

D



# DISC Basic DNA Rapport

## Henk Voorbeeld

Analyse: 12 maart 2026

### SECTIE 1



## Wat is DISC Basic DNA?

DISC Basic DNA is een persoonlijkheidsanalyse die inzicht geeft in jouw fundamentele gedragspatronen — wie jij bent in de kern, in alle rollen die je vervult in het dagelijks leven. Het is gebaseerd op het DISC-gedragsmodel, ontwikkeld door psycholoog William Moulton Marston en sindsdien verfijnd door decennia van wetenschappelijk onderzoek en praktijkervaring.

Anders dan gedragsprofielen die zich richten op werk of een specifieke context, kijkt DISC Basic DNA naar jouw **basispersoonlijkheid**: hoe jij van nature communiceert, beslissingen neemt, omgaat met stress, relaties opbouwt en door het leven beweegt. Het beschrijft geen intelligentie of capaciteiten, maar observeerbaar gedrag dat je kunt leren begrijpen, inzetten en bewust verder ontwikkelen.

### Dominant (D)

Direct, daadkrachtig, resultaatgericht. De Aanpakker: gaat op het doel af, houdt van uitdaging en neemt snel beslissingen.

D

### Invloedrijk (I)

Enthousiast, sociaal, inspirerend. De Verbinder: bouwt relaties, creëert sfeer en beweegt anderen met energie.

I

### Stabiël (S)

Empathisch, betrouwbaar, geduldig. De Steunpilaar: brengt rust, bouwt vertrouwen en is er altijd voor anderen.

S

### Consciëntieus (C)

Analytisch, precies, kwaliteitsgericht. De Denker: analyseert grondig, streeft naar kwaliteit en werkt systematisch.

C



## SECTIE 2

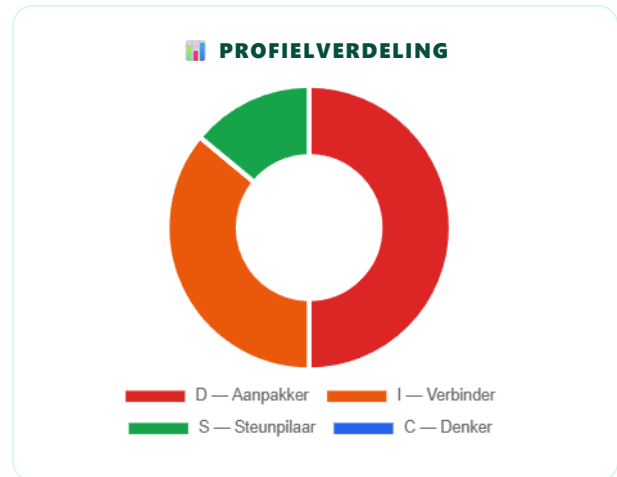
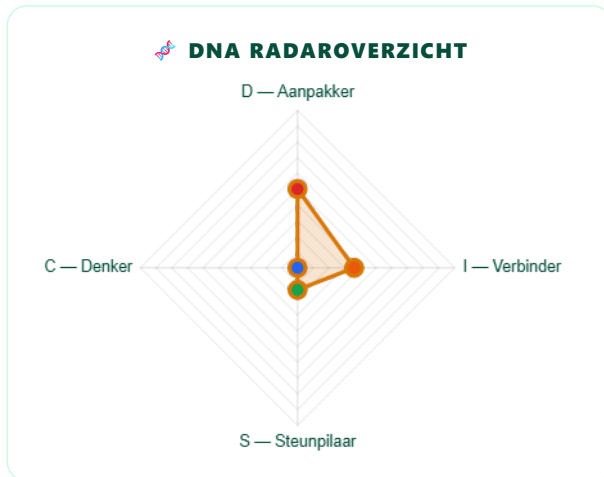
# Jouw DNA-Profiel

PRIMAIRE GEDRAGSSTIJL

# D

## De Aanpakker

Secundaire stijl: I — Invloedrijk



<b>D</b>		<b>50%</b>	<b>50%</b>
<b>I</b>	<b>36%</b>		<b>36%</b>
<b>S</b>	<b>14%</b>		<b>14%</b>
<b>C</b>	<b>0%</b>		<b>0%</b>



## SECTIE 3

# Jouw Kernidentiteit

**De Aanpakker — Direct, Daadkrachtig & Ongebonden**

## Dit is wie jij bent

Jij bent iemand die van nature in actie komt. Waar anderen nog nadenken, ben jij al begonnen. Uitdagingen trekken jou aan als een magneet — jij ziet ze niet als bedreigingen maar als kansen om te laten zien wat jij in je hebt. Je bent direct in je communicatie, doelgericht in je aanpak en onverschrokken tegenover obstakels. Je hebt een hoog energieniveau, een sterke wil en een aangeboren behoefte aan vrijheid en autonomie. Anderen waarderen jouw daadkracht en duidelijkheid, ook al moeten ze soms wennen aan jouw directheid. Jouw DNA is dat van de geboren aanpakker.

Direct

Daadkrachtig

Ambitieuus

Competitief

Onafhankelijk

Gedreven

Moedig

Actief

## SECTIE 4



### Jouw Kenmerkende Quote



*Ik hoor het graag als het klaar is.*

— De kern van het D-gedragspatroon

Deze quote weerspiegelt de kernfilosofie van jouw DISC-persoonlijkheid en hoe jij van nature naar het leven, mensen en uitdagingen kijkt.

## SECTIE 5



### Kerntalenten & Groeigebieden

#### ✓ Jouw kerntalenten

- ✓ Snel en zelfverzekerd beslissingen nemen, ook in onzekere situaties
- ✓ Obstakels zien als uitdagingen en er zonder aarzeling op afgaan
- ✓ Anderen in beweging brengen door jouw energie en daadkracht
- ✓ Efficiënt en doelgericht werken naar een concreet en tastbaar resultaat
- ✓ Hoge lat stellen voor jezelf en daarmee je eigen grenzen verleggen

#### ⚠ Jouw groeigebieden

- ! Ongeduldig met mensen die een ander tempo of een andere aanpak hanteren
- ! Directheid komt soms over als bot, hard of weinig empathisch
- ! Moeite met echt luisteren voor je reageert of handelt
- ! Neigt naar controle en vindt het moeilijk om los te laten
- ! Risico op overbelasting door te hoog eigen ambitieniveau

## SECTIE 6



### Jouw Blinde Vlekken

Blinde vlekken zijn gedragspatronen die jij als logisch of normaal ervaart, maar die door anderen anders worden beleefd. Bewustwording van jouw blinde vlekken is de krachtigste eerste stap naar persoonlijke groei.

#### ⚠ Snelheid kost verbinding

Jij beweegt snel. Maar mensen om je heen hebben soms meer tijd nodig om mee te komen, emotioneel en mentaal. Als je te snel gaat, haken mensen af — niet omdat ze het niet willen, maar omdat ze het tempo simpelweg niet bijhouden.

#### ⚠ Directheid landt soms hard

Wat voor jou eerlijk en efficiënt is, voelt voor anderen soms kwetsend of afwijzend. Je bent je er vaak niet van bewust hoe jouw woorden landen bij mensen die gevoeliger van aard zijn dan jij.

#### ⚠ Niet alles is een strijd om te winnen

Jouw competitieve natuur is een enorme kracht, maar niet elke situatie heeft een winnaar nodig. In relaties en samenwerking kan diezelfde energie juist verbinding verbreken in plaats van creëren.

## SECTIE 7



# Energiebronnen & Energievreters

### ⚡ Wat geeft jou energie

Resultaat

Uitdaging

Autonomie

Winnen

Erkenning

Actie

### ⚡ Wat kost jou energie

Inefficiëntie

Besluiteloosheid

Afhankelijkheid

Regels zonder reden

Gebrek aan ambitie

### Jouw ideale omgeving



#### Uitdaging

Situaties die jou uitdagen om te groeien, presteren en winnen



#### Vrijheid

Ruimte om eigen keuzes te maken zonder te veel sturing van buitenaf



#### Duidelijke doelen

Helder omschreven resultaten die jij vol energie kunt najagen



#### Erkenning

Zichtbare erkenning voor wat jij bereikt hebt en wie jij bent

## SECTIE 8



# Jouw Communicatie-DNA

### Zo communiceer jij van nature

Jouw communicatiestijl is diep geworteld in jouw DISC-profiel. Begrijp hoe anderen jou het best kunnen bereiken — en hoe jij jouw boodschap krachtig en authentiek kunt overbrengen.

- Wees direct en kom snel tot de kern
- Spreek over resultaten, impact en wat het concreet oplevert
- Vermijd lang dralen, herhaling of onnodige details
- Geef hem/haar controle en duidelijke keuzemogelijkheden
- Respecteer zijn/haar behoefte aan onafhankelijkheid en autonomie
- Bereid je voor op de vraag: 'Wat levert het op en wanneer?'

## **SECTIE 9** **Jij onder Druk**

---

### **Hoe jij reageert als het spannend wordt**

Onder stress word jij meer gefocust, harder en directer. Je richt je nog intenser op het doel en wil snel actie zien. Je kunt korter van stof worden, minder geduld hebben en eerder in controlegedrag schieten. Het risico is dat je mensen om je heen overweldigt of afschrikt precies op het moment dat je ze juist nodig hebt.

#### **Praktische aanpak**

Herken jouw stresspatroon tijdig. Als je merkt dat je in stressgedrag schiet, zet bewust één kleine stap terug: adem, benoem wat je voelt en vraag jezelf af wat de situatie écht van je vraagt.

## **SECTIE 10** **Jij in Relaties**

---

### **Hoe jij verbinding bouwt en ervaart**

In relaties ben jij loyaal maar onafhankelijk. Je houdt van duidelijkheid, ruimte en eerlijkheid. Je bent niet altijd de meest verbale liefdesuiter, maar je toont je betrokkenheid door er te zijn en actie te ondernemen. Je kunt soms ongeduldig zijn met emotionele gesprekken die 'nergens toe leiden'.

#### **Groeipunt in relaties**

Effectieve relaties bouwen vraagt meer dan jouw eigen stijl. De sterkste verbindingen ontstaan als jij bewust leert aanpassen aan de gedragsstijl van de ander — zonder jezelf te verliezen.

## **SECTIE 11** **Jij en Verandering**

---

### **Hoe jij omgaat met verandering en onzekerheid**

Verandering is voor jou een kans, geen bedreiging. Je past je snel aan nieuwe situaties aan en ziet elke verandering als een nieuw speelveld. Je ongeduld kan echter leiden tot te snel handelen zonder de menselijke kant van de verandering mee te nemen.

#### **Verandertip voor jouw stijl**

Verandering is een constante in het leven. Hoe beter jij begrijpt hoe jij van nature op verandering reageert, hoe bewuster jij er mee om kunt gaan. Gebruik jouw sterke punten als fundament én als springplank.



## Samenwerken met andere stijlen

---

Zelfkennis is het begin, maar de echte groei begint als je ook de ander begrijpt. Hoe jij van nature omgaat met mensen van elk ander DISC-profiel — en hoe je die samenwerking het beste kunt maken.

### **D** Met een andere **D**

Sterk duo in actie, maar let op machtsstrijd en territoriumgevechten. Maak heldere afspraken over ieders domein en beslisruimte. Waardeer de gedeelde ambitie en daadkracht.

### **I** Met een **I**

Goede combinatie: jij zorgt voor focus, richting en sluiting — de I voor energie, sfeer en verbinding. Geef de I ruimte om te verbinden en waardeer hun enthousiasme als brandstof.

### **S** Met een **S**

Meest uitdagende combinatie: jij wil snel, de S wil zorgvuldig en met draagvlak. Vertraag bewust en waardeer de diepe betrouwbaarheid en menselijkheid die de S meebrengt.

### **C** Met een **C**

Complementair: laat de C de analyses en kwaliteit bewaken terwijl jij de richting bepaalt. Respecteer hun behoefte aan nauwkeurigheid als fundament van jouw actie.



## Jouw Persoonlijk 30-Daags Groeiplan

Inzicht zonder actie is slechts kennis. Zet jouw DISC Basic DNA-inzichten direct om in concrete, haalbare groeigewoonten. Drie krachtige acties, specifiek samengesteld voor jouw profiel:

**1**

### De Pauseknop

Oefen deze maand bewust het pauzeren. Voor je reageert in een gesprek of situatie, tel je eerst bewust tot drie. Noteer aan het einde van elke dag één moment waarop de pauze leidde tot een beter gesprek of resultaat.

Week 1-2

**2**

### Actief Luisteren

Voer elke week één gesprek waarbij je uitsluitend vragen stelt en luistert, zonder jouw mening of oplossing te geven. Eindig het gesprek door samen te vatten wat de ander jou heeft verteld.

Week 2-3

**3**

### Kwetsbaarheid Oefenen

Deel bewust één keer per week iets persoonlijks met iemand die jij vertrouwt. Geen prestatie of resultaat, maar een gevoel, twijfel of zorg. Observeer wat het oplevert in de relatie.

Week 3-4

### Hoe gebruik je dit groeiplan optimaal?

Plan deze acties bewust in jouw agenda — zet ze er letterlijk in. Deel je voornemen met iemand die jou kent. Evalueer na 30 dagen eerlijk: wat is er veranderd in jouw gedrag, relaties en hoe jij je voelt? Groei begint met één kleine stap.

Powered by Doelgericht Coachen

[www.doelgerichtcoachen.nl](http://www.doelgerichtcoachen.nl)

Dit rapport is gegenereerd op basis van jouw persoonlijke DISC-antwoorden en is bedoeld als instrument voor zelfkennis en persoonlijke groei. © Doelgericht Coachen