

門徒性格報表

— — — — —
✠ 門徒版
— — — — —



000

性別：男

電子郵件：000@is.com.tw

年齡：39

測評日期：2019-07-17

出生年份：1980

目 錄

Content

第一章

1

你的性格分析

測評後產生14個維度的性格特徵圖譜，讓你瞭解你的性格特質、聖經代表人物及您的動物主輔型特質說明。並透過禱告和聖靈的更新，成就屬靈好品格。

第二章

20

天父的話及禱告方向

根據報表分析結果提供近期適合你的經文及禱告方向，讓你在神的話語中得著平安，在等候中明白神的帶領。

你的性格分析

14型人格分析·發現 神創造你的美好

神就照著自己的形像造人，乃是照著他的形像造男造女。

So God Created in his own image, in the image of God he created them; male and female he created them.

— 創世紀 1: 27
— Genesis 1: 27

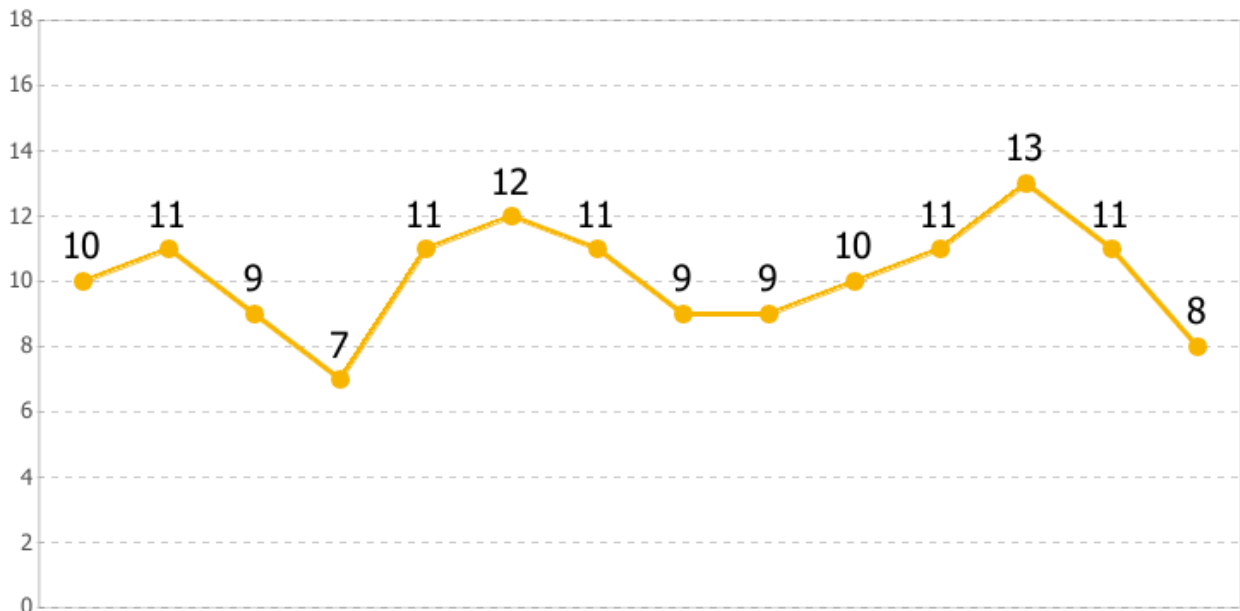


14型人格圖

幸福心將每個人的內在性格以14種動物比擬，並以曲線圖來呈現各種性格之間的關係與變化，本系統透過人工智慧分析你的人格特質，協助你探索內在自我，發現上帝創造你的獨特性格。

你的人格主型：**貓**

你的人格輔型：**孔雀、獵犬、綿羊、獅子、無尾熊、蜜蜂**



水牛	孔雀	禿鷹	白兔	獵犬	綿羊	獅子	變色龍	貓頭鷹	黑豹	無尾熊	貓	蜜蜂	駱駝
10	11	9	7	11	12	11	9	9	10	11	13	11	8

人格特質提點

你一心一意想沈溺在自己的小宇宙，悠閒悠哉當自己，對自己所堅信、所喜愛的，通常不輕易退讓，也不容易被他人說服。面對愛情和家庭經營，你的老牌氣還是不改。既使，面對自己生命裡的真命天子或天女，或是最心愛的孩子，在符合大家期盼的基本標準後，你還是需要保有自己腦內或是現實生活裡可以悠游自在的空間。

你的問題，並不在於你無法愛生命裡所有親密的人，但你在滿足所有社會對他的期望之後，議定需要留有自己的嗜好、休閒。如你已升格當父母，通常能在自己喜愛的領域，帶給家人、孩子不同的生活體驗。但是面對現實生活裡的雜務，通常有能閃則閃的心態。面對親子教養，你必須與伴侶商量好誰是最主要的教養者，要用誰的準則來做教養，以避免屆時孩子生活在三不管家庭，只好自己當老大。

職涯規劃建議

你的個性非常的堅持自己的風格與想法、做法，最能讓你發光發熱的領域，是你的興趣或專業訓練所在領域。同時，因你勇於追求知識與心靈的成長，不斷追逐突破舊有的思考框架，你適合從事：哲學、心理、醫療、文創、藝術、科技研發、學術研究等相關的工作。

每個人皆有獨一無二的特質，你發現自己的屬靈性格了嗎？
與你人格特質最相似的聖經代表人物是：

雅各 Jacob

你的腦袋裡裝滿了奇思幻想，樂於挑戰、突破傳統思維框架，對於自己所喜歡的事物，有些任性與堅持，這些人格特質與雅各(以色列)相似。

雅各是以撒和利百加的雙胞胎中的次子，後來繼承亞伯拉罕一族的第三代族長地位，成為以色列民族的先祖。雅各利用計策奪取了原本屬於兄長以掃的族長地位，因此激怒了以掃，雅各就逃到美索不達米亞的拿鶴去，他住在他母親利百加的兄長-拉班的家，在那裡停留了二十年。

雅各多次受到岳父拉班的欺騙與苦害，他很想離開，但在未離開之前，身上不能一文沒有，因為離開了他怎有能力養活那一大群兒女呢？

創世記第三十一章，雅各作了一個夢，他在夢中舉目觀看，看見跳羊（即交配）的公羊都是有斑點的，那時神對他說：“凡拉班所作的，我都看見了。”

上帝在雅各的腦海裡創造了異象，透過聖靈的動工，改變了雅各的潛意識，想到了將羊群分開牧養的方法，並與岳父協議：你牽走全部有斑點的羊，我只為你牧放純色羊，如果這些純色羊生出有斑點的羊，就算是我的工資。拉班覺得雅各上當了，因為純色羊生出斑點羊的機會太微小。

聖經上說：不久以後，所有動物都生出有斑有點的動物

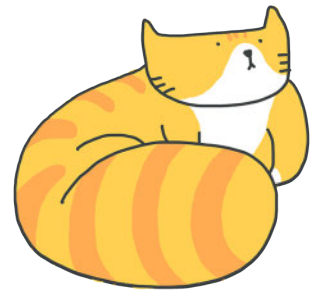
拉班帶著所有有斑點的羊到相隔有三天路程的地方，雅各用有斑點的樹枝圍成籬笆，並每天觀察籬笆前面的羊群，上帝繼續在雅各腦海裡的創造各種異象，樹枝，有斑點的羊群，所以說人的想像決定結果，而想像 是聖靈的工作，聖靈配妥了必備的遺傳基因，雅各的羊越發增多，羊群

不斷繁衍，生養眾多，成為東方最富有的人。拉班的羊可能只有零的增長率。

因此拉班的兒子們不得不埋怨地說：“雅各將我們父親的羊都搶去了。”（創世記31:1）

主型：貓型

- 優點：不受制於傳統、世俗的思考模式
- 缺點：脫離現實、特立獨行
- 職業：醫藥、科學、自由創作
- 最佳拍檔：綿羊型、蜜蜂型
- 成功因素：全心全意追逐心靈、知識上的成長
- 壓力來源：必須屈就或是調適自己的信念，來順應社會期待、世俗觀念



人際關係

貓型的人，通常有著豐富的想像及創造力，他的思考模式不會被所處的文化背景、社會規範限制住。對於無法解釋的事物，會設法用自己的想法與信念去追求合理的答案，因此旁人會覺得他充滿著好奇心。有些貓型會去質疑既有架構或挑戰傳統思考模式，有些則只是十分堅持自己的信念與想法，不輕易認同社會大眾的論點。貓型較特立獨行，也因為他自由激進的想法，不輕易苟同大眾所認定的觀念，勇於向傳統挑戰，事實證明他們往往給這世界帶來創新的潮流或新觀念，也給人類帶來一次次突破性的革新進步。貓型有自己的想法及生活方式，且不需要依賴別人的肯定，因此他對人際的追求，不會一心想建立起親密的人際關係，反之他頗能安於有限的人際往來。貓型較不會去適應別人，因此需要一個能夠完全接納、照顧、不會想改造他，甚至能幫助他去適應社會的伴侶。

工作

要尋找適合貓型的工作，必須要考量以下兩點才行：其一，能否找到一個可以容忍他的環境；其二，他本身能改變多少以適應這個環境。對於前者，若他本身是個很有天分的藝術家，別人較願意遷就他。而對於後者，愈是能夠在這個現實社會中謀生。貓型在工作上通常沒有太大的野心，別人期待追求的是權勢與名利，而他卻只想實現自我的信念。因此，貓型的成功往往是因為本身的天賦，再加上全心全意地投注在自己所熱愛的興趣上，而非真有求取功名的慾望。

職涯

經濟上的穩定或是工作內容有固定模式的工作，並不是他所想要的。他希望從事的是能發揮自我思想領域的工作，同時也不會被要求去遵循種種的規章或標準。因此，尋找的工作性質最好和個人興趣及嗜好有關。若在文學、藝術或音樂有天分的話，大可朝這些方向發展，因為一般人較能接受這種人的特立獨行。除此之外，醫學或科學上的研究，能給予他有獨特看法的空間，使他有開創歷史的契機。若本身天分不夠高的貓型，可以從事一些單調且要求不多的工作，好讓他可以擁有足夠的時間和自由的空間，使心靈得以天馬行空的遨遊。

愛情

貓型的人，一向特異獨行，不在乎別人的看法、想法，在工作上的態度如此，面對愛情，更是我行我素，是一個勇敢追愛、無怨無悔的純情派。追求著心靈契合、靈魂交流，哪管世間悠悠眾口說什麼？只肯聆聽自己心裡的聲音。

婚姻

貓型較不會去適應別人，因此需要一個能夠完全接納、照顧、不會想改造他、甚至能幫助他去適應社會的伴侶。

如何克服弱點、展現優點

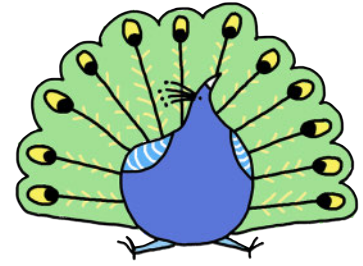
貓型的你，是個天賦極高且富有創意的人，在心靈或性靈方面也很有自己獨到想法。可是也因為你是如此與眾不同，可能會讓你在工作及人際上造成困擾，甚至付出很大代價。為不使自己脫離正軌，不妨試試以下幾項練習：

一、靜下心來，想想看自己在思考、感受及生活習慣等方面，與親近的人有何不同？並嘗試配合其他人的生活作息，偶爾也接納別人的想法和意見，讓周遭人們感受一下你的用心。

二、多與家人和朋友共同從事一般性的休閒活動。雖然你無法從中得到心靈上的充實，但或許會提供你有其他的意外發現與收穫。

輔型：孔雀型

- 優點：活潑開朗、歡樂滿人間
- 缺點：生活白癡
- 職業：演藝、廣告、藝術創作
- 最佳拍檔：水牛型、綿羊型、蜜蜂型
- 成功因素：豐富的創造力、敏銳的感受力、說服力
- 壓力來源：人際關係破裂、必須親自處理日常瑣碎事務



人際關係

孔雀型的人，總是期盼在社交場合中，成為眾人注目的焦點，他就像隻孔雀一般，昂首展示著絢麗的羽毛，令人讚嘆不已。他對別人情緒的變化，具有極高的敏感度，能夠經由他人的言談、語調、及肢體語言，了解對方的感受。在建立人際關係的初期，總是能讓人留下深刻的印象，因為他知道如何展現自我的魅力，引發他人的熱情。孔雀型的人，期待在他的人際關係中，隨時保持某種程度的驚奇與心動的感覺，對一個較強烈的孔雀型而言，當一段感情趨於穩定後，也就同時失去新鮮感和興奮感。但若能夠好好安排兩人的生活，交友廣闊，並有著豐富變化的休閒娛樂，讓生活不乏歡樂的話，即可繼續維持與對方的感情熱度。孔雀型的人際關係，都是始於電光石火的吸引力，所以一開始，他和任何一種人格典型，都有可能產生戀情。但若期待感情得以維持長久，就必須要找到一個能夠相互平衡的人格典型。孔雀型常需要藉由別人的眼光來認定自我價值，他對自我的概念，著眼於別人面前所呈現的外在形象，因此非常注重禮儀及穿著。然而這種完全受外界看法所左右的人格典型，顯然缺乏自我評估及情緒上的穩定性，一旦得不到別人的關注和讚美，會立即對自我的能力及魅力產生懷疑。從心所欲、跟著情緒走的孔雀型，對於挫折的容忍程度極低。因此，愈是極端的孔雀型，在經濟及情緒上的困擾也愈加明顯。

工作

孔雀型的人，喜歡富有變化，可以發揮天馬行空的想像力，並且能夠讓他突顯自我的重要性及影響力的工作環境。但由於他缺乏規劃、執行及評估方面的能力，往往難以將自己的構想付諸實現，也因此無法在要求具備上述能力的工作環境中生存。

職涯

一般而言，孔雀型適合從事使他本身的人格特質發揮到極致，且又能夠影響到很多人的職業，例如：廣播、藝術、廣告、公關、行銷或演藝工作等等。孔雀型的主管，具有說服力，他知道如何掌握人際關係及運用個人魅力，來領導部屬，使部屬樂意付出努力，並對他及公司產生向心力。但他需要一位水牛型的助理或秘書，來幫他處理一些工作上的細節。例如：確定所有行程是否正確無誤，工作是否能貫徹執行等。

愛情

孔雀型樂觀開朗又熱情，是個“很容易招蜂引蝶”的人，尤其遇到愛情，常常會被甜

言蜜語迷得昏了頭，平日的理智和精明都飛到九霄雲外。因此，遇到居心叵測人士，有很大機會人財兩失。在濃情蜜意的羅曼蒂克裡，如何保持理性，是你需注意的地方。

婚姻

孔雀型的人際關係，都是始於電光火石的吸引力，所以一開始他和任何一種人格典型，都有可能產生戀情。但若期待感情得以維持長久，就必須要找到一個能夠互相平衡的人格典型。

水牛型和孔雀型是相當理想的搭配，他們能夠藉由對方的人格特質，來補足自己的弱點。比方說，水牛型顧家、負責、有條理和不易衝動的優點，可補足孔雀型不切實際且過於情緒化的缺點，而孔雀型善於表達情感，且樂於在生活中製造氣氛與變化的長處，可補足水牛型過於木訥的不足。因此，若雙方不走極端路線，簡直可稱得上是佳偶絕配。

綿羊型、蜜蜂型及白兔型，願意委屈自己去滿足對方的需求，而能與孔雀型伴侶相處融洽，但綿羊型容易擔憂孔雀型伴侶的忠貞問題，這點必須留意、小心處理。

如何克服弱點、展現優點

孔雀型的人，對自我的評價傾向以別人的觀點作為依據，對自我認定沒有很確切一致的看法。為了使你更認識自己，以下的練習有助於對自我更進一步的探索與瞭解：

一、請寫下自己的優點。不要去詢問別人，認真的問問自己，且必須只針對內在的優點，而不要專注於外在的形象。

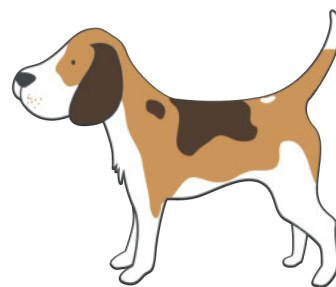
二、為增強自制力，嘗試在自己的工作及經濟上作一些規劃。當衝動想買下一件華而不實的物品時，不妨暫時克制慾望，告訴自己明天再來買，並用一個晚上的時間來考慮。不要什麼事都隨心所欲，不顧一切的去做。

三、你太容易相信別人，且常被對方絢麗的外表所迷惑。下回投入一段新戀情之前，提醒自己放慢腳步，多從旁觀察、多瞭解對方，別一下子陷得太快。

四、雖然處理一些生活瑣事讓你覺得枯燥乏味，但必須學習對自己的生活負責，強迫自己去面對，並解決這些問題，不要用逃避的態度來面對。

輔型：獵犬型

- 優點：獨立自主、警覺性強
- 缺點：理想主義、不易信賴他人
- 職業：學者、律師、記者、調查員
- 最佳拍檔：綿羊型、白兔型、蜜蜂型
- 成功因素：對人際運作有敏銳觀察力、不易受騙
- 壓力來源：失去人際關係的掌控權、遭對方唱反調



人際關係

獵犬型在人際關係中所抱持的原則是「防人之心不可無」。他處處提防別人圖謀不軌，或質疑對方與他交往的動機，不輕信任何人。即使在面對一位熟識的朋友時，仍會有所保留，不輕易將自己的弱點暴露在對方面前。因此，他總是會在屢次觀察、評估每個人之後，才能決定是否跟他更進一步的往來。愈是極端的獵犬型，防人之心越強烈，也愈會對別人的言談吹毛求疵、亂抓語病，經常誤解對方的用心，許多人際關係上的困擾也因此產生。獵犬型由於具有能洞察他人潛伏動機的能力，當他發現掌權者有濫用權利、恃強欺弱等情形，或查覺到社會上一些不為人知的黑暗面，便會燃起打擊惡勢力的正義感。獵犬型大體而言，是個穩重、可信賴，且可滿足另一半在經濟及情感上的需求的伴侶。而他需要的是一位能百依百順，不會在人際上帶給他任何威脅的對象。

工作

獵犬型的工作態度認真嚴謹，若能跟上司相處融洽，以他的能力大可在工作上獲得極高的成就，但他凡事都想擁有掌控權，導致不太願意為別人工作。因此，愈強烈的獵犬型，愈不適合在某個組織下做事，因為他常會與上司起衝突。除非具有其他的人格典型做平衡，否則較有自立門戶，自己當老闆的可能性。

職涯

由於擁有犀利的辯才和極敏銳的觀察力，獵犬型適合從事社會的評論家、學者、律師、調查員、記者、研究員、立法委員或民意代表等工作。

愛情

獵犬型是個絕對理性主義者，即使在濃情蜜意中，依然會保持理智、提高警覺，不會讓愛情沖昏頭，也提防著不陷入”人財兩失”的窘境。在愛的世界裡，你不允許有任何欺瞞、背叛，如何在愛情裡，培育出”信任”，是你必須克服的心結。

婚姻

獵犬型大體而言，是個穩重、可信賴，且可滿足另一半在經濟及情感上需求的伴侶。而他需要的是一位能百依百順，不會在人際關係上帶給他任何威脅的對象。很顯然的，

綿羊型、蜜蜂型、白兔型是他的命中情人。

而水牛型與獵犬型彼此氣味相投，不僅工作態度雷同，且有不妥協的拗脾氣，只要雙方能夠避免想掌控對方的話，其他方面倒是蠻能夠合得來。

獅子型和禿鷹型野心太重，很可能會和獵犬型的伴侶陷入權力鬥爭的狀態，可能衝突不斷。

此外，較強烈的孔雀型、變色龍型和黑豹型，由於情緒太令人捉摸不定，需要對方投入無比關愛，且這些人格典型平日有喜歡對異性施展魅力、招蜂引蝶的行徑，極易令獵犬型的伴侶新生嫉妒或醋勁大發，可能在生活裡製造許多磨合紛爭。

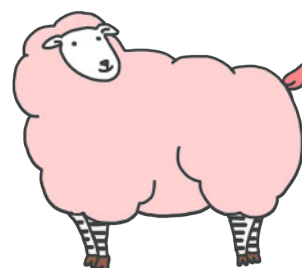
如何克服弱點、展現優點

獵犬型的你，總是隨時處於警戒狀態，對週遭人、事、物都充滿戒心，若身心長期處在這種緊張壓力之下，勢必會危害自己的身體健康。不妨試試以下練習，有助於適度調適自己：

- 一、移轉你的注意力，從事一些能讓自己感到放鬆的休閒活動，不要使精神太過緊繃。
- 二、當懷疑別人有不良動機時，試著幫對方找出幾個合理的解釋和原由，不要草率做判斷或下決定。
- 三、若與伴侶或朋友爭吵後，試著平靜下來，寫下可能導致這場爭吵的原因。若發現其實是自己犯錯時，要說服自己誠實面對這個錯誤，若發現是對方過失，也要能一笑置之，試著原諒他們。

輔型：綿羊型

- 優點：溫和純良、善體人意
- 缺點：缺乏自我意識
- 職業：護理、教師、社工、服務業
- 最佳拍檔：水牛型、獵犬型、獅子型
- 成功因素：認真份內工作，是團隊裡良好的配合者和追隨者
- 壓力來源：必須面對人際裡的衝突，尤其是友誼與情感的破裂



人際關係

綿羊型的人，他生活的意義在於為身邊的人付出，並滿足他們的願望。唯有和諧的家庭關係，才能夠使他覺得人生圓滿。他通常願意做較多的犧牲去維持一段感情，並且不會要求對方同等的付出。此外，他相當尊重且信任在家中、公司裡掌權的人。因此，與綿羊型的人在一起，可以避免權力鬥爭的情形發生，只要不侵犯他最終的原則與興趣，他會是個非常好的朋友或伴侶。若他的伴侶不會過分利用他的關懷，且不完全忽略他的需求，綿羊型的人通常會堅持把婚姻繼續維持下去。細心、體貼，且樂於付出的綿羊型，幾乎可與任何一種人格典型的人相處。當然，並非所有的人都適合他。人際間的親密感與和諧關係，是綿羊型的生活重心。縱使他隨時都將自己定位在「小我」，但也未必是因為缺乏信心或是感情特別脆弱。只要是處於一個健全、相互尊重及相互關懷的人際關係中，綿羊型仍舊可以展現自己的開朗與活躍。

工作

綿羊型的人，是個勤奮的工作者。在工作上，願意遵循指示、樂於服務他人及與他人合作，是老闆眼裡忠心耿耿的員工。而當他的工作步入軌道後，上司不時的鼓勵與讚美，將是他努力工作的原動力。

職涯

綿羊型的人，適合從事護士、社工人員、志工等服務人群的職業。

愛情

綿羊型溫柔善良，家人、朋友、伴侶是他小宇宙的中心。終生繞著他們團團轉都不嫌煩，也不嫌棄。綿羊型的愛情，像牛皮糖般的黏，有時是溫柔體貼的黏，有時是緊迫盯人的黏，更多時候是依賴成性的黏。如何學習獨立自主，是你的當務之急。

婚姻

細心、體貼，且樂於付出的綿羊型，幾乎可與任何一種人格典型的人相處。當然，並非所有人都適合他。

尤其綿羊型具有願意委屈自己，以討好對方的特質，因此一旦伴侶是個具有虐待性或反社會性人格障礙的人，便會造成很大的傷害。

水牛型是綿羊型的最佳選擇，因為水牛型顧家、負責且喜歡掌控一切，但並不會做出違反社會道德的事，可使綿羊型有安全感。

適度的獵犬型及禿鷹型也能和綿羊型成為相當不錯的組合。

但一般來說，只要對方是個負責任，且無重大人格缺失，通常綿羊型都能逆來順受，小心翼翼維持自己的婚姻。

如何克服弱點、展現優點

綿羊型的你，總是不斷付出愛與關懷，且能夠去察覺別人的需要及感受。但你現在應該把重心多放在自己身上一些，仔細想想能夠為自己做些什麼，也試著接受周遭的人來為你服務。你不妨嘗試以下的練習：

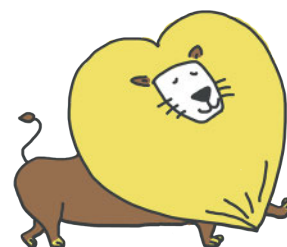
一、如果你對某個人有不滿的情緒時，試著說出你的理由和感受，不要總是將這這些負面情緒全部壓抑在心中。此外，當別人詢問你意見時，也要試著真誠表達出心中想法。

二、試著從小地方開始，學習自己做決定，別急著詢問別人意見。至少在向朋友尋求忠告前，把自己的決定先寫下來，會發現自己的想法和決定，其實很有建設性。

三、在對家人百般照顧之餘，也不要放棄一些能讓自己感到愉快的嗜好。最好也能學習一技之長，免得讓自己對家庭或伴侶太過依賴。

輔型：獅子型

- 優點：知己知彼、百折不撓
- 缺點：太過自我中心
- 職業：行行出狀元
- 最佳拍檔：綿羊型、白兔型、蜜蜂型
- 成功因素：自身領導統御的天賦、鏗而不捨的精神
- 壓力來源：能力被貶抑、輕視，不被人重視



人際關係

獅子型的人非常具有群眾魅力且相當受歡迎。他很清楚如何贏取別人的歡心及對他的崇拜，且喜歡沉浸在那種被愛、被別人需要的感覺。但他有時候因為太過自我，或太專注於自己事業上的成功，被誤認為當他自己覺得愉快時，他的伴侶也同樣能感受到這種心情，而往往忽略了伴侶的需求，且不太可能為對方犧牲自己的野心或事業。獅子型的人，能夠成為非常顧家且樂於奉獻的伴侶，但不會經常在言語上向他的伴侶表達愛意。因此，另一半本身需要對自我深具信心。

工作

獅子型的人，由於擁有許多令人羨慕的優點，例如：外向、有進取心、充滿活力，且能隨時掌握新資訊等，這些特長讓他在工作上總是有十分優異的表現。此外他做事有目標、有計畫、能分辨輕重緩急，並具有洞察事情整體性的能力，以及果決的判斷力，充分的展現出領導者所應具備的種種條件。獅子型天生的政治敏感度，使他在組織中，能很快地瞭解整個權勢架構，並迅速建立其同盟。在與人相處時，獅子型隨時都展現著自己的影響力與號召力，很能夠運用這樣的魅力，使自己邁向成功。遇見對他有益的人時，獅子座的人會表現出合作、妥協且敬重的一面。為了得到下屬的忠誠與信賴，他從不吝嗇金錢上的獎勵與口頭上的讚賞，這也就是為何人人樂於與他共事的主要原因。

職涯

獅子型的人適合從事政治家、演藝人員、新聞主播或自己當老闆等，須獨當一面且能影響眾人的工作。

愛情

獅子型自信滿滿，也志在四方，抱著放眼看天下的胸懷，走人生的道路。當愛情與事業同時放在天秤上時，獅子型會毫不猶疑選擇事業，當事業與愛情都可兼得時，獅子型可以出手豪氣、浪漫升級，但還是要人把他捧在手裡，寵著、疼著。學習如何為心愛的人付出，是獅子型需努力加強的地方。

婚姻

獅子型的人，能夠成為非常顧家且樂於奉獻的伴侶，但他不會經常在言語上向他的伴侶表達愛意。因此，另一半本身需要自我深具信心。

白兔型需要一個外向、且心智非常堅強的伴侶，而獅子型的人期盼自己有被需要的感覺，因此他們正好是對非常互補的理想伴侶。

綿羊型和蜜蜂型若不極端的話，與獅子型是頗理想的組合。適度的孔雀型，只要不強求獅子型給予太多情感上的關注的話，他們兩人在一起會充滿著樂趣，也是不錯的搭配。

獵犬型、無尾熊型、黑豹型及禿鷹型的人格典型，在某些方面會與獅子型產生權力鬥爭的情形，因此在相處上，就需要特別學習、妥協、以及用心經營。

如何克服弱點、展現優點

獅子型的你，不但有克服困難的韌性和耐性，還有足夠的能力讓自己邁向成功。你可能已經瞭解自己的才華與潛能，但是為要更增強自己的優點，得到最大利益，現在可能需要做一些修正，用比較客觀的眼光來找出自己某些弱點。以下有些建議：

一、用最誠實且嚴苛的觀點，寫下一些你認為自己並不值得嘉許的個性、習慣、態度或處事方法。接著嘗試以別人的眼光來看自己，同時專注在這些缺點上。

二、試著回想你在聽到別人對自己的批評時的反應，你是否會遠離這些人？還是會對他們發脾氣？或是因此討厭那些批評你的人？如果，你愈能去反省及觀察自己的反應，就愈能接受別人對你的忠告與批評。

三、在與人交往或交談時，試著提醒自己多去觀察對方。你可以規定自己每天問家人或朋友一個對方有興趣的話題，也就是把注意力由自己轉移到別人身上。再者，常問週遭的人，是否有你能為他們效勞之處。這樣的練習有助於加強對別人的關心，並增進自己的人際關係。

輔型：無尾熊型

- 優點：悠閒自在、懂得享受人生
- 缺點：不願為成功付出辛勞的代價
- 職業：公務人員、朝九晚五的上班族
- 最佳拍檔：綿羊型、蜜蜂型
- 成功因素：興趣與工作結合
- 壓力來源：被強迫做不是興趣範圍的事物、認為權益被剝削、被不公平對待



人際關係

對無尾熊型的人來說，人生最大的樂趣，莫過於能無後顧之憂地享受個人的興趣。因為他的生活哲學是一只要把「該做」的事做了，就有絕對的權力去追求任何「想做」的事。他不容許別人侵犯自己的獨立性及自主權，若誰想要剝奪他的快樂，他就不惜和誰過不去。無尾熊型大多以家庭為重，個性隨和、平易近人的他，在團體中也很受歡迎。由於喜歡甚至需要有人隨時來照顧他，因此他通常很樂意與他人建立良好且親密的人際關係。可是他有時會防範別人佔便宜，或擔心老闆可能對他要求太多。一旦懷疑他人心懷不軌時，會毫不考慮地回絕對方的要求，以確保自己不吃虧，且繼續保持自己的生活方式。永遠以自我為考量的無尾熊型，只要他的伴侶願意全心全意的付出、迎合他的要求，他也能夠證實自己是個相當忠貞、負責任，且充滿關懷的伴侶，但他往往會要求別人必須先付出，他才甘願做適度的回饋。

工作

無尾熊型工作的目的只是為了獲得經濟上的穩定，或是為了有能力追求個人嗜好，甚至純粹只是在工作上能夠得到樂趣。因此，他常會在工作與休閒生活上產生兩難的困擾。無尾熊型的人與同事通常能夠融洽相處，在工作崗位上也能堅守本分。但公私分明的他，下了班隨即會把工作拋在腦後，不但不會把做不完的工作帶回家，也不願忍氣吞聲的多做自己工作範圍外的事，去討好別人或是老闆。幾乎在任何一種行業中，都有具無尾熊型人格特質的人，但很難在主管階層的工作職位上見到他的蹤影。因為一方面對他來說，位高權重並不具吸引力；另一方面，他通常不是具有創意或是能啟發員工的管理人才。會給自己保留時間和精力去從事他真正有興趣的事。

職涯

無尾熊型的人，幾乎可以勝任各種職業，只要老闆或上司交代他的工作，並未超出他所願意付出的界限时，大抵而言他都可以接受。

愛情

無尾熊型的人，信奉“無為而治”，在工作上，不會全力衝刺，在情感上的付出，也不會做出離經叛道的事，但獲得與付出之間，一定拿捏得剛剛好，只要勉強過關就好。

你是一個做不了壞事，又不肯被人馴服的情人，你愛自己，甚過愛別人。

婚姻

永遠以自我為優先考量的無尾熊型，只要他的伴侶願意全心全意的付出，以迎合他的要求，他也能夠證實自己是個相當忠貞、負責任，且充滿關懷的伴侶，但他往往會要求別人必須先付出，他才甘願做適度的回饋。

綿羊型及蜜蜂型，是無尾熊型相當理想的伴侶，因為他們總是願意犧牲自己的喜好，並以滿足對方的需求為樂。

水牛型與無尾熊型剛開始交往時，雖能夠感覺到彼此個性上互補的吸引力，但戀愛初期的激情一過，便開始埋怨對方和自己頗具差異的人格特質。

特別是水牛型無法忍受無尾熊型面對人生的態度，再加上感情若要維持長久是非常困難的。

相同的問題也會發生在獅子型的相處上。獅子型與無尾熊型時常相互吸引，但雙方都希望得到對方的照顧，以致無法滿足彼此的需要。在家中，容易演變成；連一些枯燥的瑣事，都沒有任何一方願意去處理的現象。

由於無尾熊型在感情上需要對方付出很多的支持與關懷，因此禿鷹型和變色龍型的伴侶顯然也不適合他。

此外，無尾熊型與黑豹型，雖然同樣都十分注重休閒生活，但前者會堅守保持在社會規範內的原則，但後者卻熱衷於追逐逾越規範以外的刺激，因此二者嚴格說來並不合適。

如何克服弱點、展現優點

無尾熊型的你，十分懂得生活情趣，知道如何帶給自己快樂時光。但你應該多學習關心身邊的人，多觀察並滿足他們的需求，且儘量讓他人感到輕鬆愉快，你不妨試試以下練習，將有助於自我學習調適：

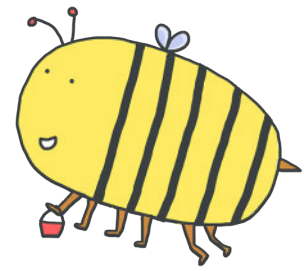
一、想想看你身邊的親友有何需求，自己應該要如何做，才能令他們開心愉快，接著先嘗試從小地方著手。

二、你做事總愛拖拖拉拉，需提醒自己一鼓作氣去完成。此外也可以將一件不樂意做的事情，切割成幾個小部分，然後再慢慢完成，並且試著做些小改變，讓自己從這些工作中得到樂趣。例如：可以邊洗車邊聽音樂，或將家事視為體能訓練等等。

三、你常會一方面想保有自己的空間，去做自己想做的事，另一方面卻又想要去滿足別人的需求，因而產生內心掙扎。因此，需試著找出一個平衡點，以減少內心衝突一再發生。

輔型：蜜蜂型

- 優點：樂於助人、純良無邪
- 缺點：無防人之心、不知爭取自我權益
- 職業：醫護、教師、社工員
- 最佳拍檔：是眾人心目中最理想的伴侶
- 成功因素：樂於無私付出、勇於服務人群
- 壓力來源：被呵護照顧、不再被需要時、付出未受到認同與肯定



人際關係

蜜蜂型的人，勤勉、精力充沛、朝氣蓬勃，並有著助人的原動力。只為別人著想，很少考慮到自己的利益，即使為別人付出再多，他也無怨無悔。雖然他不喜歡成為眾人矚目的焦點，也不誇耀自己的付出，但他仍是需要大家對他的所作所為給予肯定。倘若別人對他的付出，全都視為理所當然，他會覺得不受重視而悶悶不樂。蜜蜂型樂於付出的傾向，不管對方是何種人格典型，他都能與他們相處融洽，是個忠貞的好伴侶。蜜蜂型的人，他的內在世界通常是平和自然的，尤其是在帶給別人快樂或滿足別人的需求時更是如此。一旦身邊有其他的人，他總是會先替對方著想，往往忽略了自己。唯有在獨處時，他才能放鬆身心，享受全然屬於自我的時光。

工作

蜜蜂型是老闆眼中的理想員工，因為他能容忍瑣碎、艱苦、一成不變的工作，且能很快地適應各種環境和狀況。他不會有追逐財富和名利的野心。對他而言，成功的定義在於能夠帶給別人服務與滿足別人的需要。這類型的人，在工作上不會只考慮到自身的利益。若是部門中有升遷的管道，他甚至會將機會讓給其他更有需要的同事。縱使有著很高的天賦能力，他仍能安於基層服務的工作。

職涯

尋求一個能夠滿足別人需求的職業，如：醫藥、護理、社工、教職、保母或慈善公益事業等工作。避免從事讓自己成為公眾人物的職業，比方需要演講或成為大眾注意焦點的工作。

愛情

蜜蜂型的人，喜愛守護天使的形象，也有顆純潔善良如天使的心。不論面對工作或是情感，都喜歡扮演照顧他人、付出奉獻的角色，卻無法安逸享受他人的關懷、付出。學習讓周遭人們對你付出、關懷，你愛情的路，將會走得更順暢。

婚姻

蜜蜂型樂於付出的傾向，不管對方是何種人格典型，都可以相處融洽，是個忠貞的好伴侶。

由於有單純、天真無邪且樂於奉獻的特質，因此需儘量避免選擇極端人格特質的伴侶，因為有些強烈的人格典型，往往只考慮到自我需求，而全然忽視伴侶的付出，往往造成蜜蜂型伴侶精神上的匱乏與無助。

如何克服弱點、展現優點

蜜蜂型的你，是個博愛眾生卻常忽視自我權益與需求的人，在付出與給予中，總是無法拿捏好尺度。因此，要試著對自我多一點肯定，且儘量滿足自我需求。以下練習，不妨試試：

一、想想自己真正想要的是什麼，並試著要求別人給予支持與協助。而在對方主動幫助你時，要學著欣然接受，且不需要覺得內疚。

二、當你覺得未被公平對待時，為不縱容那些存心不良的人，要試著堅定且明確把不滿情緒表達出來。

三、當每次想要犧牲自己某方面的利益，去幫助別人加入志工行列時，先評估這個團體或個人是否真的需要你協助，不要一心只想助人，而把自己的健康置之度外，有時也要審慎做評估與取捨。

四、每天至少花十五分鐘時間，做些可讓自己感到輕鬆愉快的事。例如，喝杯好茶、看本好書、做個白日夢。偷得浮生半日閒是你該享有的權益。

五、偶爾做一、兩件自己想做，卻遲疑不願嘗試的事，如逛大街買件昂貴的衣服，看場自己一直很想看的電影等，將自己看成是十分重要的人物，好好寵愛自己一番。

天父的話及禱告方向

輕輕聽·傾聽主聲音,在愛相遇,在愛中建立

要擴張你帳幕之地,張大你居所的幔子,不要限止;要放長你的繩子,堅固你的橛子。

Make wide the place of your tent, and let the curtains of your house be stretched out without limit: make your cords long, and your tent-pins strong.

— 以賽亞書 54:2
— Isaiah 54:2



天父的話

這些經文，特別適合近期的你：

當有能力就盡量去做，並從當中學習與成長。

「凡你手所當做的事要盡力去做。」（傳道書9:10）

「有」才能「給予」，神透過我們成為祝福的流通管道。當樂意扶助和給予，祂將會賜予我們更美好的產業，使更多人能得到祝福。

「我凡事給你們作榜樣，叫你們知道應當這樣勞苦，扶助軟弱的人，又當記念主耶穌的話，說：施比受更為有福。」（使徒行傳20:35）

愛，越是付出，越是擁有。

「各人不要單顧自己的事，也要顧別人的事。」（腓立比書2:4）

禱告方向

你的個性自我意識強烈，不輕易退讓。因此，建議：

- ◆為能看見自己的個性、言行，為自己人際和職場經營所帶來的喜樂，而禱告。
- ◆為能看見自己的個性、言行，為自己人際和職場經營所帶來的困擾，而禱告。
- ◆能看見自己性格中的強烈自我意識，並願意為心愛的人們做調適，而禱告。
- ◆最終目標需學習“自覺”、“順服”、“節制”、“體恤”。



每天為自己禱告

以下針對你的個性特質列出適合你的禱告內容，可以每天挑選一則，幫助你有清晰的禱告方向。

第一則

所以，不要憂慮說，吃什麼？喝什麼？穿什麼？這都是外邦人所求的。你們需用的這一切東西，你們的天父是知道的。你們要先求祂的國和祂的義，這些東西都要加給你們了。

天父，有時我們會無法辨別「想要」與「需要」的差別，想擁有的太多了。謝謝祢使我看見，我的禱告中似乎充滿因我想要而導致的憂慮；因此請祢翻轉我的心，使它渴望公義與信心。無論做甚麼，或吃或喝，都要為榮耀上帝而做(林前10：31)。

祢看顧我的基本需要，使我不須煩惱手中進出流轉的物質。我無須耗盡心神期待財富與名聲，因為身為祢的兒女，我已擁有生命的至寶，並能領受從祢而來的恩典。奉耶穌的名禱告，阿們！

第二則

上帝叫孤獨的有家，使被囚的出來享福；惟有悖逆的住在乾燥之地。

天父，感謝祢使我有家人、朋友、親戚、同事與鄰舍。我只需環顧四周，就能看見家人是如此意義重大；當我需要幫助時，我知道可以找誰。當有一天我需要代禱時，就有朋友前來拜訪。祢使我剛強壯膽，不害怕，也不要畏懼，因為耶和華-我的神和我同在。祂必不撇下你，也不丟棄你。(申命記三十一章6節)

天父啊，求祢幫助我，使我脫離孤單，找到歸屬感。謝謝祢，奉耶穌基督的名禱告，阿們！

第三則

我們愛，因為 神先愛我們。（約翰一書四19）

天父啊！祢已向我顯明：生命、連結、關係與目標的至要關鍵-就是愛。甚願我有力量來汲取祢愛的靈感與動力，好讓我能與別人分享，也讓我能經歷深刻的滿足。我不肯定自己確知"滿足"的意義，但有時，我在人們的微笑中撇見了那種光芒；也在感受祢放在我生命的恩手時，察知那種感覺。

求祢使我體驗到什麼是充滿愛的恩典，而當我擁有這般智慧時，也請祢教導我能圓滿生命的每一時刻。當我對永恆知識的盼望加增，對世界的戀慕就日漸減少。當我想起我來到祢面前呼求祢愛的那一天，我的心中就有滿足。直到今日，這份感動仍在我生命的每一部分湧流著。我為我所擁有的基業心懷感恩，因它使我有更富足的今日與更美好的明天。奉主耶穌基督的名禱告，阿們！

第四則

有散的，卻更增添；有吝惜過度的，反致窮乏。（箴言11:24）

親愛的天父：「有施散的，卻更增添；有吝惜過度的，反致窮乏。（箴11:24）」請祢幫助我盡力趕上在我生命中能慷慨施予的人，因為當我也能像他們一樣能夠付出時，代表我也已經富足了。請祢幫助我調整品格，並且願意謙卑、傾聽祢的話語。我知道，也許祢藉著許多方式賞賜給我，然而每次當我有些忌妒、驕傲的態度面對祢時，就阻擋了祢對我的愛。天父，我要禱告尋求祢，請讓我透過不斷調整自己的眼光，使我改變自己內心的缺乏，並且讓我絕不會吝於付出自己、付出我的愛或我的幸福。謝謝祢給予我的提醒。奉主耶穌基督的名禱告，阿們！

我們的 神阿、現在我們稱謝你、
Now therefore, our God, we thank thee,
讚美你榮耀之名。
and praise thy glorious name.

—— 歷代志上 29:13
1 Chronicles 29 : 13



探索自我．從「心」體驗
釋放才能與恩賜，讓生命更精采

 幸福心
HAPPY HEART

英騰資訊顧問有限公司

高雄市前鎮區民權二路380號20樓之2

Tel (07)951-5588 Fax (07)331-9893