



BUSINESS COACHING KÉRDŐÍVEK

# DISC személyiség- és viselkedésprofil

DR. VÁRADI ÉVA

# BUSINESS COACHING KÉRDŐÍVEK

*Kedves Olvasó!*

Először is köszönöm, hogy felvettük a kapcsolatot, és hogy érdeklődsz az iránt, mivel tudok hozzájárulni az önismeretedhez.

Hiszem, hogy a professzionális coaching segítségével mindenki jobba tudja tenni a saját világát, beleértve a magánéletét és a szakmai életét is.

**A vezetői önismereti tesztcsomag** 9 kérdőíve segít feltérképezni személyiségedet, vezetői stílusodat, kommunikációs mintáidat és stresszkezelési erőforrásaidat. Mindegyik teszt 50 kérdésből áll, Likert-skálás válaszlehetőségekkel (1-5), és egyszerű kiértékelésen keresztül mutatja meg erősségeidet és fejlesztendő területeidet.

A tesztek kitöltése után lehetőség van egyéni coaching konzultációra, ahol közösen értelmezzük az eredményeket, és személyre szabott fejlesztési tervet dolgozunk ki a fejlődéshez.

*Dr. Váradi Éva*

## RÓLAM

Az EMCC nevű nemzetközi szervezetnél akkreditált senior coach és coaching szupervizor vagyok. Több ezer óra ülés tapasztalattal és nemzetközi tanulmányokkal rendelkezem.



# DISC SZEMÉLYISÉG- ÉS VISELKEDÉSPROFIL



A DISC egy gyakorlatorientált, vezetésfejlesztésben széles körben használt modell, amely **négy fő viselkedési stílust** különít el:

**D** – Dominance (**Dominancia**): céltudatosság, határozottság, eredményorientáltság

**I** – Influence (**Hatás**): társaságkedvelés, meggyőzőkészség, inspiráló jelenlét

**S** – Steadiness (**Stabilitás**): türelem, együttműködés, lojalitás

**C** – Conscientiousness (**Következetesség**): pontosság, rendszerezettség, szabálykövetés

**Minden állítást értékelj az alábbi skála szerint:**

1 = egyáltalán nem igaz rám

2 = inkább nem igaz

3 = részben igaz, részben nem

4 = többnyire igaz

5 = teljes mértékben igaz



## Dominancia (Dominance)

1 Gyorsan hozok döntéseket, még kockázatos helyzetekben is.

2 Szeretek irányítani és kezdeményezni.

3 Fontos számomra, hogy elérjem a kitűzött céljaimat.

4 Határozottan képviselem az álláspontomat.

5 Versenyszellem jellemez.

- 6 Úgy érzem, a hatékonyság érdekében néha keménynek kell lennem.
- 7 Nem félek a konfrontációtól.
- 8 Szeretem, ha a munkám eredménye kézzelfogható és gyors.
- 9 Gyakran keresem a kihívásokat.
- 10 Nem ijedek meg a felelősségtől.
- 11 A célok elérése néha fontosabb számomra, mint a kapcsolatok megőrzése.
- 12 Előnyben részesítem a gyors cselekvést a hosszú tervezéssel szemben.
- 13 Határozott és erős jelenlétem van a csapatban.

### Hatás (Influence)

- 1 Könnyen teremtek kapcsolatot új emberekkel.
- 2 Szeretek lelkesíteni és motiválni másokat.
- 3 Gyakran vagyok a társaság középpontja.
- 4 Könnyen kifejezem az érzéseimet.
- 5 Fontos számomra, hogy mások kedveljenek.
- 6 Szeretek történeteket és példákat mesélni, hogy meggyőzzek másokat.
- 7 Nyitottan és barátságosan kommunikálok.

- 8 Optimista szemléletű vagyok.
- 9 Gyakran dicsérek és bátorítok másokat.
- 10 Úgy érzem, jó hatással vagyok másokra.
- 11 Inkább az emberekre fókuszálok, mint a szabályokra.
- 12 Könnyen tudok csapatot inspirálni.

### Stabilitás (Steadiness)

- 1 Nyugodt és türelmes embernek tartom magam.
- 2 Inkább a biztonságot választom, mint a kockázatot.
- 3 Fontos számomra, hogy harmonikus kapcsolatokat ápoljak.
- 4 Gyakran közvetítek a csapatban, hogy béke legyen.
- 5 Nem szeretem a hirtelen változásokat.
- 6 Jobban szeretek együttműködni, mint versengeni.
- 7 Könnyen alkalmazkodom mások igényeihez.
- 8 Lojális vagyok a szervezethez és a csapatomhoz.
- 9 A stabil környezet motivál engem.
- 10 Inkább óvatos vagyok a döntéshozatalban.

11 Fontos számomra, hogy a kollégáim jól érezzék magukat.

12 Szeretem a kiszámítható feladatokat.

### Következetesség (Conscientiousness)

1 Nagy figyelmet fordítok a részletekre.

2 Fontos számomra, hogy pontos és precíz legyek.

3 Szeretem, ha világos szabályok és eljárások vannak.

4 Inkább először tervezek, és csak utána cselekszem.

5 Szeretek adatokat és tényeket elemezni, mielőtt döntök.

6 Hajlamos vagyok a perfekcionizmusra.

7 Nehezen viselem a hibákat.

8 Rendszeretőnek tartom magam.

9 A logikus gondolkodást előnyben részesítem az érzelmekkel szemben.

10 Fontosnak tartom, hogy a munkám magas minőségű legyen.

11 Sokszor ellenőrzöm újra a munkám, hogy ne maradjon benne hiba.

12 Jobban érzem magam, ha világos irányelvek mentén dolgozhatok.

# Kiértékelés

## Kiértékelés:

- **Dominancia (D):** 13–65 pont
- **Hatás (I):** 12–60 pont
- **Stabilitás (S):** 13–65 pont
- **Következetesség (C):** 12–60 pont

## Értelmezés:

- **0–25%** (nagyon alacsony): nem jellemző viselkedési stílus
- **26–50%** (közepes): helyzettől függően megjelenik
- **51–75%** (magas): erősen jellemző
- **76% felett** (domináns): meghatározó stílus

A legmagasabb pontszám jelzi az elsődleges DISC stílust, a második legmagasabb pedig a kiegészítő stílust.

Ha a négy dimenzió kiegyensúlyozott, az illető rugalmasan változtat a stílusok között.



Amennyiben úgy érzed, szeretnél többet tudni, akkor kérj részletes elemzést, konzultációt és fejlesztési tervet tőlem!  
(Ára: 30.000 Ft)

KONZULTÁCIÓT SZERETNÉK