*Carácter y temperamento.*

*Creo que todos conocen la diferencia entre ambos. ¿Qué es el carácter?*

*El carácter es un conjunto de maneras de comportarse y reaccionar emocionalmente. Una persona puede cambiar su carácter, a diferencia del temperamento. Si conoces el carácter de una persona, entonces sabes cómo puede reaccionar ante tal o cual acontecimiento, lo que puede decir y lo que está categóricamente contraindicado, cómo actuará en tal o cual caso, etcétera.*

*También el carácter puede verse en las características de la actividad a la que se dedica una persona. Alguien prefiere hacer frente a los obstáculos, y alguien recoge formas simples.*

*El temperamento y el carácter están estrechamente relacionados. En un sentido general, el temperamento se entiende como una base dinámica del carácter. Dependiendo del tipo de temperamento en el carácter son tales características, aplomo o dificultad para entrar en una nueva situación, movilidad o inercia de reacción y así sucesivamente.*

*Sin embargo, el temperamento no determina el carácter. Las personas con propiedades similares de temperamento es muy a menudo de carácter diferente, ya que depende de muchos factores. Y las características del temperamento pueden contribuir o contrarrestar la aparición de ciertas cualidades de carácter.*

*Bueno, todos ustedes probablemente saben lo que es el temperamento. Se trata de una condicionalidad natural de una persona a un determinado estilo de comportamiento, es decir, un conjunto de características mentales y fisiológicas individuales de cada individuo.*

*Desde un punto de vista fisiológico, el temperamento se debe al tipo de actividad nerviosa superior de una persona, que afecta a la forma en que interactúa con el mundo que le rodea o, dicho de forma sencilla, es una serie de propiedades psicológicas, rasgos de comportamiento de una persona, con los que está dotada desde su nacimiento. Sobre el temperamento no se puede influir, a diferencia del carácter, se trata de cualidades innatas. Con el tiempo, la gente aprende a controlar las manifestaciones negativas, por ejemplo, el temperamento, nadie todavía no ha tenido éxito. El sistema nervioso afecta a los impulsos del cerebro y provoca las acciones de una persona.*

*Una persona recibe sus propiedades psicofísicas desde el nacimiento. Se trata de una opción hereditaria y es imposible influir en este proceso.*

*Los científicos psicólogos han identificado cuatro tipos principales de temperamento: flemático, sanguíneo, colérico y melancólico. Sin embargo, cada personalidad es única a su manera y en la naturaleza no existe un tipo sanguíneo completo, al 100%, ni ningún otro. Muy a menudo una persona está dotada de tipos mixtos, en los que uno prevalece sobre el otro. El tipo dominante determina la identidad de una persona y, por tanto, sus rasgos de comportamiento.*

|  |  |
| --- | --- |
| ***TEMPERAMENTO HIPOCRÁTICO*** | |
| ***CHOLERIC*** | ***ÁGIL, IMPETUOSO,***  ***IRASCIBLE, DESENFRENADO.*** |
| ***SANGWINIK*** | ***ENÉRGICO, ALEGRE,***  ***EXCELENTE ADAPTABILIDAD.*** |
| ***FLEGMATIC*** | ***TRANQUILO, LENTO, SERENO.*** |
| ***MELANCOLICO.*** | ***TÍMIDO, SENSIBLE,***  ***RESENTIDO, ANSIOSO.*** |
| ***TIPOS MIXTOS*** | ***MIXTO:***  ***COLÉRICO + SANGUÍNEO***  ***SANGUÍNEO + FLEMÁTICO***  ***FLEMÁTICO + MELANCÓLICO***  ***COLÉRICO + SANGUÍNEO + FLEMÁTICO*** |

*Veamos primero la diferencia entre temperamento y carácter, ya que ambas cosas suelen estar interrelacionadas.*

*¿Qué es el temperamento? Es un tipo de sistema nervioso, que caracteriza las propiedades y rasgos naturales de la actividad mental de una persona. En la estructura del temperamento se pueden distinguir tres componentes principales: la actividad general de una persona, sus manifestaciones motoras y la emocionalidad.*

*¿Y qué es el carácter? Carácter - un pliegue individual de la vida mental de una persona, la forma de su comportamiento, que se manifiesta en los modales, hábitos, esfera emocional. El carácter se forma en las condiciones de un entorno social concreto, las condiciones de la educación.*

*La personalidad humana incluye tanto el temperamento y el carácter como la inteligencia humana, rasgos socialmente significativos que caracterizan a un individuo como miembro de la sociedad. La personalidad combina diferentes procesos mentales y se crea, al igual que el principio y el carácter, bajo la influencia del entorno social.*

*Analicemos ahora los tipos de temperamento.*

*1. Flemático. Las principales características de los flemáticos: resistencia, constancia, lealtad a los principios. Tienden a la pereza y a no mostrar interés por los demás, para ellos es un estado normal. Y con todo esto pueden estar de muy buen humor. Sacarlos de equilibrio: una pérdida de tiempo y esfuerzo.*

*2. Sanguina. Facilidad y facilidad en todo - las cualidades principales. El optimismo es nuestro todo. Empezar algo nuevo - sí con facilidad. Este tipo de personas suelen caracterizarse como irresponsables. Sin embargo, el sanguíneo puede ser influenciado por alimentar el interés en el caso de que abandonó, entonces él va a llevar todo hasta el final.*

*3. colérico. Bueno, esto sólo dan pobushevatovat ... temperamento explosivo, ataques de agresión. La fogosidad y la pasión impiden adoptar decisiones razonables. Muy temperamental, el diálogo constructivo y la crítica no son su opción. Demasiado emocional, en la conversación intenta llamar la atención sobre sí mismo. Muy propenso a los cambios de humor.*

*4. Melancólico. Se diferencia significativamente de la colérica, digamos, como el cielo y la tierra. Estas personas a menudo se mantienen aisladas, no se comunican, evitan las compañías ruidosas. Analizar todos sus fracasos, la autoestima está por debajo del plinto. Llevan la ansiedad en la sangre. Cualquier problema les saca de la rutina durante mucho tiempo.*.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***El temperamento de Hipócrates*** | ***Breve caracterización*** | ***Propiedades del sistema nervioso según Pavlov*** |
| **Flemático** | Empleable  Poco emocional  Serio  Fiable  Tranquilo | Equilibrado  Fuerte  sedentario |
| **Colérico** | Impetuoso  Emocional  Enérgico  Sensible  Intratable | Fuerte  Desequilibrado  Movible |
| **Sanguina** | Enérgico  Activo  Alegre  Despreocupado | Fuerte  Equilibrado  Móvil |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Melancólico** | Herido  Restringido  Reservado.  Pensativo  Triste | Débil  Desequilibrado  Restringido |

Pues bien, ¿de qué depende nuestro temperamento favorito?

1) Factor edad. Con el tiempo, la reacción humana se ralentiza. Incluso un temperamento colérico brillante y que puede desvanecerse. No estés triste, la naturaleza nos lo ha proporcionado todo. En la juventud, todos necesitamos tener un montón de tiempo, por lo que somos tan activos. Y cuando llega el momento, dejamos de apresurarnos, empezamos a pensar más y, finalmente, empezamos simplemente a vivir.

2) Y el clima y, por supuesto, la ubicación territorial también influyen. Por ejemplo, los italianos. Todos sabemos que la mayoría de ellos tienen un temperamento fogoso combinado con un carácter explosivo, mientras que los habitantes de los países del norte son más tranquilos, razonables.

Las capacidades humanas y cómo desarrollarlas.

Nuestras habilidades y con lo que comen, como se suele decir. Las habilidades son rasgos psicológicos individuales de una persona, que determinan su predisposición a dominar tal o cual tipo de actividad. En otras palabras, las capacidades son rasgos psicológicos que distinguen a una persona de otra. Habilidades - por desgracia, no nuestras capacidades o habilidades que se desarrollaron durante nuestra vida, es otra cosa. Significa que sólo nosotros podemos realizar cualquier acción. No en vano se dice que las capacidades son diferentes para cada persona. A alguien le gusta y puede hacer una cosa, a otro otra.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Caracterización | Tipos de temperamento | | | |
| ***Colérico*** | ***Sanguina*** | ***Flemático*** | ***Melancólico*** |
| ***Autoestima*** | *Exagerado*  *exagerado* | *Exagerado* | *Adecuado* | *baja* |
| ***Actitudes hacia el nuevo*** | *Positivo* | *Curioso* | *Negativo* | *pesimista* |
| ***La forma de lograr el objetivo*** | *Lo da todo, enérgico.* | *Rápido, evitando obstáculos.* | *Lento, pero persistente* | *Débil, los obstáculos se sortean de forma similar* |
| ***Actitud ante las críticas*** | *Emocionado* | *Tranquilidad* | *Indiferente* | *Ofensivo* |

Habilidades y aptitudes. Al nacer, cada persona tiene los requisitos previos para la formación de capacidades, que también se conocen como aptitudes.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Propiedades*** | ***Temperamento*** | | | |
| ***Colérico*** | ***Sanguina*** | ***Flemático*** | ***Melancólico*** |
| ***Poise*** | *Mal* | *Una buena* | *Es muy bueno.* | *Muy mal* |
| ***Estado de ánimo*** | *Inestable* | *Sostenible* | *Sostenible* | *Inestable* |
| ***Emociones*** | *Grave a corto plazo* | *Débil a corto plazo* | *Leve prolongado* | *Grave prolongado* |
| ***Discurso*** | *Baches fuertes* | *Fuerte suave* | *Suavidad silenciosa* | *Es tranquilo y sin incidentes.* |
| ***Paciencia*** | *Baja* | *Moderado* | *Alta* | *Baja* |
| ***Adaptación*** | *Una buena* | *Excelente* | *Lento* | *Mal* |
| ***Contactabilidad*** | *Alta* | *Moderado* | *Baja* | *Bajo* |
| ***Actitud ante las críticas*** | *Agresivo* | *Tranquilo* | *Indiferente* | *Ofensiva* |
| ***Actitudes hacia el nuevo*** | *Positivo* | *Indiferente* | *Negativo* | *Sin definir* |
| ***Comportamiento en situaciones difíciles*** | *Sin calcular* | *Calcular* | *A sangre fría* | *Frustrado* |
| ***Autoestima*** | *Muy caro* | *Es un poco caro* | *Real* | *Subestimado* |
| ***Exposición a la influencia*** | *Moderado* | *Débil* | *Débil* | *Alta* |

*Científicamente hablando, un punto de referencia es el cerebro anatomo-fisiológico, los sentidos y el movimiento que forman la base natural para el desarrollo de habilidades.*

*Sobre la base de las tareas se pueden formar diferentes habilidades.*

*Observemos que el temperamento afecta a las propiedades del carácter. Sí, estoy de acuerdo, el carácter de cada persona se forma de forma independiente, pero el grado de manifestación de ciertas cualidades determina el temperamento. Y si suponemos que cuatro personas con temperamentos completamente diferentes tienen un único rasgo de carácter: la diligencia. ¿Qué tal si desglosamos la actitud ante el trabajo de cada una de ellas? Vamos...*

*1.* *Un flemático se centrará inmediatamente en un nuevo caso. En su cabeza ya está elaborando un plan para llevar a cabo las tareas que tiene entre manos. El cálculo frío y el aplomo son los principales ayudantes en el camino hacia el resultado.*

*2.* *Sanguíneo le gustará el nuevo proyecto, fracasos aparte, sobrevivirá a ellos y olvidará. Dar preferencia a lo nuevo es su estilo.*

*3. Colérico con toda la pasión inherente a él se sumergirá en el proceso, pero los primeros fracasos comenzará a amargar, culpar de todo a los demás y es muy posible que abandone el caso a mitad de camino, si el problema sigue sin resolverse. En la resolución del problema el colérico no se implicará, sólo tiene la mente puesta en el resultado final. Los obstáculos no son lo suyo.*

*4.* *El melancólico, como de costumbre, le dará mucha importancia a la mosca y se preocupará por problemas que en realidad no existen. Trabaja muy duro, pero debido a su propia inseguridad poco cuando está satisfecho con el resultado.*

*El carácter y el temperamento no están necesariamente estrechamente relacionados. Uno y el mismo rasgo de carácter en una persona percibida por las personas a su alrededor de manera diferente, todo depende del temperamento.*

*¿Quién sabe si se puede cambiar el temperamento? Desde luego que no. Se transmite a nivel genético desde los antepasados. Lo único que podemos hacer es controlarnos en manifestaciones no muy agradables de su temperamento y carácter.*

*Rasgos del temperamento masculino y femenino.*

*¿Cree que hay alguna diferencia entre el temperamento masculino y el femenino? De nuevo, sí. Las mujeres son más emocionales, a veces propensas a la depresión. Los hombres, en cambio, están naturalmente dotados de cualidades de carácter fuerte. Aunque,*

Apuesto a que no puede tener a una mujer al mando, ¿verdad? Claro que puede.

Pero debo decirle que la mentalidad masculina es más directa y orientada a los resultados. La mujer es más cauta y prudente, aunque al mismo tiempo y excesivamente emocional. Así lo ha creado la naturaleza y probablemente tenga razón.

Después de esto puede dar la impresión de que todos los hombres - colérico y sanguíneo, y todas las mujeres - melancólico y flemático. No es así. La cuestión es que un hombre y una mujer se mostrarán de manera diferente, incluso si tienen el mismo temperamento. Te sorprenderá, pero en una discusión entre dos coléricos de distinto sexo, el hombre se comportará de forma más comedida, y la mujer será emocional y muy posiblemente agresiva.

Conclusión. Hemos descubierto que el temperamento no se puede crear ni modificar. Sobre la mente no tenemos control. Pero el carácter sí podemos cambiarlo, porque está formado por la educación, el entorno y muchos otros factores. Aprende a controlar tu temperamento, porque intentar cambiarte a ti mismo en principio es imposible.