潑冷水、質疑他們）• 告訴他們做什麼

與不同類型的溝通策略 - S型

宜

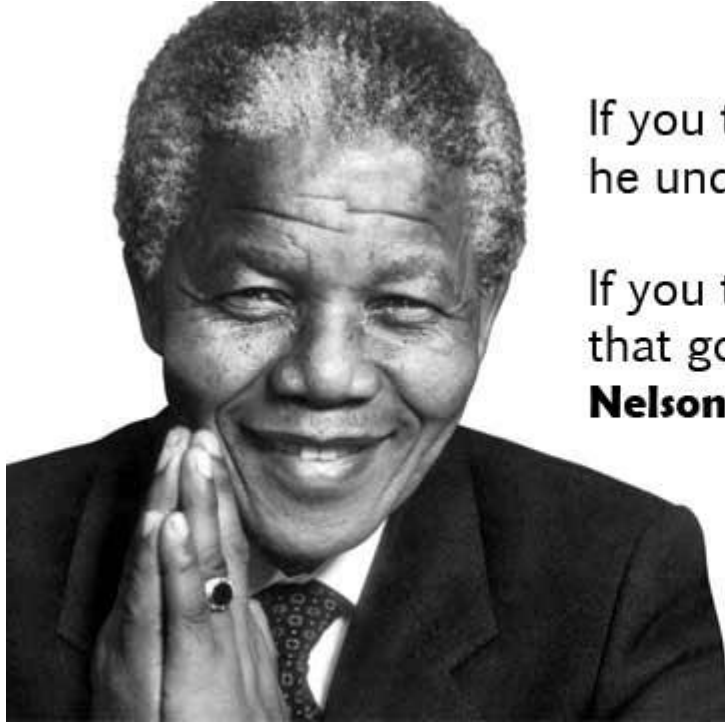
- 合式的環境（和諧和信任）
- 真誠對待、直接、簡單
- 問“how？”問題
- 有商量、能引導他們
- 清楚訂定專案 / 計畫的目標、流程、角色等
- 給予適應 / 調整的時間
- 確保提供個人跟進
- 減少可能發生的風險

忌

- 對他們壓逼，過度強勢
- 對他們要求太多、太複雜
- 質疑，太爭議性
- 給予太大挑戰
- 太即興
- “高大空”

與不同類型的溝通策略 - C型

宜	忌
<ul style="list-style-type: none">• 事前準備充足、運用準確資料• 列出正反意見、舉例子• 具體說明標準、規範、系統、方向、目標、動機等• 遠用精確的說明，有計劃• 態度認真專注、詳細• 確保安穩，沒有突發	<ul style="list-style-type: none">• 不作詳細解釋• 提問模糊不清• 太隨便無深度或思考• 天馬行空、敷衍• 不準確• 漫不經心、隨意嘗試



If you talk to a man in a language
he understands, that goes to his head.

If you talk to him in his language,
that goes to his heart.

Nelson Mandela

“如果用一個人聽得懂的語言和他交談，觸動的是他的思維，如果用一個人**他的語言**和他交談，觸動的則是他的心靈。”

~ 曼特拉

改進方向

D 學 I 的重視人和目標(平衡)

I 學 C 的準確和深度思考(理)

S 學 D 的勇敢和挑戰

C 學 I 的走進和影響人群

DISC – 使用原則

DISC 並非刻意分類與評斷好壞，而是強調期待人們能學習了解彼此差異、尊重差異並善用差異，進而在知己知彼、共生共好。

善用 DISC 的七個原則

發揮自己：瞭解自己屬於哪一型，嘗試使用強項特質能力，並克服自身弱點。

與人協作：發現別人的特質，例如對方的步調是快或慢、微觀或宏觀、願意冒險或小心謹慎、事先計畫或隨性自然等，可以讓我們在相處中有機會彼此幫補和配合，創造出良好且強健的夥伴關係。

客觀待人：對別人有期待之前，先試著了解對方的特質與行事風格。我們都習慣透過自己的眼光與行事風格來看世界，常不自覺把他人限制在自己的框架中，造成偏見和誤解。事實上每個人都是獨一無二的個體，需要我們花心機了解。

不只考量別人的外在行為，更要深思對方的本意，避免自己被對方外在的行為樣態激怒。

別過度放縱自身行為風格，造成他人壓力，帶來關係上的緊張或衝突，學習改變自己的缺定，而非懷著“我是這樣的”心態，硬要人接受。

重視互補：知道自己的缺點，盡量找能與你互補的同工，欣賞他們，共同合作。

以別人需要的方式對待他們，而不是你自己想要的方式

別忘了尊重他人天生的樣子與人我間的差異，更要學習尊重他人的需求，這樣

才能帶出大家的共好與雙贏。

REFERENCE

1. 蔡緯昱，DISC識人溝通學—跟誰都能合得來的人際經營術，墨刻出版，2018。
2. 个性风格系统，发觉人格风范—增强人际沟通，优质人生私人有限公司，2010。
3. 肯恩·沃歌斯、隆恩·普朗德，知己知彼的祕訣：DISC人格特質解析，出版社：天恩，2014
4. <https://discinsights.com/disc-theory>
5. <https://www.discprofile.com/what-is-disc/overview/>
6. <https://peoplekeys.com/about-disc/what-is-disc/>
7. <https://www.slideshare.net/corplearning/what-is-disc>
8. EVERYTHING DiSC® APPLICATION LIBRARY RESEARCH REPORT, © 2007-2009 by Inscape Publishing.