



Los sanguíneos

(Temperamento y Carácter)

El temperamento y el carácter son (ambos) rasgos de la personalidad. Sin embargo, a pesar de que son muy parecidos, tienen sus diferencias:

El temperamento es la parte de la personalidad que se considera innata y NO aprendida, se hereda. Viene a través de los genes y es hereditaria. La irritabilidad, la sensibilidad y el estado de ánimo típico se consideran parte del temperamento. ¿Cómo se sabe que es innato? Sencillo: muchos psicólogos han hecho experimentos, en los cuales ven diferencias de comportamiento entre niños de 6-18 meses (donde no ha habido conducta aprendida) frente al mismo estímulo; algunos niños reaccionan agresivamente, otros se mantienen tranquilo, etc.

El carácter es el rasgo de la personalidad que se 'aprende' y, en cierta forma, es juzgado o evaluado por la sociedad. ¿Alguna vez has escuchado la frase "¡él tiene buen carácter!"? La sociedad define si alguien tiene buen carácter, depende del contexto. Por ejemplo, en África algunas personas desarrollan "buen carácter" cuando aprenden a cazar animales, son agresivos y feroces; en Estados Unidos, en cambio, se tiene "buen carácter" cuando las personas son extrovertidas, competitivas, inteligentes, etc. Conductas que son aprendidas.

En resumen, el temperamento es la parte hereditaria y NO aprendida de la personalidad; mientras que el carácter es el rasgo aprendido por medio del ambiente y que se juzga como bueno o malo.

La y el SANGUÍNEO tiende a: Vivir en las nubes / Personalidad atractiva / Cuentista / El alma de la fiesta / Memoria para lo llamativo / No sueltan a su audiencia / Ingenuo e inocente / Voluntariosos / No comprometido / Creativo / Extrovertido / Platicador / Optimista / Impulsivo / Sin Inhibiciones / Franco / Egoísta / Busca lo suyo / Jactancioso / Débil en Carácter

Emociones	<p>Fortalezas Personalidad atractiva / Conversador – Anecdota / El alma de la fiesta / Buen sentido del Humor / Ojo para los Colores / Toca a la gente cuando habla / Entusiasta y demostrativo / Alegre / Curiosos / Buen Actor / Vive por el momento / Carácter Variable / En el Fondo es Sincero / El eterno Niño</p> <p>Debilidades Hablador Compulsivo / Exagerado / Se entretiene en Trivialidades / No recuerda nombres / Asusta a otros / Demasiado feliz para otros / Enérgico / Egoísta / Jactancioso y quejumbrosos / Ingenuo se deja engañar / Se ríe y habla en voz alta / controlado por las circunstancias / se pone bravo fácilmente / Para algunos parece insincero / Nunca madura.</p>
Trabajo	<p>Fortalezas Ofrecido / Planea / Creativo / Tiene Energía, Entusiasmo / Causa buena impresión / Inspira / Convence.</p> <p>Debilidades Prefiere hablar / Olvida sus obligaciones / No persiste / Su confianza se desvanece rápidamente / Indisciplinado / Sus prioridades están fuera de orden / Apresura decisiones / Se distrae / Malgasta tiempo charlando</p>
Amistades	<p>Fortalezas Hace amigos fácilmente / Es Gente / Le gustan los cumplidos / No Guarda rencor / Asediado / Se disculpa rápidamente / Anima / Le gustan las actividades espontáneas.</p> <p>Debilidades Odia estar solo / Necesita ser el centro / Quiere ser popular / Busca el crédito por sus decisiones / Domina la conversación / Interrumpe y no escucha / Contesta por otros / Olvidadizo / Siempre encuentra excusas / Repite sus historias</p>



Frase: Demasiado nunca es suficiente

Deseo: Hagámoslo Divertido, sin mucho compromiso

Necesidad: Sentir que se le escucha

Color: (colores llamativos) Rojo, Naranja, Amarillo, Verde

Carro: (vistosos)

Depresión: Se aparta y se desorganiza

Habla: Escucha pero no pone real atención. Te mira, dice algo y luego ríe

Pareja: Sensibles y Organizados

Mascota: Los cachorritos (pero luego los abandona)

Trabajos: Pastores / Recepcionistas / Anfitriones / Maestros de Ceremonia / Presidente del Club

Personajes: El Rey David / Piter Pan / El Apóstol Pedro.

La gran capacidad del sanguíneo para charlar animadamente sea en un supermercado o en un palacio es una ventaja que muchos quisieran tener; sin embargo, llevada a un extremos resulta en un sanguíneo que habla constantemente, monopoliza la conversación e interrumpe a otros. No Persisten y son personas que se consideran sin faltas.

Problemas	Soluciones
Hablan demasiado	Hablar la mitad de lo que se hablaba antes Este atento para descubrir síntomas de aburrimiento Condense sus comentarios Deje de exagerar
Son egocéntricos	Sea sensible a los intereses de otras personas Aprenda a escuchar
Memorias indisciplinadas	Ponga atención a los nombres de las personas Anote No olvide a los amigos o familiares dejándolos plantados
Amigos veleidosos y olvidadizos	(amigos de los buenos tiempos) –Lea “El factor de la amistad” Coloque las necesidades de otros primero
Interrumpen y contestan por otros	No piense que usted debe decir algo tan pronto se presente un silencio en la conversación
Desorganizado e inmaduro	Organice su vida

Tomado de: <http://programainternacionaldecoachingejecutivo.wikispaces.com/file/view/LOS-TEMPERAMENTOS.pdf>
el 15/09/2014 páginas 41 a 43.



Combinación de temperamentos

(Temperamento dominante y subordinado)

Te llevas mejor con unos que con otros, ¿Por qué sucede esto?

El SANGUÍNEO – con personalidad activa, se lleva con la gente, son emocionales.

El COLÉRICO – con personalidad activa, se lleva con el trabajo, son simples.

El FLEMÁTICO – con personalidad tranquila, se lleva con la gente, son complejos.

El MELANCÓLICO – con personalidad tranquila, se lleva con el trabajo, son emocionales.

¿Qué hay del temperamento dominante y del subordinado?

1. **Sanguíneo – Colérico:**

- Aspectos positivos:** Muy extrovertido, carismático, entusiasta, orientado a los demás, dotes de vendedor, busca resolver, productivo, medianamente organizado y deportista.
- Aspectos negativos:** Habla demasiado, emite opiniones, enojadizo, presto a la acción, déspota, justicia sus acciones.
- El sanguíneo y el colérico comparten el ser extrovertidos, optimistas y habladores. Si tiene esta combinación, tiene grandes potenciales para el liderazgo. Combinando sus dos fortalezas puede dirigir a otros y hacer que disfruten su trabajo. Negativamente puede ser una persona prepotente, impulsiva e impaciente que monopoliza la conversación

2. **Sanguíneo – Melancólico:**

- Aspectos positivos:** Muy emocional, siente los pesares ajenos, fantásticos maestros, perfeccionistas y tiene el don de gentes.
- Aspectos negativos:** Fluctuantes, muy críticos, depresivos, enojadizo y temeroso.
- Es el más emocional y trata de acomodar los pequeños altibajos del sanguíneo con los profundos y más prolongados traumas del melancólico, esto le conduce a problemas emocionales. Esta es la combinación más difícil de manejar

3. **Sanguíneo – Flemático:**

- Aspectos positivos:** Carismático, alegre y entretenido, queridos por la familia y hacen reír.
- Aspectos negativos:** Faltos de disciplina, faltos de motivación y poco serios.
- El flemático apacigua los altibajos del sanguíneo. El sanguíneo le da color al flemático. Se inclina hacia las cosas fáciles y al placer, son los mejores amigos posibles, son buenos líderes cívicos. Negativamente son perezosos, sin intenciones de hacer algo que puedan evitar.

4. **Colérico – Sanguíneo:**

- Aspectos positivos:** Extrovertido, muy activo, promotor y vendedor, natural, gran motivador, seguro de sí mismo.
- Aspectos negativos:** Hostil, iracundo y resentido, impaciente, sarcástico, lastima a la gente.

5. **Melancólico – Sanguíneo:**

- Aspectos positivos:** Introverso, sensible al arte, analista, estudioso, se lleva bien con la gente.
- Aspectos negativos:** Humor variable, muy crítico, idealista e impráctico, inseguro, temeroso, una pobre imagen de sí mismo.

6. **Flemático – Sanguíneo:**

- Aspectos positivos:** Simpáticos, diplomáticos, alegres, colaborador de confianza.
- Aspectos negativos:** Tiende a perder el tiempo, falta de disciplina, temeroso e inseguro, solitario.
- Son primos, comparten el ser ingeniosos, no complicados, sin metas orientadas.