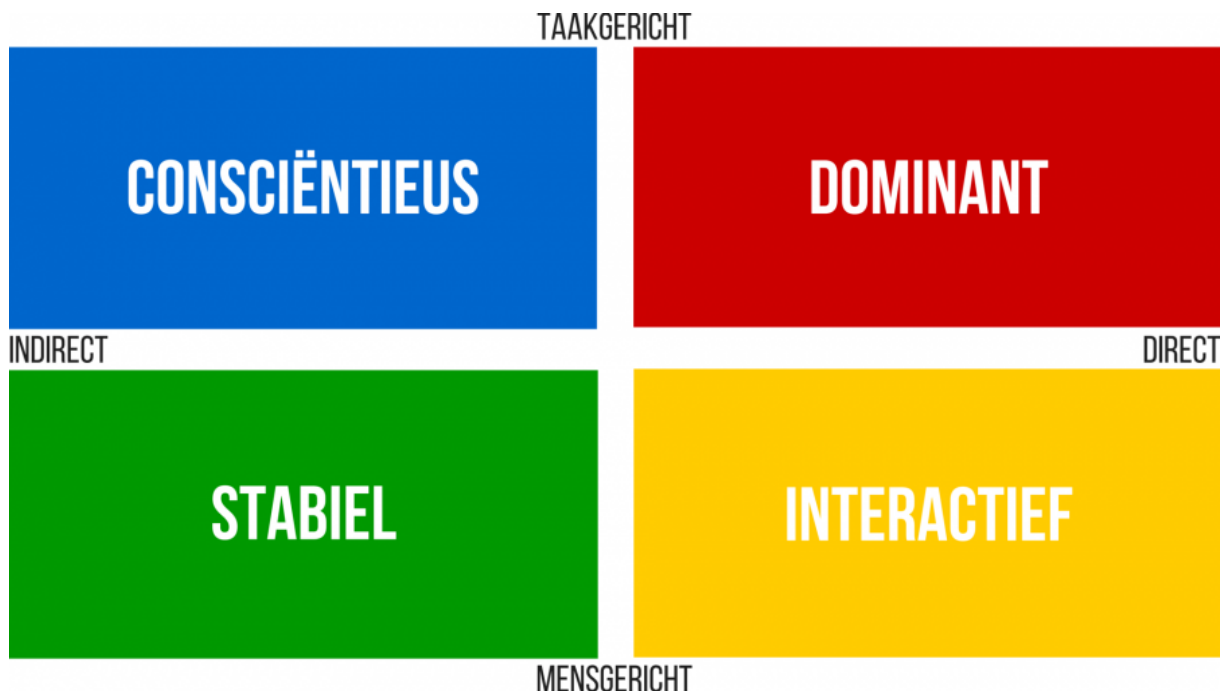


Het DISC model



Het **DISC model** geeft inzicht in bewuste en onbewuste voorkeuren in gedrag en communicatie en bestaat uit 4 temperamenten: Dominant (rood), Interactief (geel), Stabiel (groen) en Consciëntieus (blauw).

DISC vergroot de kennis van gedrag, helpt communicatie te verbeteren, vergroot individuele effectiviteit binnen organisaties en stimuleert het benutten van talenten.

Het DISC model – William Moulton Marston

Het DISC model is ontwikkeld door de Amerikaanse psycholoog Dr. William Moulton Marston (1893-1947). In zijn boek *Emotions of Normal People* beschrijft hij zijn observaties. Hierin maakte hij onderscheid tussen actief en passief gedrag, en hoe mensen hun omgeving ervaren: als vijandig of als goedgezind. Dit leidde tot een beschrijving van vier fundamentele temperamenten (DISC).

Het moderne DISC model bestaat uit twee assen. INDIRECT tegenover DIRECT en TAAKGERICHT tegenover MENSGERICHT.

Het DISC model – Indirect of direct

De eerste as (INDIRECT/DIRECT) geeft de snelheid en kracht aan waarmee iemand communiceert. Ben je meer indirect (introvert) dan ben je wat bedachtzamer, rustiger en wil je even nadenken voordat je wat zegt. Ben je meer direct (extravert) dan geef je sneller antwoord en ben je verbaal, en ook qua lichaamshouding, meer aanwezig.

Het DISC model – Taakgericht of mensgericht

De tweede as (TAAKGERICHT/MENSGERICHT) geeft aan hoe gunstig of wantrouwig iemand reageert op zijn omgeving. Ben je meer taakgericht (controlerend) dan laat je je meer leiden door feiten en argumenten, en wantrouw je de situatie enigszins totdat het tegendeel bewezen is. Ben je meer mensgericht

(relaterend) dan kies je meer op gevoel en geef je eerder het vertrouwen aan anderen.

Combineer je beide assen dan krijg je de 4 basis temperamenten van het DISC model: Dominant, Interactief, Stabiel en Consciëntieus, ieder met zijn eigen kleur.

Rood – Dominant temperament, ‘recht door zee’

- Gedrag: Zelfverzekerd, houdt van confrontaties, resultaat gericht, neemt snel beslissingen, goede onderhandelaar, assertief, resultaat gericht, ongeduldig, komt snel tot de kern en neemt graag risico's.
- Valkuil: Dicteren en te direct communiceren en hierdoor arrogant en bot overkomen.
- Lichaamstaal: Houdt afstand, stevige handdruk, direct oogcontact, gecontroleerde gebaren.
- Intonatie: sterk, luid en duidelijk, overtuigd, direct.

Geel – Interactief temperament, de ‘enthousiasteling’

- Gedrag: Enthousiast, liever praten dan luisteren, gevoelig voor trends/imago, neemt beslissingen op gevoel, is goed van vertrouwen, meestal positief en optimistisch, heeft een hoog tempo, is in voor nieuwe ideeën en ervaringsgericht.
- Valkuil: Te veel praten en anderen niet aan het woord laten.
- Lichaamstaal: Komt dichterbij, gebruik aanraking, relaxed, humor, vriendelijk oogcontact en gebruikt expressieve gebaren.
- Intonatie: Enthousiast en energiek, emotie in de stem, vriendelijk en stimulerend.

Groen – Stabiel temperament, de ‘helpende hand’

- Gedrag: Heeft een vriendelijke uitstraling, is een luisteraar, servicegericht, stelt beslissingen nemen uit, bescheiden, attent, meegaand, sensitief voor gevoelens van anderen, observeert en reflecteert.
- Valkuil: Zichzelf wegcijferen.
- Lichaamstaal: Relaxed, methodisch, leunt achterover, maakt vriendelijk oogcontact en gebruikt bescheiden gebaren.
- Intonatie: Warm, zacht, kalm, laag volume.

Blauw – Consciëntieus temperament, de ‘analyticus’

- Gedrag: Betrouwbaar en zorgvuldig, gericht op kwaliteit en service, objectief, luistert kritisch, neemt beslissingen weloverwogen, formeel, is wat afstandelijk, is feitelijk, heeft oog voor detail, eerst zien dan geloven.
- Valkuil: Perfectionisme en te kritisch.
- Lichaamstaal: Houdt afstand, ferme houding, direct oogcontact, geen gebaren.
- Intonatie: Gecontroleerd, direct, doordacht, monotoon.

Al deze temperamenten uit het DISC model laten we zien in ons gedrag. Eén temperament is echter het sterkst aanwezig, aangevuld met een secundair temperament. Dit bepaalt onze persoonlijke DISC stijl.

Hoe zie en meet je iemands DISC stijl? Je kunt iemands DISC stijl observeren als je goed kijkt en luistert naar de verbale en non-verbale communicatie. Je kunt DISC ook meten met een DISC analyse in de vorm van een vragenlijst. Ieder temperament uit deze analyse is even belangrijk. Niet alleen de hoogst scorende, maar ook de laagst scorende temperamenten geven informatie.

DISC profiel

De uitslag van de analyse wordt in een DISC profiel weergegeven en uitgelegd. Dit is een rapport dat de DISC analyse, en de bijbehorende grafiek, op een begrijpelijk manier vertaalt.

Toepassing DISC

DISC is zowel individueel als voor teams te gebruiken. Individueel krijg je meer inzicht in persoonlijke kwaliteiten, de voorkeuren en behoeftes achter gedrag en waar mensen mogelijk energie verliezen. Bij teams gaat het vooral over de optimale samenstelling en elkaar beter leren begrijpen waardoor je meer op dezelfde golflengte met elkaar kan communiceren. Hierdoor begrijp je elkaar veel beter! Ik zet het DISC instrument met name in bij:

- Individuele coaching
- Teamcoaching
- Loopbaancoaching
- Communicatietrainingen
- Persoonlijk leiderschap

Dankzij deze inzichten behaal ik goede resultaten in coaching en training!

Betaalbaar

Goede kwaliteit, breed inzetbaar én betaalbaar. De DISC kost per rapportage € 50,- en voor een heel team of bedrijf 's, zijn de kosten te bespreken. De bedragen zijn exclusief coachsessies en excl. 21% btw.

DISC ook in uw organisatie?

Misschien leest u graag eerst meer over DISC in coaching en training. Natuurlijk kunt u ook direct een vrijblijvende afspraak met mij maken. Ik kom graag kennismaken.

Melissa van Nimwegen: DISC Coach

Ook aan de slag met DISC in jouw team of organisatie? **Bel: 06-40193310 of neem contact op per e-mail** om de mogelijkheden te bespreken.