



Ismerd meg jobban önmagad és másokat!

Online persolog D.I.S.C. workshop



**Nemzeti Tehetség
Program**



**KULTURÁLIS ÉS INNOVÁCIÓS
MINISZTERIUM**

*Az önismeret a legjobb
lépés a haladás felé.*

(Közmondás)

Célkitűzések

- Saját viselkedésmód mélyebb megismerése
- Körülötted levő személyek jobb megértése
- Kapcsolatok javítása és hatékonyság növelése



Résztvevők bemutatkozása

Ki?

Mi?

Miért?



Hova utaznál szívesen nyaralni?

1.
Ibiza



2.
Las
Vegas



4.
Skócia



3.
Mongólia



Hol vagy a születési sorrendben?

1.
Első
gyerek



2.
Utolsó
gyerek

4.
Egyke



3.
Középső
gyerek

Melyik állat jellemzi legjobban a személyiséged?

1.
Tigris



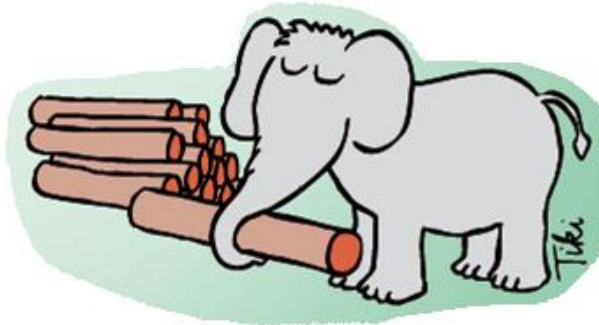
2.
Majom



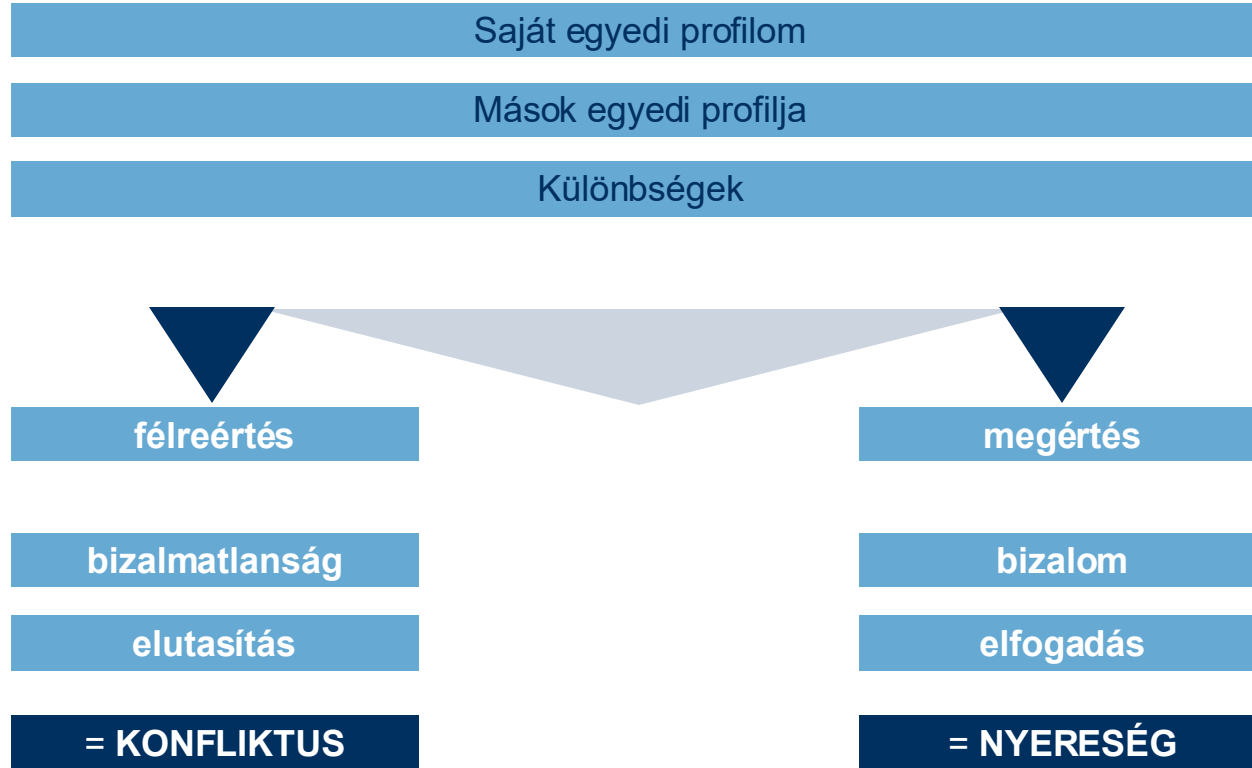
4.
Hangya



3.
Elefánt



Konfliktus elemzés



Énkép



Személyiség, viselkedés és környezet

W. M. Marston, 1928



Online kérdőív – Leginkább rész

1 leginkább illik rám

hajlandó vagyok osztózni



könnyű velem lenni



győzni vágyom



könnyen nevetek



- 24 csoport, mindegyikben négy állítás
- Mindegyik csoportból ki kellett választani **a viselkedését leginkább leíró állítást** a kiválasztott környezetben!
- Fontos a spontán és őszinte válaszadás!

Online kérdőív – Legkevésbé rész

1 legkevésbé illik rám

nyűgös



szófogadó



követelődző



játékos



- 24 csoport, mindegyikben négy jelző
- Mindegyik csoportból ki kellett választani azt a szót, ami a **legkevésbé írja le az érzéseit** a kiválasztott környezetben!
- Fontos a spontán és őszinte válaszadás!

Online persolog Viselkedésprofil



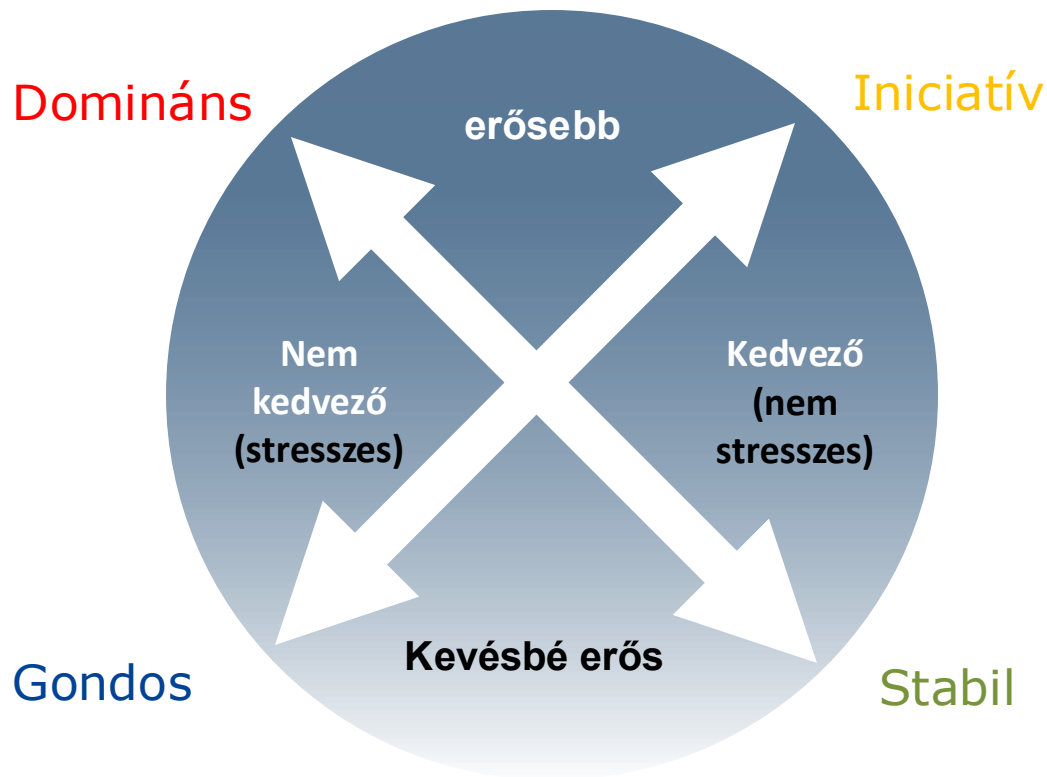
- A kitöltés után emailen megkapták pdf formátumban.
- A profil az ön viselkedését írja le a kiválasztott környezetben.



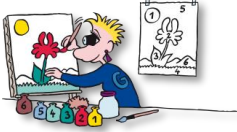
Marston Modellje

Hogyan érzékelem a környezetem?

Hogyan érzékelem magam a környezetben?



Mit jelent a D, I, S és G?

Hogyan érzékeli a környezetét?			
		stresszes	nem-stresszes
Hogyan reagál a környezetére?	érvényesülő	 D	 I
	Nem érvényesülő	 C	 S

D, I, S és G a személyiség négy tényezőjét jelenti.

Mind a négy tényező különböző érzékelést és különböző reakciót tükröz.

"Hogyan érzékelem az élethelyzeteket és hogyan reagálok rájuk."



1. értelmezési szint – A 4 viselkedésmód megértése



Domináns
aktív és határozott

A Domináns viselkedésmódot mutató személy a környezetét kihívásokkal teli (stresszesnek) érzi. Keresi a versenyhelyezteteket, győzni akar és az akadályokat céltudatosan, elszántsággal kezeli. Gyakran másoktól függetlenül dolgozik. A Domináns viselkedésminták bejegyzési számai: **1, 12, 13, 14, 124.**

- Cél:** A környezet alakítása, az akadályok legyőzése az eredmények elérése érdekében.
- Alapvető szükséglet:** Önállóság.
- Motiváció:** Lehetőség az önérvényesítésre, ön maga másokhoz hasonlítása, képességei bizonyítása, a tisztelet kiérdemlése, kiállni saját magáért, tekintélynek tűnni, a siker elérése, kihívások keresése és megoldása.
- Alapvető félelem:** Legyőztetés.



Iniciatív
beszédese és nyílt

Az Iniciatív viselkedésmódot mutató személy a környezetét kellemesnek (nem stresszesnek) érzi. Szerinte másoknak első-sorban bátorításra és inspirációra van szükségük. Nyílt, barátságos és meggyőző. Az Iniciatív viselkedésminták bejegyzési számai: **2, 21, 23, 24, 123.**

- Cél:** A környezet befolyásolása, mások bevonása az eredmények elérése érdekében.
- Alapvető szükséglet:** Elfogadottság.
- Motiváció:** Lehetőség a szórakozásra, mások érzéseinek megértése, körbevegye magát emberekkel, állandó nyüzsgés, olyan tevékenység, amiben az idő és az erőfeszítés nem számít, a kapcsolati feszültségek enyhítése.
- Alapvető félelem:** Hátrányba kerülés.



1. értelmezési szint – A 4 viselkedésmód megértése



Stabil
megbízható és együttműködő

A Stabil viselkedésmódot mutató személy a környezetét kellemesnek (nem stresszesnek) érzi. Azt akarja, hogy mindenki összedolgozzon és megtegye a részét a célok elérése érdekében. Kiszámítható, megbízható és együttműködő. A Stabil viselkedésminták bejegyzési számai: **3, 31, 32, 34, 234.**

- Cél:** Együttműködni másokkal az eredmények elérése érdekében.
- Alapvető szükséglet:** Biztonság.
- Motiváció:** Lehetőség a számára fontos dolgok kifejezésére, mások elismerjék szükségait, értékesség érzése, hozzájárulás a célok eléréséhez, feladatok elvégzése, a nélkülözhetetenség érzete.
- Alapvető félelem:** Egyedül hagyják, nincs kire támaszkodjon.



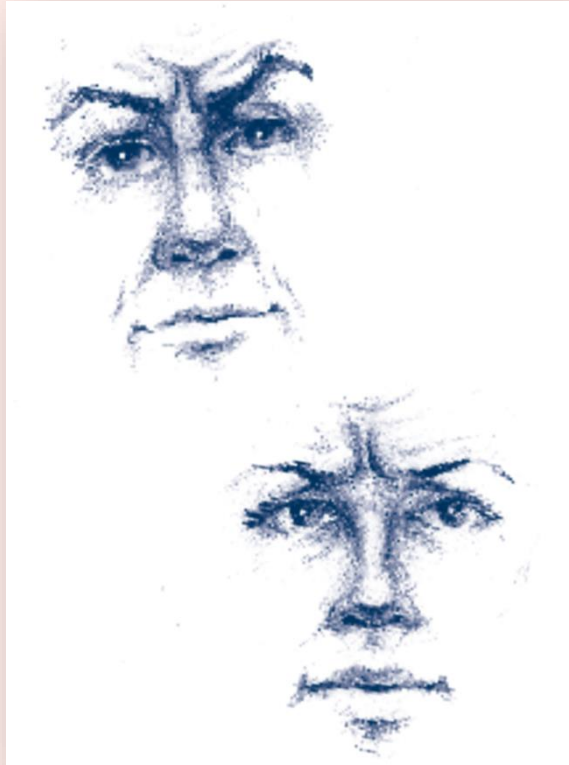
Gondos
fegyelmezett és elemző

A Gondos viselkedésmódot mutató személy a környezetét kihívásokkal teli (stresszesnek) érzi. Sok energiát fektet a dolgok rendszerezésébe, a káosz elkerülésére és a szabványok betartására. Fontos számára a korrektség és igazságosság. A Gondos viselkedésminták bejegyzési számai: **4, 41, 42, 43, 134.**

- Cél:** A dolgok alapos átgondolása az eredmények elérése érdekében.
- Alapvető szükséglet:** A feladatok helyes elvégzése.
- Motiváció:** Lehetőség másokkal igazságosan bánni, tökéletesíteni a világot, kiküszöbölni a hibákat, megindokolni álláspontjait, távol maradni a „fenyegető” dolgoktól.
- Alapvető félelem:** Kínálják.

Domináns

aktív és határozott



- **Cél:** A környezet alakítása; az akadályok legyőzése az eredmények elérése érdekében.
- **Alapvető szükséglet:** Önállóság
- **Motiváció:** Lehetőség az önérvényesítésre, önmaga másokhoz hasonlítása, képességei bizonyítása, a tisztelet kiérdemlése, kiállni saját magáért, tekintélynek tűnni, a siker elérése, kihívások keresése és megoldása
- **Alapvető Félelem:** Legyőzetés

Iniciatív

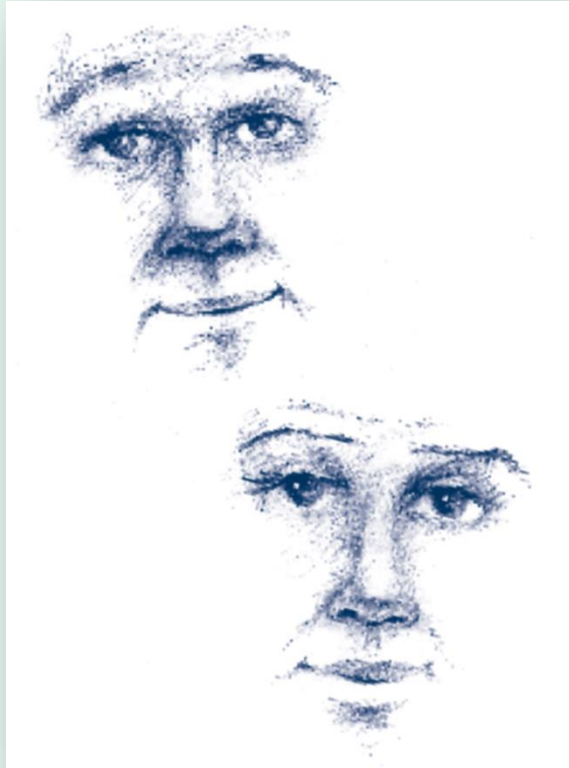
beszédes és nyílt



- **Cél:** A környezet befolyásolása, mások bevonása az eredmények elérése érdekében.
- **Alapvető szükséglet:** Elfogadottság
- **Motiváció:** Lehetőség a szórakozásra, körbevegye magát emberekkel, állandó nyüzsgés, olyan tevékenység, amiben az idő és az erőfeszítés nem számít, a kapcsolati feszültségek enyhítése
- **Alapvető Félelem:** Hátrányba kerülés

Stabil

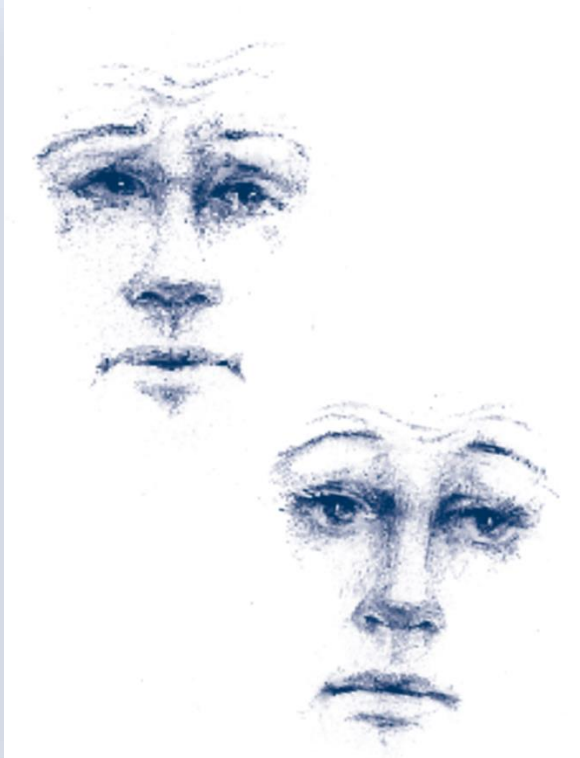
megbízható és együttműködő



- **Cél:** Együttműködni másokkal az eredmények elérése érdekében.
- **Alapvető szükséglet:** Biztonság
- **Motiváció:** Lehetőség a számára fontos dolgok kifejezésére, mások elismerjék szükségleteit, hozzájárulás a célok eléréséhez, feladatok elvégzése, a nélkülözhetetlenség érzete.
- **Alapvető Félelem:** Egyedül hagyják, nincs kire támaszkodjon.

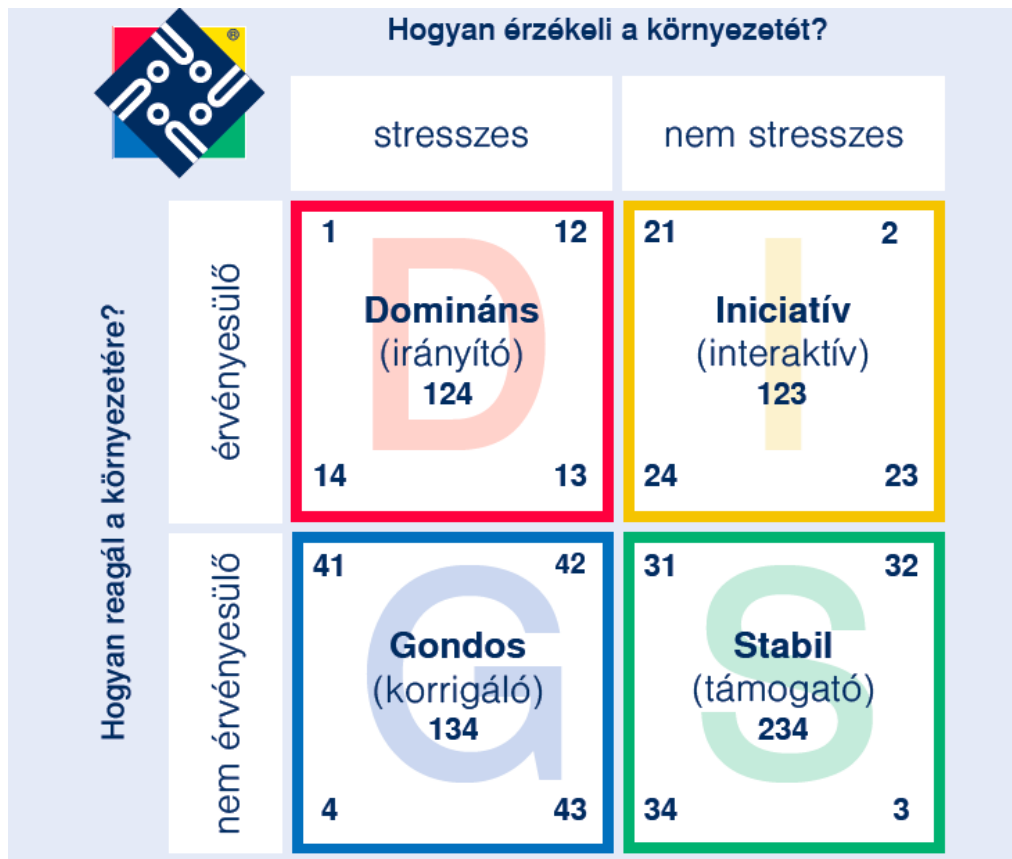
Gondos

fegyelmezett és elemző

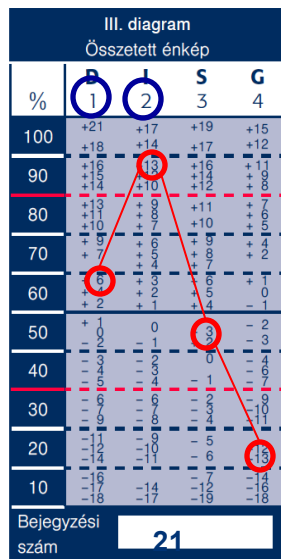
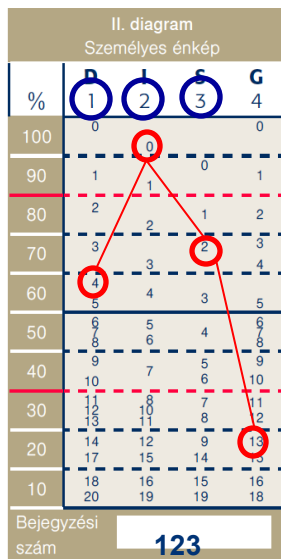
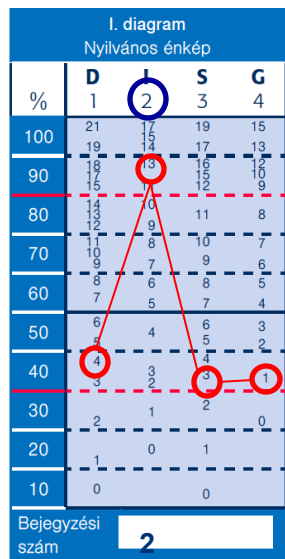


- **Cél:** A dolgok alapos átgondolása az eredmények elérése érdekében.
- **Alapvető szükséglet:** A feladatok helyes elvégzése.
- **Motiváció:** Lehetőség másokkal igazságosan bánni, tökéletesíteni a világot, kiküszöbölni a hibákat, megindokolni álláspontjait, távol maradni a „fenyegető” dolgoktól.
- **Félelem:** Kritizálják.

persolog Személyiségmodell – Dr. John Geier



Bejegyzési számok



- Egy számjegyű: A másik 3 tényezőnek minimális a hatása önre.
- Két számjegyű: Van egy elsődleges és egy másodlagos viselkedésmódja.
- Három számjegyű: Mindhárom viselkedésmódot alkalmazza.

Diagramok megértése

I. diagram Nyilvános énkép					
%	D	I	S	G	
	1	2	3	4	
100	21	17	19	15	
	19	14	17	13	
90	18	13	16	12	
	17	11	15	10	
80	14	10	11	8	
	12	9	10	7	
70	11	8	10	7	
	10	7	9	6	
60	8	6	8	5	
	7	5	7	4	
50	6	4	6	3	
	5	4	5	2	
40	4	3	4	2	
	3	2	3	1	
30	2	1	2	0	
	2	1	2	0	
20	1	0	1		
	1	0	1		
10	0		0		
	0		0		
Bejegyzési szám					

Nyilvános énkép

A viselkedés, szándék és attitűd tudatos választása.

II. diagram Személyes énkép					
%	D	I	S	G	
	1	2	3	4	
100	0			0	
		0			
90	1		0	1	
		1			
80	2		1	2	
		2			
70	3		2	3	
		3			
60	4		3	4	
	5	4	3	5	
50	6	5	4	6	
	7	6	5	7	
40	8	7	6	8	
	9	8	7	9	
30	10	9	8	10	
	11	10	9	11	
20	12	11	10	12	
	13	12	11	13	
10	14	13	12	14	
	15	14	13	15	
	16	15	14	16	
	17	16	15	17	
	18	17	16	18	
	19	18	17	19	
Bejegyzési szám					

Személyes énkép

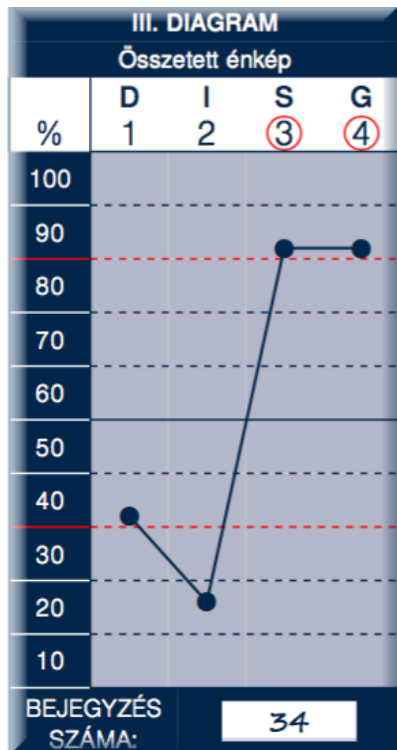
Kevésbé tudatos és önkéntelen viselkedésforma.

III. diagram Összetett énkép					
%	D	I	S	G	
	1	2	3	4	
100	+21	+17	+19	+15	
	+18	+14	+17	+12	
90	+16	+13	+16	+11	
	+14	+11	+14	+9	
80	+12	+9	+12	+7	
	+10	+7	+10	+5	
70	+9	+6	+9	+4	
	+7	+5	+7	+3	
60	+6	+4	+6	+2	
	+4	+3	+4	+1	
50	+3	+2	+3	+1	
	+2	+1	+2	0	
40	+1	0	+1	-1	
	0	-1	0	-2	
30	-1	-2	-1	-3	
	-2	-3	-2	-4	
20	-3	-4	-3	-5	
	-4	-5	-4	-6	
10	-5	-6	-5	-7	
	-6	-7	-6	-8	
	-7	-8	-7	-9	
	-8	-9	-8	-10	
	-9	-10	-9	-11	
	-10	-11	-10	-12	
	-11	-12	-11	-13	
	-12	-13	-12	-14	
	-13	-14	-13	-15	
	-14	-15	-14	-16	
	-15	-16	-15	-17	
Bejegyzési szám					

Összetett énkép

A személyes preferenciák összehangolása mások elvárásaival.

III. diagram: Összetett énkép



- A „személyes” reakcióink összehangolása a „nyilvános” viselkedésünkkel
- A saját vágyaink és mások elvárásainak egyeztetése
- Általános képet mutat viselkedésünkről egy adott helyzetben / környezetben.
- Kérdés: *Elfogadom ezt a képet?*

Viselkedésmód leírásának megtalálása

III. diagram

Összetett énkép

%	D ①	I ②	S 3	G 4
100	+21	+17	+19	+15
	+18	+14	+17	+12
90	+16	+13	+16	+11
	+15	+10	+14	+8
80	+13	+9	+11	+7
	+10	+8	+10	+5
70	+9	+7	+9	+4
	+7	+5	+8	+2
60	+5	+4	+6	+1
	+4	+3	+5	0
50	+1	0	+3	-2
	0	-1	+2	-3
40	-3	-2	+1	-4
	-4	-3	0	-6
30	-5	-4	-1	-7
	-6	-5	-2	-9
20	-9	-8	-4	-11
	-11	-9	-5	-12
10	-12	-10	-6	-13
	-14	-11	-7	-14
	-16	-14	-9	-16
	-17	-15	-10	-17
	-18	-17	-12	-18

Bejegyzési
szám

21

Kövesse a III. Diagramon kapott bejegyzési számát és megtalálja azt az oldalt, ahol az ön viselkedésmódjának leírása található.

A III. diagram

bejegyzési száma

Oldalszám

1	2	3	4	12	13	14	21	23	24	31	32	34	41	42	43	123	124	134	234
15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34

A Viselkedésminta leírása

Viselkedésminta 21/ID   Meggyőző	
1. Viselkedési tendenciák	Kihasználja mások motivációját, pozitív hozzáállással és jól megválogatott szavakkal megragadja mások figyelmét, elfogadja a támogatást másoktól, a múltbeli sikerek megismétlésére törekszik, ha rutin korlátozza, ingerültté válik, jól akar kinézni és jól akarja érezni magát, elutasítja a nem átlátható vagy nem kielégítő helyzeteket, leginkább a meggyőző kifejezés jellemzi.
2. Lehetséges gyengeségek	Nem szereti a rutint; kerüli az egyhangú, pepecselő munkát; a rosszul megválasztott projekteket nem fejezi be; hajlamos eltúlozni a dicséretet, és túl lelkessé válni.
3. Feladatok teljesítése	Őrül azoknak az alkalmaknak, amikor megmutathatja, miben tehetséges; a terveket megfogalmazza; emocionális nyelvezetével reményeket kelt; gyakorlatiasággal támasztja alá lelkesedését; a részleteket másokra hagyja; fenntartja a lendületet a sikeres projektekben.
4. Elsődleges cél	Sikeres eredményekre törekszik.
5. Motiváció	Az érvényesülés, a valahová tartozás és az egyedi teljesítmény személyes igénye. Akkor dolgozik jól, ha kapcsolatban lehet különféle emberekkel.
6. Személyes értékek	Kihívás (megerősítő feladatok, akadályok leküzdése), verseny (ön maga másokhoz való hasonlítása, győzelem), kapcsolat másokkal (kiterjedt kapcsolati hálózat), presztízs (nyilvános képének építése).
7. Mások meggyőzése	Új lendületet ad; hangsúlyozza a lehetőségeket; alkalmazkodik a másik fél személyiségéhez; barátságos, és könnyedén teremt kapcsolatot; szeret mások közelében dolgozni; eltávolítja a fizikai akadályokat, pl. asztalokat, emelvényeket. Materiális és eszmei dolgok elfogadtatásában egyaránt kiemelkedő sikereket ér el.
8. Konfliktusok kezelése	Együttműködő; a becsmértő kritikát humorral és ésszel eltereli; készen áll minden oldal igényeit kielégíteni.
9. Reagálás nyomás alatt	Türelmes; a problémákat gyakrabban verbalizálja; mindenképpen mozgásba akarja hozni a dolgokat.
10. Vezetőként	Demokratikus; figyelembe veszi a csapat igényét az érdekes tevékenységekre; igazságos másokkal; hidakat épít az ellenséges táborok közé.
11. Csapatban	Szereti a nehéz feladatokat; cselekszik; határozott véleményt mond olyan dolgokról, melyeket mások kerülnek vagy eltussolnak; kiáll azon csapattagok mellett, akik kevésbé tudják érvényesíteni akaratukat.
12. Preferált feladatok / funkciók	- Ismereteket felhasználni, pl. mások meggyőzésére. - Kapcsolatokat építeni, pl. kommunikációs bázist kiépíteni egy ügyféllel - Másokat vezetni, irányítani, pl. segíteni a csapatnak a lehetőségek felismerésében.
13. Hatékonyágnövelő stratégiák	Lassítson a munkatempón; kerülje a kimerülést; legyen őszinte, mikor másokat megdicsér; hagyjon időt másoknak kétségeik, neheztelésük és kifogásaik kifejtésére; kerülje az eltúlozott dicséretet; ismerje fel, mikor kell abbahagyni a rábeszélést; dolgozzon együtt olyan személyekkel, akik kiegészítik önt a szervezésben és a rendszerezett tervezésben (13, 14, 34 minták).

Keresse meg a saját viselkedésmódjának leírását!

Olvassa el a leírást!



Pipálja ki, ami illik önre!



Villámjel, ha nem ért egyet.



Írjon kérdőjelet, ha bizonytalan – nem érti a leírást!

A viselkedésminta leírásának kiértékelése

	Nem értek egyet	Kétlem	Egyetértek
A viselkedés általános leírása			
1. Viselkedési tendenciák	1 ☐ 2 ☐ 3 ☐	4 ☐ 5 ☐ 6 ☐	7 ☐ 8 ☐ 9 ☒
2. Lehetséges gyengeségek	1 ☐ 2 ☐ 3 ☐	4 ☐ 5 ☐ 6 ☐	7 ☐ 8 ☐ 9 ☐
3. Feladatok teljesítése	1 ☐ 2 ☐ 3 ☐	4 ☐ 5 ☐ 6 ☐	7 ☐ 8 ☐ 9 ☐
Személyes jellemzők és a motiváció forrásai			
4. Elsődleges cél	1 ☐ 2 ☐ 3 ☐	4 ☐ 5 ☐ 6 ☐	7 ☐ 8 ☐ 9 ☐
5. Motiváció	1 ☐ 2 ☐ 3 ☐	4 ☐ 5 ☐ 6 ☐	7 ☐ 8 ☐ 9 ☐
6. Személyes értékek	1 ☐ 2 ☐ 3 ☐	4 ☐ 5 ☐ 6 ☐	7 ☐ 8 ☐ 9 ☐
Viszonyulás másokhoz és nehéz helyzetek kezelése			
7. Mások meggyőzése	1 ☐ 2 ☐ 3 ☐	4 ☐ 5 ☐ 6 ☐	7 ☐ 8 ☐ 9 ☐
8. Konfliktusok kezelése	1 ☐ 2 ☐ 3 ☐	4 ☐ 5 ☐ 6 ☐	7 ☐ 8 ☐ 9 ☐
9. Reagálás nyomás alatt	1 ☐ 2 ☐ 3 ☐	4 ☐ 5 ☐ 6 ☐	7 ☐ 8 ☐ 9 ☐
Egyéni hozzájárulás a csapatmunkához			
10. Vezetőként	1 ☐ 2 ☐ 3 ☐	4 ☐ 5 ☐ 6 ☐	7 ☐ 8 ☐ 9 ☐
11. Csapatban	1 ☐ 2 ☐ 3 ☐	4 ☐ 5 ☐ 6 ☐	7 ☐ 8 ☐ 9 ☐
Cselekvési lehetőségek			
12. Preferált feladatok / funkciók	1 ☐ 2 ☐ 3 ☐	4 ☐ 5 ☐ 6 ☐	7 ☐ 8 ☐ 9 ☐

Minden egyes résznél értékelje mennyire ért egyet a leírással!

stresszes

nem
stresszes

nem
érvényesülő

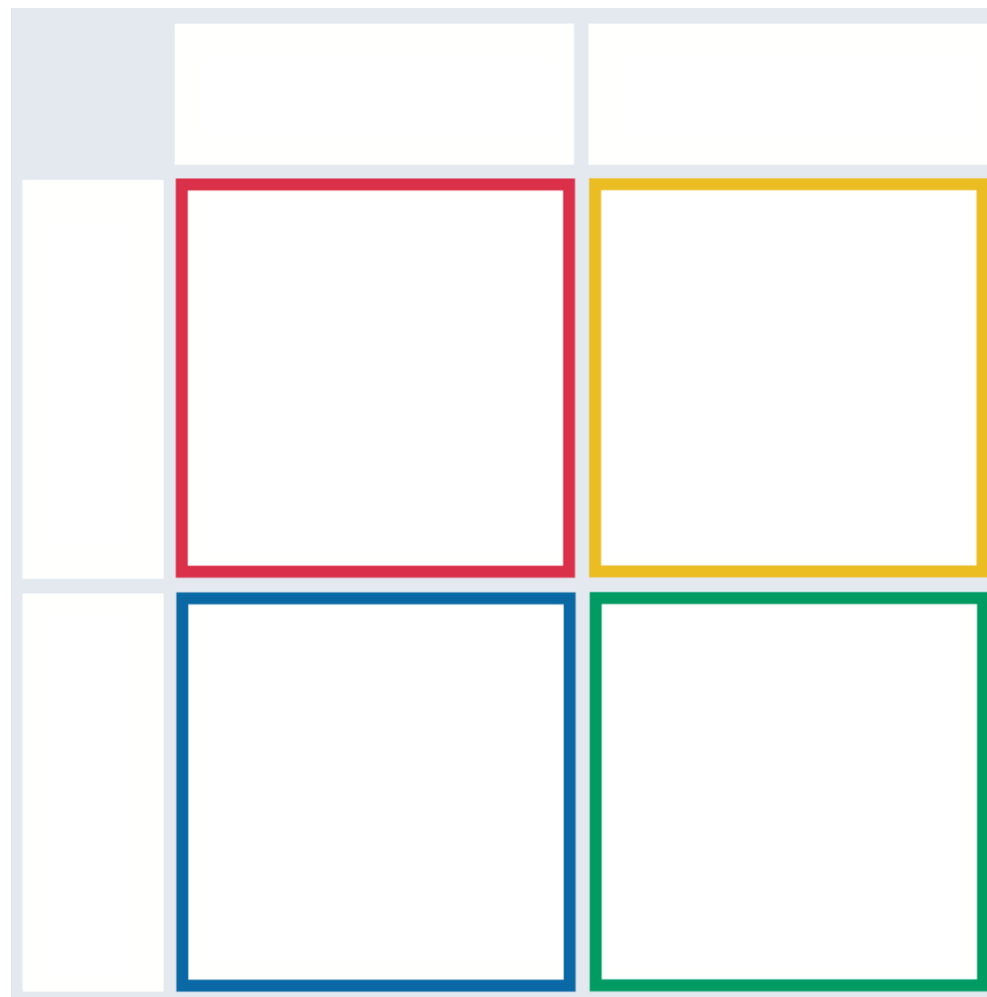
érvényesülő

Domináns

Stabil

Iniciatív

Gondos



Videóklippek



A viselkedésmód leírásának kiértékelése

Viselkedésminta 21/ID D I S G   Meggyőző	
1. Viselkedési tendenciák	Kihátrálja mások motivációját, pozitív hozzáállással és jól megválogatott szavakkal megragadja mások figyelmét, elfogadja a támogatást másoktól, a múltbeli sikerek megismétlésére törekszik, ha rutin korlátozza, ingerültté válik, jól akar kinézni és jól akarja érezni magát, elutasítja a nem kielégítő helyzeteket, leginkább a meggyőző kifejezés jellemzi.
2. Lehetséges gyengeségek	Nem szereti a rutint; kerüli az egyhangú, pepecselő munkát; a rosszul megválasztott projekteket nem fejezi be; hajlamos eltúlozni a dicsőretet, és túl lelkesé válni.
3. Feladatok teljesítése	Őrül azoknak az alkalmaknak, amikor megmutathatja, miben tehetséges; a terveket megfogalmazza; emocionális nyelvezetével reményeket kelt; gyakorlatlansággal támasztja alá lelkesedését; a részleteket másokra hagyja; fenntartja a lendületet a sikeres projektekben.
4. Elsődleges cél	Sikeres eredményekre törekszik.
5. Motiváció	Az érvényesülés, a valahová tartozás és az egyedí teljesítmény személyes igénye. Akkor dolgozik jól, ha kapcsolatban lehet különféle emberekkel.
6. Személyes értékek	Kihívás (megerősítő feladatok, akadályok leküzdése), verseny (önmaga másokhoz való hasonlítása, győzelem), kapcsolat másokkal (kiterjedt kapcsolati hálózat), presztízs (nyilvános képének építése).
7. Mások meggyőzése	Új lendületet ad; hangsúlyozza a lehetőségeket; alkalmazkodik a másik fél személyiségéhez; barátságos, és könnyedén teremt kapcsolatot; szeret mások közelében dolgozni; eltávolítja a fizikai akadályokat, pl. asztalokat, emelvényeket. Mátériális és eszmei dolgok elfogadtatásában egyaránt kiemelkedő sikereket ér el.
8. Konfliktusok kezelése	Együttműködő; a becsmérlő kritikát humorral és észsel eltereli; készen áll minden oldal igényeit kielégíteni.
9. Reagálás nyomás alatt	Türeelmes; a problémákat gyakrabban verbalizálja; mindenképpen mozgásba akarja hozni a dolgokat.
10. Vezetőként	Demokratikus; figyelembe veszi a csapat igényét az érdekes tevékenységekre; igazságos másokkal; hűdakat épít az ellenséges táborok közé.
11. Csapatban	Szereti a nehéz feladatokat; cselekszik; határozott véleményt mond olyan dolgokról, melyeket mások kerülnék vagy elutussolnak; kiáll azon csapattagok mellett, akik kevésbé tudják érvényesíteni akarataikat.
12. Preferált feladatok / funkciók	- I Ismereteket felhasználni, pl. mások meggyőzésére. - I Kapcsolatokat építeni, pl. kommunikációs bázist kiépíteni egy ügyféllel - I Másokat vezetni, irányítani, pl. segíteni a csapatnak a lehetőségek felismerésében.
13. Hatékonyságnövelő stratégiák	I Lassítson a munkatempón; kerüli a kimerülést; legyen ószinte, mikor másokat megdicsér; hagyjon időt másoknak kétségeik, neheztelések és kifogásaik kifejtésére; kerüli az eltúlozott dicsőretet; ismerje fel, mikor kell abbahagyni a rábeszélést; dolgozzon együtt olyan személyekkel, akik kiegészítik őnt a szervezésben és a rendszerezett tervezésben (13, 14, 34 minták).

- Mi az, ami új információ volt magadról?
- És mi az, ami megerősítette amit már tudtál?
- Mely tanácsokat akarod alkalmazni?

Cselekvési terv

- Milyen célt tud megfogalmazni a személyes fejlődésére vonatkozóan?
- Hogyan tudja hasznosítani az erősségeit a célja elérése érdekében?
- Hogyan tudja a gyengeségei akadályozó hatását csökkenteni vagy megelőzni?
- Hogyan fogja használni a viselkedésmintájáról szerzett ismereteit a másokhoz való jobb viszonyulás érdekében?



Visszajelzés

1. Mi tetszett a legjobban ezen a workshop-on?
2. Mit fogsz alkalmazni a tanultakból?
3. Mit javíthatnánk a következő alkalmon?





Köszönöm a figyelmet!