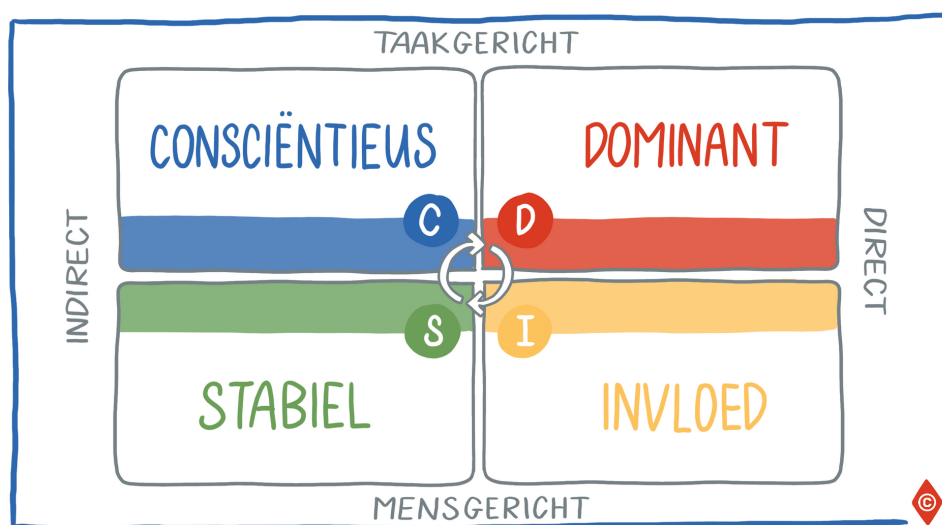


# DISC in de praktijk: Zelfvertrouwen

Hoe iemand omgaat met zelfvertrouwen of wat ze nodig hebben om dit op te bouwen, is wel per persoon verschillend. Afhankelijk van in welke DISC-stijl je past ga je anders om met zelfvertrouwen.



## D-stijl - Dominant

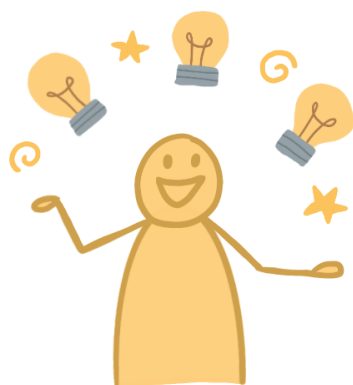
Van nature is deze stijl zeker van zichzelf. Ook al is hij/zij dat niet altijd natuurlijk. Niet bang om gezicht te verliezen, om niet aardig te worden gevonden of om op je snufferd te gaan.

Maar kan zwart-wit denken. Dat kan positief zijn maar ook negatief als; ik ben hier niet goed in of ik leer dit nooit. En onrealistische doelen zijn natuurlijk lastig te behalen.



## I-stijl - Invloed

Deze stijl is van nature optimistisch en heeft het vermogen om eventuele onzekerheden, mindere kwaliteiten goed te verbloemen. Praat zich er wel uit. Of praat zich zelf vertrouwen aan, je kunt het! Maar altijd dat stemmetje "wat vinden anderen ervan, van mij?". Straks val ik door de mand en zien 'ze' dat ik eigenlijk niets kan. Je vergelijken met anderen werkt ook tegen.



## S-stijl - Stabiel

Van nature wil deze stijl een veilige omgeving creëren. Werk en privé. Daarin is deze stijl een baas. Iemand op wie anderen kunnen bouwen, op kunnen steunen en iemand die er altijd staat

Maar waardeer dit ook voor jezelf. Accepteer complimenten en cijfer je niet altijd weg. Af en toe is er onzekerheid en dat is prima, laat dit toe.



## C-stijl - Consciëntieus

Van nature wil deze stijl het hoe en waarom weten. Kwaliteit staat altijd hoog in het vaandel. Als dat goed zit, zit vaak ook goed met het zelfvertrouwen. Soms misschien wel wat te. Een grotere criticus dan jouw innerlijke criticus is er niet. Omgaan met kritiek is ook een uitdaging. Tip: Vergeet niet te kijken naar wat je allemaal al hebt bereikt.

