

自我管理

阻礙職涯的11種人格特質

11 Personality Traits That Can Limit Your Career

影音 | 2018/6/12

瀏覽人數：18243

影片載入中...

只要一點自覺，和考慮周詳的行動，我們都能馴服自己的陰暗特質。

在職場上，我們喜歡強調自己的長處。但有些看似是優點的特性，可能有意想不到的缺點。心理學家羅伯和喬伊絲·霍根建立了「陰暗面」特質列表，例如，富想像力、勤勞或沉默寡言，如果表現極端，可能會有殺傷力。

11種特質：

大膽

謹慎

活潑

勤奮

盡責順從

容易激動

富想像力

悠閒

調皮

沉默寡言

多疑

雖然大多數人會展現其中至少三項，但40%的人在這11項中，會有一、兩項特別強烈，可能因此危及職涯。在高壓力情況下，例如面對緊迫的期限，或是團隊合作，可能會誘發這些陰暗特質。

例如：妮哈、亞亨卓和康妮是同事，在準備給上司的簡報時，發生衝突。妮哈覺得組員的建議都沒有用，在發展那些構想前，就全部否決。妮哈很多疑，這個陰暗特質與憤世嫉俗和負面態度有關。它是疏離性特質的一種，會造成與他人疏遠。

疏離性特質：謹慎 / 容易激動 / 悠閒 / 沉默寡言 / 多疑

多疑：

- 不信任他人
- 憤世嫉俗
- 對批評敏感
- 著眼於負面

同時，亞亨卓常常說服組員，主導談話。對於妮哈的反對，他反應激烈，讓衝突加劇。亞亨卓很活潑，尋求關注，喜歡打斷別人說話。這是吸引性特質的一種。這類特質能拉攏他人，但可能因太親近而造成傷害。

吸引性特質：大膽型 / 活潑 / 富想像力 / 調皮

活潑：

- 戲劇化
- 尋求關注

- 打斷別人說話的傾向

他們互動時，康妮沉默又不自在。她討厭衝突，但不會請主管介入，處理她團隊的問題。康妮很盡責順從，忠誠而不願表達異議。但盡責順從屬於迎合別人的特性，妨礙康妮展現強力的領導。

迎合性特質：勤奮 / 順從

順從：

- 想要取悅他人
- 不願獨立行動或表達異議

這支運作不佳的團隊，要如何化解歧異？

首先，康妮開口說話，向組員表達憂慮。她體認到，協助團隊成功，比避免衝突更重要。接著，亞亨卓克制活潑的一面，讓別人擔任主角。他把主講人的角色讓給康妮。最後，妮哈也努力給組員的構想一個機會。她刻意在計畫裡找到一個讓她感興趣的部分。這支團隊，終於為上司做出精采簡報，人人都是贏家。

如果放任陰暗特質不管，會在工作場合釀成混亂。很多人都可能深陷於自己的這些面向。但只要一點自覺，和考慮周詳的行動，我們都能馴服自己的陰暗特質。（周宜芳譯）

想看更完整11特質剖析？請見：〈性格破壞職涯？〉

本篇文章主題 自我管理

⊕ 追蹤主題

延伸閱讀

性格破壞職涯？

