

## Aktiv teamtræning baseret på DISC personprofil

Fælles positive og aktive oplevelser giver et team et solidt afsæt for en løbende optimering af samarbejdet og præstationerne. Det kan derfor være en fordel at have en fælles forståelse og et fælles sprog for de forskellige personprofilers styrker og værdi for teamet - for at kunne udnytte teamets ressourcer optimalt.



**DiSC-modellen** blev første gang beskrevet af William Moulton Marston, der var interesseret i menneskers følelser og adfærd i deres samspil omverdenen. Modellen er siden blevet udviklet til et analyseværktøj af John Geier, som identificerer grundlæggende adfærdstyper for at understøtte samarbejdet med andre mennesker og øge vores forståelse i mødet med andre typer.

**DiSC-Person Profilen** giver indsigt i egne og andres adfærdsmønstre og øget bevidsthed om egne og andres motivationsfaktorer. Ligeegyldigt hvilken profil en person har, vil der altid være områder som udgør styrker og andre områder, som kan udvikles. Med en viden om de fire adfærdstyper (D-I-S-C) kan vi bl.a. gøre vores kommunikation mere effektiv og forstå, hvad der motiverer de forskellige adfærdstyper

Modellen beskriver fire menneskelige adfærdsstile:

- D: Dominans
- I: Indflydelse
- S: Stabilitet
- C: Competence

**Dominans:** Mennesker med meget D-tendens ser udfordringer, der skal overkommes. De vil prøve at ændre, overvinde eller kontrollere ting og har fokus på at skabe omgivelser, der kan give de ønskede resultater.

**Indflydelse:** Mennesker med meget i-tendens prøver at øve indflydelse på andre, fordi de er overbeviste om, at de kan. De fokuserer på at opnå resultater ved at overtale og inddrage andre mennesker i et samarbejde.

**Stabilitet:** Mennesker med meget S-tendens ønsker ikke at ændre tingene for meget. De mener, at det hele er godt nok og bør forblive sådan. Fokus er på at udføre opgaver, der kan løses i samarbejde med andre.

**Competence:** Mennesker med meget C-tendens prøver at analysere omhyggeligt og derefter arbejde på at nå høje standarder eller følge gældende regler for at nå deres mål. Deres fokus er på at forbedre kvaliteten af allerede kendte produkter eller metoder.

## DISC 1 – Lær din egen type at kende – og bliv en stærkere team-player

### INDHOLD

Kurset tager udgangspunkt i en grundig teoretisk gennemgang af DISC typerne, og deltagerne vil få forståelse for egne styrker, begrænsninger, kommunikationsstil, værdi for organisationen, motivationsfaktorer og adfærd under pres.

Forløbet vil stille skarpt på spørgsmål som:

- Hvilke styrker og udviklingsområder har jeg i forhold til teamet?
- Hvordan reagerer jeg typisk under pres?
- Hvordan kan jeg udvikle min værdi for teamet?

Forløbet vil indeholde en lang række praktiske øvelser som træner selvindsigten. Øvelserne udfordrer og synliggør værdien og begrænsningerne af den enkelte persontype i forhold til teamet. De praktiske team øvelser kan foregå både indendørs og ude i naturen.

### UDBYTTE

Deltagerne har fået forståelse for deres egen profils styrker og udviklingsområder og vil gennem øget selvindsigt for deres egen og andres roller i teamet kunne bidrage aktivt til optimering af samarbejdet i teamet. Den øgede selvindsigt vil som en ekstra gevinst kunne give deltagerne langt større trivsel og arbejdsglæde.

### GÆLDENDE FOR DELTAGELSE PÅ KURSET:

For at kunne deltage på kurset, er det en forudsætning at alle deltagerne har gennemført en online DISC analyse samt modtaget individuel tilbagemelding.

## DISC 2 – Lær dit team at kende – og optimér samarbejdet

### INDHOLD

Kurset er en fortsættelse af **DISC I** med yderligere udbygning af teorien bag DISC typerne, hvor deltagernes erfaring siden **DISC I** vil blive aktivt inddraget.

Forløbet vil stille skarpt på spørgsmål som:

- Hvilken rolle spiller hver enkelt deltager i teamet?
- Hvordan udnytter vi til fulde den enkeltes styrker?
- Hvor oplever teamet begrænsninger/mangler?
- Hvordan håndterer teamet bedst disse svagheder?

Forløbet vil indeholde megen praktisk træning i samarbejde og kommunikation; disse øvelser vil træne forståelsen for andre persontyper samt udfordre teamet og synliggøre dets udviklingspotentiale. Der lægges vægt på refleksion efter de aktive øvelser samt løbende feedback teammedlemmerne imellem. De praktiske team øvelser kan foregå både indendørs og ude i naturen.

## UDBYTTE

Efter kurset kan deltagerne bevidst og målrettet kommunikere og anvende deres viden om teamets styrker og udviklingsmuligheder til gavn for teamet og virksomheden. Deltagernes øgede selvindsigt i egen og andres roller i teamet vil sikre en optimering af samarbejdet i teamet.

## GÆLDENDE FOR DELTAGELSE PÅ KURSET:

For at kunne deltage på kurset er det en forudsætning at alle deltagerne har gennemført en online DISC analyse samt modtaget individuel tilbagemelding.

## KONTAKT

Ønsker du at høre mere om dette kursus, da kontakt os på :

Telefon: +45 23601213

Mail: [ch@tbkompagniet.dk](mailto:ch@tbkompagniet.dk)

## TEAMBUILDING KOMPAGNIET

Melchiorsvej 12

2920 Charlottenlund