

## Tu Estilo Personal



**Juan Prueba**

19/08/2015



1712 Pioneer Ave Ste. 101

82001 Cheyenne WY

US

Tel.2147483647

[www.evaluacenter.com](http://www.evaluacenter.com)



# Estilo Personal

## Introducción al estilo de personalidad D.I.S.C

Este informe está basado en la metodología D.I.S.C. y su objetivo es contribuir a tu auto-conocimiento y desarrollo.

D.I.S.C. es el lenguaje del comportamiento, no pretende medir la inteligencia, los valores ni las aptitudes, sino que evalúa cómo actuamos en diferentes entornos, situaciones o frente a otras personas.

El D.I.S.C. mide:

- Nuestro nivel de **Decisión**, es decir, cómo respondemos ante los problemas y los desafíos.
- Nuestro nivel de **Interacción**, es decir, cómo nos relacionamos e influimos en los demás.
- Nuestro nivel de **Serenidad**, es decir, cómo respondemos a los cambios y el ritmo de las cosas.
- Nuestro nivel de **Cumplimiento**, es decir, como respondemos ante las reglas y los procedimientos establecidos.

Actuamos y reaccionamos de acuerdo a la combinación de estos 4 factores que cada uno de nosotros poseemos en distintas intensidades.

Conocer tu estilo, hará más fácil que aprendas a mejorar diferentes áreas en su vida. Conocernos a nosotros mismos, facilitará nuestra habilidad para adaptar nuestro comportamiento dependiendo de las situaciones o circunstancias con las que estemos tratando en cada momento, y mejorará de forma sustancial nuestro poder de comunicación.

Entender nuestro estilo de personalidad y el de los demás nos ayuda a:

- Comunicarnos mejor con los demás
- Prevenir y resolver conflictos
- Apreciar a otras personas diferentes a nosotros
- Influir de forma positiva en los demás

Entender cómo somos nos da la herramientas para comprender cómo interactuar con nuestro mundo, los que nos rodean, y nosotros mismos



## Estilo Personal



### Características de mi Estilo

**La siguiente información refleja la forma natural en la que actúas. Esta información es muy importante para conocerte a ti mismo.**

Si se le provee el tiempo y las razones correctas, Juan puede ser bastante adaptable. Prefiere trabajar en un entorno que garantice unas condiciones seguras, no le agrada mucho el riesgo. Le gusta las innovaciones si aportan garantías de buen funcionamiento y calidad. Si se le da a escoger, prefiere la calidad sobre la cantidad. Su meticulosidad puede resultar exasperante para otras personas que no comprenden sus exigencias para que todo se haga correctamente. Uno de sus puntos fuertes son las tareas que precisan de exactitud y atención a los detalles. Debido a que pone el listón de su trabajo muy alto, puede que piense que nadie puede hacerlo de la manera que debe ser realizado, por lo que le puede costar delegar. Es sistemático por naturaleza y prefiere mantener las cosas ordenadas, aunque sea con su propio sistema.

Conoce y sigue las normas establecidas y le molesta cuando otros no las siguen. Su perfil concienzudo y lógico hacen que pueda llegar a adaptarse a diferentes situaciones con facilidad y mostrar bastante versatilidad. Frente a un problema buscará toda la información y soluciones posibles, es creativo a la hora de resolver problemas. Le gusta obtener resultados medibles, pero a la vez excelentes. Puede ser su peor crítico, tiene la tendencia a pensar que lo podría haber hecho mejor. Se esfuerza mucho por hacer las cosas de la mejor manera posible, por lo que puede tomarse la crítica hacia su trabajo como un ataque personal. Corre el riesgo de querer tantos datos antes de decidir que se atasca en ellos y se le hace difícil llegar a tomar la decisión. Si tiene precedentes y experiencias toma las decisiones diarias basadas en ellas, pero para las grandes decisiones se vuelve muy precavido porque no quiere equivocarse.

Juan no trabaja bien cuando usan con él la agresividad o confrontación, un entorno así puede hacerle improductivo y afectar su motivación. Se muestra temeroso a equivocarse por lo que usa la información y los datos como fuente de seguridad. Su forma de enfocar la resolución de un problema es mediante el uso o implementación de un sistema o procedimiento. Es un pensador creativo y puede aportar muchas ideas intuitivas. Prefiere evitar la confrontación directa, y en ocasiones cuando sucede puede que sus emociones no estén en consonancia con la intensidad del conflicto, sino que sean incluso mayores. Se frustra con los que abusan de su tiempo o no cumplen con sus compromisos, aunque las normas sociales o de cortesía, no estén escritas, piensa que se debe respetar. Suele darle vueltas al por qué de los demás, lo que le ayuda a mejorar su intuición. Disfruta en compañía de personas con su misma área de interés.

### DESARROLLO

*Subraya las frases que crees que mejor te describen y anota cómo afectan a tu vida.*



## Estilo Personal



### Gráfico de Estilo Personal

El siguiente gráfico es una herramienta que permite visualizar tu estilo de personalidad DISC natural.

#### ¿Qué significan las barras y los porcentajes?

**Decisión:** Cuanto mayor el nivel de D más directa y activamente afronta la persona los problemas y retos, y más fácil se enfada. Cuanto menor el nivel de D mayor necesidad de información y meditación para tomar una decisión y más tardará en enfadarse.

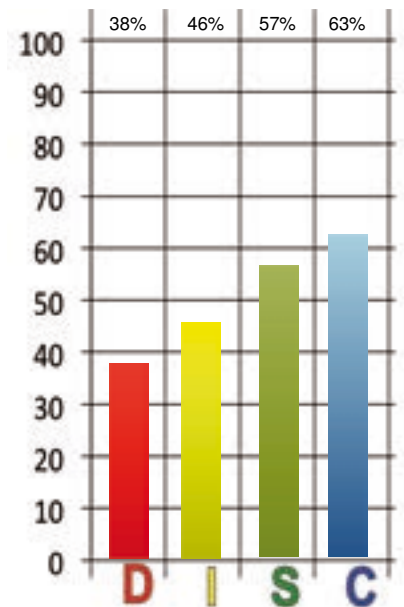
**Interacción:** Cuanto mayor el nivel de I más usa la persona de habilidades verbales para influenciar en los demás y más optimismo muestra. Cuanto menor el nivel de I más usará datos e información para convencer a otros y más precavido.

**Serenidad:** Cuanto mayor el nivel de S más constante y sin cambios y menos muestra la persona sus emociones. Cuanto menor el nivel de S más rápido quiere avanzar y hacer cambios y más expresiva.

**Cumplimiento:** Cuanto mayor el nivel de C más cumplirá la persona con las normas y temerá las consecuencias, cuanto menor el nivel de C, más buscará la independencia y menos temerá las consecuencias.

#### Estilo Natural

Este gráfico representa su respuesta conductual natural, es decir, la forma innata en la que respondes a los cuatro factores de comportamiento D.I.S.C.





## Estilo Personal



### Entorno, tendencias y estilo

Aquí encontrarás las características de tu estilo de personalidad DISC que te ayudará, y ayudará a los demás, a entender tu forma de actuar en diferentes áreas.

#### Características de tu perfil

Afable  
Gentil  
Complaciente  
Conservador

Factual  
Objetivo  
Frío  
Racional

Estable  
Imperturbable  
Calmado  
Relajado

Ordenado  
Pulcro  
Conservador  
Discreto

#### Cuál es tu entorno ideal

- Tareas especializadas
- Trabajos que puede comenzar y terminar
- Un entorno más lógico que emocional
- Trabajar en grupos pequeños
- Ambientes con pocas discrepancias

#### Cuáles son tus tendencias motivacionales

- Entorno donde se usa la lógica
- Procedimientos y reglas claros
- Tiempo para organizarme
- Seguridad
- Sistemas para hacer las cosas que sean prácticos

#### Cómo es tu estilo personal

- **Método de control:** Asegurar calidad
- **Evalúa a los demás:** Por su cumplimiento
- **Reacción frente a la presión:** Pesimismo
- **Posible temor predominante:** Saltarse lo establecido
- **Posible emoción predominante:** Miedo
- **Cómo trata de influir en otros:** Comprobando la información
- **Posible área a trabajar:** Falsa humildad

### DESARROLLO

Elige una frase de cada sección y anota cuál puede ser su impacto en ti o los demás.

Característica:

Entorno:

Tendencia:

Estilo:



## Estilo Personal ●



### Habilidades Interpersonales

Aquí encontrará cómo tiendes a relacionarte con los demás, esto te ayudará a mejorar tu comunicación y aprovechar al máximo el potencial de tu personalidad, así como a ver áreas en las que quizá tengas que trabajar para sentirte más a gusto. Sacarás el máximo provecho de esta sección, si les enseñas esta sección a las personas con las que sueles relacionarte como profesores, entrenadores, padres o compañeros.

Tienes tendencia a relacionarte con los demás de la siguiente forma:

- Se siente cómodo en segundo plano
- Quiere que se haga todo correctamente
- No llama la atención
- Es precavido al hacer amistades
- Socialmente inseguro
- Metas poco realistas

La forma en la que prefieres que se comuniquen los demás contigo es:

- Tratar de que haya las menos sorpresas posibles.
- Seguir adelante sólo cuando haya un acuerdo claro.
- Ofrecer garantías sobre los resultados esperados.
- Dar el tiempo necesario para analizar la situación antes de tomar una decisión.
- Dejar que sea todo lo concienzudo que quiera cuando el tiempo o la situación lo permitan.
- No usar demasiados gestos.
- Comprobar que se ha entendido lo que has dicho y que hay un verdadero acuerdo.
- Hacer un calendario detallado cuando se planifique algo.

Lo que los demás deberían evitar al comunicarse contigo es:

- No seas demasiado informal ni mareante o uses un tono de voz demasiado alto.
- No dejes nada en el aire.
- No trates de usar las emociones para convencerle.
- Nunca te contradigas si no quiere perder toda credibilidad.
- Trata de no presionar demasiado para tomar una decisión inmediata.
- No pongas plazos irreales o seas demasiado decisivo.
- No utilices fuentes poco fidedignas.

### DESARROLLO

¿Cómo puede afectar a los demás tu tendencia a relacionarte con ellos?

Anota al menos 5 personas a las que sería importante dar esta sección para que lean cómo comunicarse mejor contigo.

1 \_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_

4 \_\_\_\_\_

5 \_\_\_\_\_



## Estilo Personal ●



### Consejos para una Comunicación Efectiva

**A continuación encontrarás algunos consejos que pueden ayudarte a mejorar la comunicación con otros tipos de personalidad. Si repasas y practicas esta sección puede mejorar mucho tus relaciones e influencia.**

Cuando trates con personas que son de ritmo rápido, directas, decididas y dominantes...

- No te andes por las ramas, ve al grano.
- No seas desafiante pero no te dejes amedrentar.
- Trata de estar preparado.
- Deja las cosas claras, nada en el aire.

Cuando trates con personas que son sociables, habladoras, de ritmo rápido, simpáticas y extrovertidas...

- No seas demasiado cortante, frío o seco.
- No vayas directo al asunto, socializa primero.
- Trata de usar el humor, crea un ambiente distendido.
- Preguntar cómo se siente al respecto.
- No controles la conversación, no seas demasiado detallista.

Cuando trates con personas tranquilas, de ritmo lento, amables, confiables, modestas, reservadas pero entrañables...

- Trata de comenzar simpatizando o buscando un punto común.
- No te muestres demasiado agresivo, dominante o exigente.
- Comunícate con tranquilidad y suavidad.
- Indaga para saber lo que piensa, usa preguntas tipo ¿cómo?
- No fuerces una decisión, dale tiempo para pensar.

Cuando trates con personas que son perfeccionistas, de ritmo lento, pulcras, detallistas, cumplidoras y enfocadas en tareas...

- No les toques, respeta su espacio personal, no trates de socializar al principio.
- Vete bien organizado y mantente en el ámbito en el que estás.
- Aporta todos los detalles e información posible.
- No fuerces una decisión deja que analice, reúna información y decidirá lo mejor
- Se conservador y realista

### DESARROLLO

*Anota al menos 2 personas que conoces de cada estilo y subraya una frase que ayudaría a mejorar tu comunicación con ellos*

1:

2:

1:

2:

1:

2:

1:

2:



## Estilo Personal ●



### Aportación al Equipo o Grupo

Esta sección identifica las habilidades y comportamientos específicos que por tu estilo de personalidad DISC puedes aportar a un grupo de estudio, o trabajo o a un equipo deportivo.

- Es muy concienzudo
- Reúne toda la información necesaria, define, clarifica y comprueba
- No pasa por alto los pequeños detalles
- Cumplirá con todo lo necesario es constante
- Aportará madurez al equipo
- Es parte del equipo y colabora con los demás
- Le importa que las cosas se hagan bien
- Busca las soluciones más prácticas

### DESARROLLO

*Elige al menos 3 de las aportaciones que crees más fortalecen tu participación en un equipo:*

*Anota al menos 3 elementos que aprecias en otras personas cuando participas en un grupo o equipo:*

*Anota al menos una característica que piensas que no tienes pero que te gustaría desarrollar para fortalecer tu participación en un equipo:*





## Estilo Personal ●



### Áreas de Crecimiento

**En este apartado se incluye una lista de algunas áreas en las que hay oportunidad para que te desarrolles y fortalezcas. Puede que quieras mostrar esta sección a tu tutor, profesor, entrenador o tus padres.**

*Juan muestra tendencia a:*

- Sentirse inseguro si no hay precedentes en los que se pueda basar
- Utilizar los errores de los demás para defenderse cuando se siente atacado y ponerse a la defensiva
- No compartir sus sentimientos con facilidad
- Ser su peor crítico, debilitando su propia confianza
- Criticar cualquier cosa que no cumpla con su lógica
- Sentirse más cómodo con las cosas inmateriales que con las personas
- Explicar sus ideas en vez de promover sus ideas

### DESARROLLO

*Elige al menos 3 tendencias que te gustaría desarrollar y anota cómo piensas que puedes desarrollarlas:*

*Anota al menos 5 personas a las que sería importante dar esta sección para que pudieran saber cómo ayudarte a mejorar.*

1 \_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_

4 \_\_\_\_\_

5 \_\_\_\_\_