

Cada personalidad tiene algo estructural que denominamos "Temperamento", algo con lo que se nace, que es importante conocer y descubrir pues es la manera con que me hizo Dios. Tengo que saber cómo tiendo en general a reaccionar e interactuar con los demás. Del temperamento (estructura básica de la personalidad) brota el carácter, que son aquellas disposiciones de mi personalidad que sí puedo educar, encauzar y modificar en base a ideales y necesidades de la vida misma.

Motivación

El conocer mi temperamento puede ser de gran ayuda para la autoeducación, y en mis relaciones con los demás. **Específicamente en el pololeo... Si sé cómo reacciono, cómo me afectan las cosas, y también descubro lo mismo en mi pololo/a, eso ayudará muchísimo a entenderse mejor.**

Hay muchas formas de definir o catalogar los temperamentos.

Presentaremos la clásica, pero se pueden buscar otras. Lo importante es saber **que son "tipificaciones generales", no son moldes exactos.** Existen personas que entremezclan características de uno y otro, por lo que se puede decir que tienen un temperamento dominante y otro secundario. Cada persona es una combinación única. Por conocer mi temperamento no quiere decir que me aprisione.



Breve Historia

Médicos de la antigüedad como Hipócrates (460-370 aC) y Galeno (129-200 aC) distinguían cuatro tipos de temperamentos, considerados como emanación del alma por la interrelación de los diferentes humores del cuerpo:

Sanguíneos, las personas con un humor muy variable.

Melancólicos, personas más tristes y soñadoras.

Coléricos, personas cuyo humor se caracterizaba por una voluntad fuerte y unos sentimientos impulsivos, en las que predominaba la bilis amarilla y blanca.

Flemáticos, personas que se demoran en la toma de decisiones, suelen ser apáticas, a veces con mucha sangre fría, en las cuales la flema era el componente predominante de los humores del cuerpo.



Temperamento Sanguíneo

Descripción general

El sanguíneo reacciona rápida y vehementemente ante las influencias e impresiones que recibe, pero la impresión queda por poco tiempo en su alma. Se le ha llamado al sanguíneo "la alegría de la casa" debido a que es un temperamento afable, simpático, optimista y liviano. Crea muy buen ambiente a su alrededor. El sanguíneo se caracteriza por no complicarse con las cosas ni apesadumbrarse por las dificultades. Es una persona fácil de trato y por ello contribuye mucho a la convivencia. Es, sin embargo, inconstante y tiende a la superficialidad.



Cualidades positivas

- **Intelecto:** el sanguíneo por lo general, posee un intelecto vivo, es ocurrente e ingenioso. Cuando lee o escucha algo lo capta fácilmente,



aunque no siempre en profundidad y muchas veces, incluso, cree que ha captado, pero no ha entendido el asunto a fondo. Le ayuda en esto su gran imaginación. El intelecto vivo, la imaginación fecunda y la capacidad

de captar las situaciones hacen que el sanguíneo posea la cualidad de improvisar fácilmente y con ello, de salir del paso. En ciertos casos pareciera que el sanguíneo piensa “a saltos”, a veces, debido a que su vivacidad e imaginación le lleva a adelantarse a un raciocinio lento y progresivo.

• **Voluntad:** es propio del sanguíneo tener una disposición positiva, una actitud de disponibilidad para emprender cosas. Es el hombre de “buena voluntad”, abierto a lo que se le pide. Es también, en el mismo sentido, adaptable, se adecúa a las circunstancias y sabe darse cuenta qué es lo que más conviene en el momento. Esta disposición abierta de su voluntad se ve reafirmada por el hecho de confiar siempre en el éxito, difícilmente piensa que algo no le va a resultar y si algo fracasa no se aflige por demasiado tiempo.

• **Afecto:** el sanguíneo posee un estado de alma alegre y optimista. Es el hombre que no se complica innecesariamente. Goza con la vida, con las cosas pequeñas. No es la persona ensimismada y meditativa; él tiene su “filosofía”, es extrovertido y se ríe un poco de todo, muchas veces echando incluso las cosas serias a la chacota. Por esta extroversión, dice también todo lo que piensa y siente,

El Sanguíneo alegra el ambiente, y su “talón de Aquiles” es la constancia

sin reparar en ciertas ocasiones en la oportunidad pero es sincero y sin mayores dobleces en su interior.

• **Ante los demás:**

bien pronto se hace conocido en todas partes, es confiado y locuaz y se comunica fácilmente con personas conocidas y desconocidas. Es afable y alegre en sus palabras, sabe entretener y contar interesantes narraciones y anécdotas con mucha gracia y a veces exageración. Se hace querido por los demás ya que es atento y generoso, no presta una ayuda con la frialdad del colérico, ni con un corazón tan afectuoso como el melancólico, sino que lo hace de un modo alegre y sereno. Tiene también sensibilidad para las desgracias de los otros, es sumamente compasivo. Sabe corregir sin que las personas se sientan heridas. Si se le ofende o se enoja “explota” y se desahoga con facilidad, luego olvida todo y no guarda rencor. No le cuesta mucho “sintonizar” con el medio y ser sociable. Ante los superiores es sumiso y abierto.

Defectos

• **Superficialidad.** Uno de los mayores problemas del sanguíneo es la superficialidad. Suele ser superficial en su manera de pensar y de juzgar las cosas. Le cuesta mucho concentrarse para estudiar seriamente o en su trabajo. Esta superficialidad se manifiesta también en la dispersión, emprende una y mil cosas, y le cuesta terminarlas bien. Se distrae fácilmente de lo que están pensando o haciendo. También sus relaciones personales suelen ser poco profundas: es “muy amigo” de

Tiene “buena voluntad” y sabe adaptarse a las circunstancias.

todos, pero no siempre cultiva sus amistades con honduras.

• **Inconstancia.**

Este defecto está muy unido al anterior, por su superficialidad y extroversión, el sanguíneo peca de inconstante.

Depende mucho de los estados de ánimo y del ambiente. Esto hace que cambie sus opiniones con demasiada facilidad, que deje sus trabajos porque “encontró algo más interesante”. Es versátil, emite juicios apresurados y emprende acciones que no ha pensado mucho; esto hace que luego cambie también sin mayores problemas. La inconstancia se debe también a su tendencia a “sacar la vuelta” al trabajo duro o cuando éste ha perdido el atractivo del inicio.

• **Exagerada extroversión.** Al sanguíneo le cuesta el cultivo de la profundidad interior, todo lo tiene que ver y oír, de todo tiene qué hablar, está pendiente de las cosas exteriores, de la ropa, de lo que agrada a los sentidos, es galante y, a veces, dado a los “amoríos”. Esta extroversión hace también que no pueda guardar los secretos con facilidad y esté a la caza de noticias; es curioso y sensual.

• **Vanidad.** El sanguíneo no conoce el orgullo del colérico, pero sí la vanidad que le hace experimentar una alegría casi pueril de sí mismo, de sus trabajos, de su apariencia, se mira de buena gana en el espejo o en el vidrio de las puertas o ventanas; al ser alabado se siente feliz. Puede ser un tanto fanfarrón y snob.

Educación del sanguíneo

• **El sanguíneo debe aprovechar su temperamento alegre y optimista.** Esto lo hará enfrentar la vida positivamente, y, en la fe, esa actitud de alma madurará hasta llegar a ser una profunda confianza filial en el Dios providente, en su poder y misericordia, pues, “todo converge al bien de los que aman a Dios”.

• **Igualmente debe sentirse llamado a formar comunidad,** a desarrollar la afabilidad connatural que posee, uniendo. Con su alegría y facilidad de contacto debe ayudar a limar asperezas y dar ánimo. Debe desplegar la sensibilidad y generosidad de su corazón en el servicio y acogimiento.

• **Es importante que el sanguíneo luche contra la superficialidad y la inconstancia** educándose a

la reflexión seria (debe pensar siete veces antes de dar una opinión o comprometerse), tiene que aprender a hacer bien lo que está haciendo, a no dejar un trabajo inconcluso. Tiene que llegar a ser constante y responsable aunque deba luchar mucho por conseguirlo. En otras palabras, el sanguíneo debe aprender a actuar “por propósito”, superando la pura espontaneidad y entusiasmo del momento.

• **Un punto importantísimo en la educación del sanguíneo es el orden,** el orden en su estudio, en su trabajo, en su habitación, en su apostolado, en toda su vida; para él vale especialmente la máxima “cuida del orden y el orden te cuidará a ti”.

• **El sanguíneo debe aprender a dominarse,** a ser capaz de un esfuerzo, metódico, continuo. Para esto no ha de temer ni huir al sacrificio pues todo lo grande cuesta sacrificios: “sin muerte no

hay victoria”. En este sentido debe dominar también su sensibilidad y tendencia sensual.

• **El optimismo no debe ser ciego,** tiene que prever y calcular y comprometerse de acuerdo a la realidad y no a un puro impulso afectivo.

Personaje bíblico sanguíneo

Apóstol Pedro. Sus cambios bruscos: Juan.13:6-9 Prometía y no cumplía: Lucas. 22:31-34. y 22:54-62 Arriesgado: Mateos.14:28-29 Vemos en Pedro un arrebatado, pero cuando fue lleno del Espíritu Santo fue en gran manera útil a la causa de Cristo. Tanto en el libro de los Hechos, como en sus dos cartas, Pedro es un hombre transformado. Siga el sanguíneo el ejemplo de Pedro, busque ser lleno del Espíritu Santo.

Temperamento Colérico

Descripción general

El colérico reacciona de inmediato y con fuerza ante las influencias que recibe. La impresión queda en él por mucho tiempo.

El colérico siente y se entusiasma por lo grande, no busca lo común y ordinario, sino lo grandioso y sobresaliente. Tiende a lo alto, ambicionando un puesto destacado, montar una gran industria, cumplir una gran misión, llegar a la cumbre de la perfección,

etc. Es un hombre de grandes ideales y de acción, que realiza aquello que se propone. Anhela un cierto heroísmo.

Cualidades positivas

• **Entendimiento:** La mayoría de las veces, aunque no siempre, el colérico posee un entendimiento agudo, gusta la claridad de ideas tendiendo a la objetividad. Esto le



facilita el ser calculador, le gusta planificar tomando en cuenta todos los detalles. Su entendimiento agudo le lleva, además, a ser un hombre de principios claros.

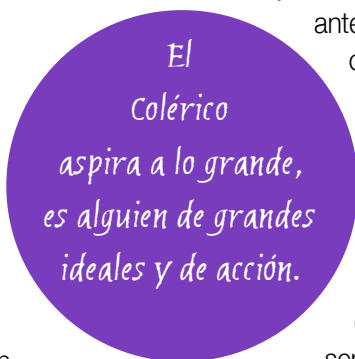
- **Voluntad:** Es una persona combativa, fuerte, enérgica. Nació para ser luchador, le gusta probar su voluntad enfrentando las dificultades y superando los obstáculos; es seguro de sí mismo y ama el riesgo. Su voluntad lo lleva a perseguir las grandes metas que se ha propuesto, con perseverancia; sabe decidir y decidirse, no se desalienta pues “tiene que resultarle”.

- **Afecto:** No es una persona que se caracterice por una emotividad sentimental, pero puede albergar en su corazón un gran afecto, aunque le cueste demostrarlo, pues piensa que ello es signo de debilidad. Es extraordinariamente apasionado y desprecia las cosas superficiales.

- **Ante los demás:** Le gusta mandar y ponerse a la cabeza de las empresas. Toma iniciativas, activo y trabajador, desconoce el “respeto humano” y a veces la prudencia. No tiene temor de presentarse en ambientes desconocidos. Es abierto y franco.

Defectos

- **Orgullo:** el colérico seguro de sí mismo, tiende a despreciar a los demás por incapaces, rechazando la ayuda de otros y haciendo él mismo lo que podrían o deberían



hacer los demás. Es difícil trabajar con él en equipo, puede ser “mandón”. No pocas veces se deja dominar por la ambición: en todo quiere ser el primero y ser reconocido como tal.

- **Dureza:** puede ser violento, pasa por encima de los otros de modo que éstos no se sienten tomados en cuenta o se consideran “utilizados”. Fácilmente se deja llevar por la ira y dice palabras duras que hieren. Llevados por su idea o la tarea que tiene entre manos no considera la realidad de las otras personas ni las circunstancias.

- **Impersonalismo:** todo esto hace que el colérico aparezca como alguien impersonal, más aún, si se considera que no tiene muy desarrollada su afectividad. No repara en los detalles de delicadeza y falta de atención. Más bien es exigente y atropella con facilidad. Muchas veces es “funcional” en su trato.

- **Testarudez:** puede ser terco y obstinado, no sufre cuando se le contradice, pues “quiere salir con la suya”, no cede y puede cegarse ante la realidad. Si se da cuenta que ha fallado le cuesta reconocerlo y tenderá a justificarse. Cree tener siempre la razón.

- **Susceptibilidad:** el colérico es muy sensible ante todo



aquello que lo desacredite o que disminuya su valor ante la vista de los demás, le teme a todo tipo de humillación. De ahí que fácilmente oculte inauténticamente lo menos bueno que hay en él, disimule y hasta llegue a la mentira y a la hipocresía. Si alguien lo pone al descubierto, se defiende, ataca con ironía y sarcasmo, guarda rencor, no lo olvida y se venga.

Educación del colérico

- **El colérico debe aprovechar su tendencia hacia lo grande** buscando una meta alta y noble que le dé sentido a su vida, pues de otro modo, nunca se sentirá satisfecho. Grandes santos han sido coléricos fundamentalmente, por ejemplo San Ignacio que tenía como lema “Todo para la mayor gloria de Dios”.

- **Debe aprender a orientar su actividad** y acción de acuerdo con la máxima del Señor “Aquel que quiere ser el más grande entre ustedes debe hacerse el servidor de todos”. Su iniciativa, acción y capacidad de empresa debe ser expresión de servicio desinteresado a los demás.

• **Sus defectos de orgullo y prepotencia**, que lo llevan también a sentirse autosuficiente frente a Dios o a prescindir de su gracia y conducción, son superados por el cultivo consciente y profundo de la actitud instrumental y filial: toda su capacidad creadora y autoridad deben basarse en una profunda dependencia filial y disponibilidad ante Dios. Sólo esto le garantiza la fecundidad y también su propio equilibrio personal: “El que quiere ser el mayor debe convertirse y llegar a ser como uno de estos pequeños”.

• **El colérico debe cultivar su afecto y sensibilidad**, no le debe suceder que desarrolle desmesuradamente su inteligencia y voluntad y su corazón se atrofie. El otro ha de aparecer ante él como persona, que requiere respeto, tacto, atención delicada. Tiene

que educarse para recibir, de los hombres y de Dios. No tiene que rebelarse ante sus deficiencias y errores o sus pecados, sino aprender en ellos la humildad de corazón, aprender a pedir, a abrirse, a admirar y dejarse enriquecer.

• **Debe evitar convertirse en una persona excesivamente seria**, que aprenda a gozar con las cosas pequeñas, “ser más sanguíneo”, más adaptable y afable, no tan rígido y terco. Tiene que saber convivir sanamente en la alegría y distraerse con cosas “intrascendentes”.

• **Toda su capacidad de lucha y optimismo ante las dificultades** las pondrá al servicio de la comunidad para animar y alentar a los otros, ayudándolos, sin que éstos lo sientan. Tiene que ser un sostén y puntal de la comunidad

poniéndose al servicio de los demás y desprendiéndose del egoísmo, orgullo o vanidad.

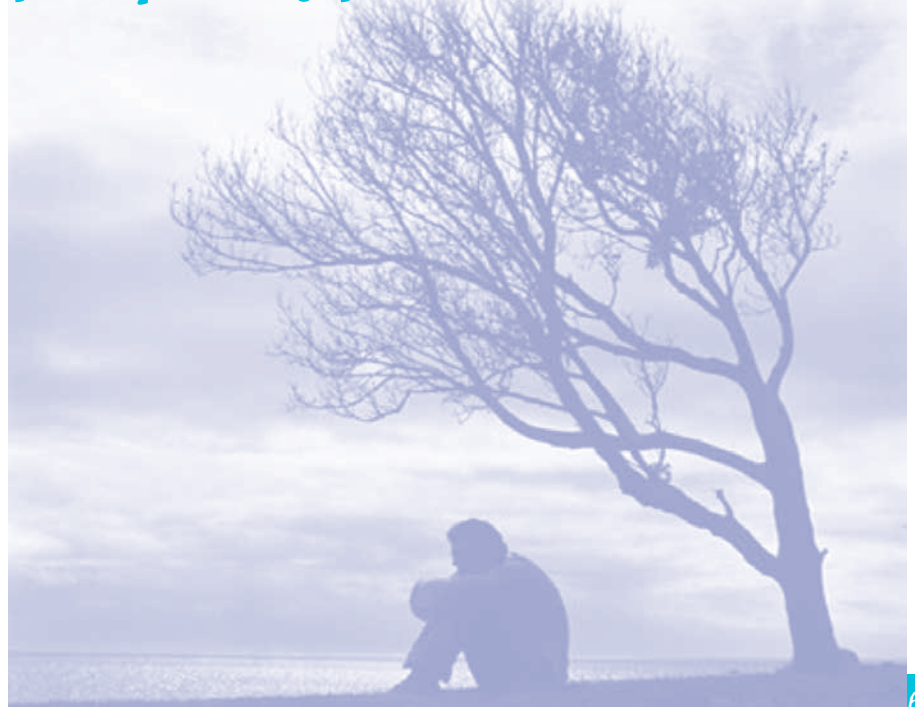
Personaje bíblico colérico

Apóstol Pablo. Antes de convertirse era duro y sin compasión a los cristianos. Hechos 8.3 Hacia esto creyendo que estaba en lo cierto. Su conversión tuvo que ser violenta, Hechos 9.3-4. Enseguida quería actuar, Hechos 9.6. No dudó en denunciar la hipocresía de Pedro, Gálatas 2.11. Fue fundador de muchas iglesias y aún preso se lo pasaba escribiendo cartas animando y enseñando la doctrina cristiana. La iglesia de Cristo se beneficia mucho con lo coléricos. Pero ellos deben aprender a someterse al Señor que es lo que más les cuesta.

Temperamento Melancólico

Descripción general

El melancólico se caracteriza por reaccionar lentamente ante los estímulos exteriores, pero su reacción es profunda y duradera. El melancólico es el hombre de la interioridad, del pensar profundo y de la honda afectividad. Se caracteriza por cierta “melancolía” o tristeza; es más bien lento y reflexivo; no es fácil empujarlo a acciones rápidas. Se desanima rápidamente y cae con frecuencia en el pesimismo.





Cualidades positivas

- **Intelecto:** Su pensamiento tiende hacia lo profundo; se da también de buena gana a la consideración de lo pasado, recordando los acontecimientos de tiempos anteriores. Tiende a considerar todo con atención y a examinarlo seriamente, hasta formarse un juicio. Se detiene en el análisis de sí mismo, en la introspección, no pocas veces desmesurada. Es una persona que le gusta “soñar despierto”.

- **Voluntad:** El melancólico tiene una voluntad fuerte, siempre que algo se haya arraigado en su interior. Esa voluntad lo puede llevar a hacer los más grandes sacrificios por una causa o por una persona. Es una voluntad constante, fuerte y callada. Sin embargo, le cuesta decidirse por algo.

- **Afecto:** Posee un afecto rico y profundo; es muy sensible; más que con la cabeza piensa con el corazón. Sus reflexiones van acompañadas de un misterioso anhelo; con facilidad se siente conmovido en su interior, pero no siempre deja traslucir en su exterior su emotividad.

- **Ante los demás:** El melancólico difícilmente se acerca a personas extrañas, ni entra en conversación con desconocidos. Revela su interior con suma reserva y por lo general sólo a los que tiene más confianza; y entonces le cuesta encontrar las palabras adecuadas para expresar lo que siente. Pero, de hecho, experimenta gran alivio cuando ha logrado “desahogarse”. El melancólico quisiera desahogarse por medio de una conversación, pero le cuesta enormemente; el colérico, podría, pero no quiere. Posee un gran sentido para captar las necesidades de los demás y de corazón desearía ayudar; se conmueve fácilmente y puede darse y servir con gran desprendimiento de sí mismo: es humanitario. Con gusto desearía tener amigos y es capaz de gran lealtad, pero por su reserva y debido también a que se desengaña con facilidad, le cuesta tenerlos. En general huye de la masa, prefiere estar solo o moverse en un grupo pequeño de personas conocidas que lo aprecian.

Tiene gran corazón y profundidad en su vida interior. Sin embargo, puede caer en la tristeza.

Defectos

- **El melancólico cae fácilmente en la excesiva reflexión y ensimismamiento.** No afronta la realidad decididamente, sino que da vuelta tras vuelta a los asuntos, sin atreverse a resolver los problemas. La auto introspección posee en él muchas veces una tonalidad pesimista y lo lleva a aislarse de los

demás. Se encierra en sí mismo, parece no escuchar lo que se está diciendo, como si estuviera soñando y no se fijase en las personas.

- **Pesimismo:** el melancólico siempre considera las cosas en su aspecto más negro y adverso; es el hombre que ve el día entre dos noches, justamente lo contrario del sanguíneo. Si en sus empresas se le presentan dificultades, aunque de poca monta, pierde el ánimo, y quisiera dejarlo abandonarlo todo; puede sucumbir ante los fracasos. Con gran facilidad se desengaña de los demás, pues les exige mucho y pareciera no aceptar que tengan defectos, se descorazona y el hecho, por ejemplo que le haya fallado un amigo lo lleva a no creer más ni en los hombres ni en la

amistad, cayendo en un profundo escepticismo. Es demasiado susceptible. Todo esto hace que el melancólico se cierre con facilidad, se aisle en su tristeza y pesimismo.

- **Desconfianza:** está unido con lo anterior. Es desconfiado y receloso ante las personas que no conoce suficientemente. Cree que los otros no lo toman en cuenta o que le tienen mala voluntad. Difícilmente logra olvidar las ofensas. Poco a poco va infiltrándose en él el virus de la antipatía. La aversión respecto a las personas que le son antipáticas llega a ser tan fuerte, que apenas se digna mirar a tales personas, o dirigirles la palabra. Puede guardar rencor por años. Rara vez logra confiar en alguien, tiene, a menudo y sin motivo, duras e injustas sospechas de su prójimo.

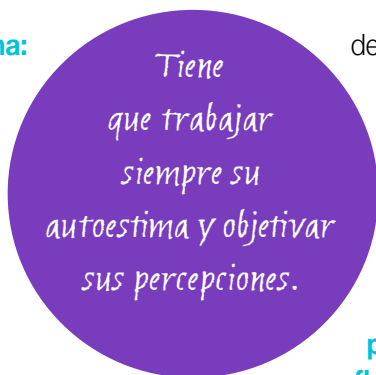
• **Débil Autoestima:**

Se considera menos de lo que es y puede. En los trabajos cede el lugar a otras personas menos aprovechadas y aún incapaces, en gran parte por miedo al fracaso. Pero, sin embargo, se siente herido por no habersele respetado y apreciado en sus talentos. Es susceptible a las más pequeñas humillaciones. Muchas veces va guardando en su corazón las cosas que tiene contra otros, las injusticias de las cuales cree haber sido objeto, etc., y repentinamente “explota”, para gran sorpresa de quienes lo rodean. Si tiene que corregir a otro, sin tener nada personal en su contra, es demasiado suave y le cuesta mucho hablar claro.

• **Indecisión:** Por su temor ante las dificultades, por sus interminables reflexiones, por miedo al fracaso y a la humillación, por timidez ante los demás, el melancólico no termina nunca por decidirse; es a veces el hombre “de las oportunidades perdidas”, hay que empujarlo al agua para que aprenda a nadar.

Educación del melancólico

• **El melancólico posee una gran fuerza en su profunda afectividad.** Puede llegar a darse enteramente a los demás en la total entrega de sí mismo. Tiene sensibilidad y riqueza de corazón que debe canalizar hacia el ideal de ser “todo para todos”. Esta entrega



de sí mismo se dirige hacia Dios y hacia los hombres y puede adquirir gran profundidad y hacerse extraordinariamente fiel.

• **El melancólico por su tendencia a la reflexión puede llegar a grandes profundidades** en la meditación y el diálogo con Dios.

Para él parece valer especialmente la frase de San Agustín: “Nos has creado para ti, Señor, e inquieto está nuestro corazón hasta que no descanse en ti”.

• **Para que la entrega del melancólico sea fecunda tiene que superar la amargura** y la tendencia a ver todo negro. Sabiendo que posee esa tendencia, debe hacerle la contra, reparando conscientemente en lo bueno y positivo de las cosas y de las personas. En último término, superará su pesimismo radicalmente sólo cuando aprenda a confiar en Dios, en su bondad y misericordia.

• **No debe dejar entrar la amargura ni el escepticismo en su corazón,** pues los otros “no son tan malos como él piensa”; tiene que perdonar y pasar por encima de lo que él cree que son ofensas o postergaciones; tiene que aprender a pasar por encima de sus sentimientos y “desahogarse” con Dios y alguna persona de su confianza.

• **Hace bien en “extrovertirse” física y espiritualmente,** alegrándose con todo lo bueno y bello de la vida; buscando el contacto con otros aunque le cueste salir de sí mismo.

• **El melancólico tiene que aprender a “tomar decisiones”** aunque no vea todo enteramente claro, el riesgo debe incorporarse a su estilo de vida. Tiene que atreverse a tomar responsabilidades a pesar de que crea que no es capaz. “Las dificultades están para ser vencidas”, debiera ser su lema.

• **Vida espiritual: Su sensibilidad es apta para la religión.** Si de niño es enseñado en el camino de la fe, luego no se olvidará más. La vida espiritual es profunda, y el pecado lo hace auto-condenarse mucho. Cuando se le presenta el mensaje de Cristo lo examina mucho y no se decide pronto, pero si lo acepta lo hará en serio. La vida cristiana del melancólico es de mucho auto examen, de culparse y de examinar a otros y culparlos. Esto suele privarlo de la alegría cristiana.

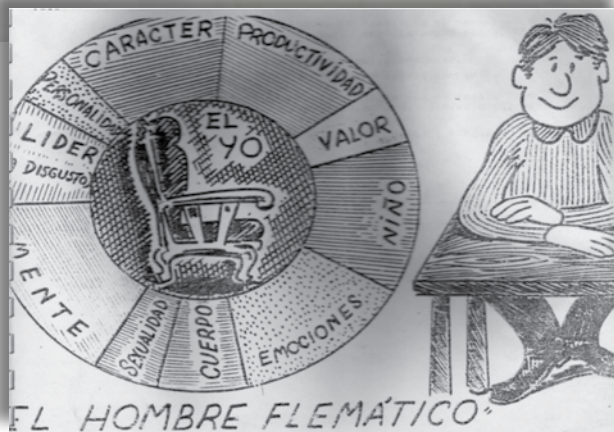
Personaje bíblico melancólico

Apóstol Juan. Sus escritos profundos y dedicados a los grandes temas revelan que Juan era melancólico. Su evangelio es muy distinto a los otros, sus cartas son profundas. El Apocalipsis es una tarea que se le da a un melancólico. Juan en su evangelio no se ocupa en detalles. No comienza con el Cristo del pesebre, si no con el Cristo eterno. Ver: Juan. 1:1-3 y 20: 30-31. Consejos a los melancólicos: ver parábola del sembrador en Mateo 13: 22 en este terreno está representado el corazón del melancólico. Tiene profundidad, pero hay semillas de depresión, negatividad, y crítica. Una vez lleno del Espíritu Santo funciona bien.

Temperamento Flemático

Descripción General

El flemático, al igual que el melancólico, se caracteriza por reaccionar lentamente ante los estímulos exteriores; pero, a diferencia del mismo, su reacción no es profunda, asemejándose en esto más bien al sanguíneo. No es un hombre que se interese vivamente por las cosas, podría caerse el mundo y él permanecería muy tranquilo sin inmutarse mayormente. Normalmente aparece como el tipo de hombre típicamente tranquilo y, por lo tanto, muchas veces marginado un poco del grupo en que él se encuentra. No se altera casi por nada y, como dijimos, la intensidad de la reacción es débil, corta y superficial, además de ser lenta. Esto hace que el flemático tenga una cierta apariencia de hombre “plácido” y sin novedad.



Cualidades positivas

• **Intelecto.** El flemático no es una persona que se caracterice por una inteligencia rápida y vivaz, que comprenda las cosas al segundo, más bien tiene una “transmisión lenta”. Su fuerte reside en la capacidad de abocarse al estudio y comprensión sistemática, razonando paso a paso hasta llegar a la posesión de la verdad. No es alguien dado precisamente a soñar

despierto o a fantasear, más bien es sobrio en sus razonamientos y consideraciones.

• **Voluntad.** La voluntad del flemático no se mueve tanto por un impulso creador o en el ímpetu del riesgo, sino que es más bien la voluntad que, cuando se ha educado, puede ser extraordinariamente constante y fiel en lo pequeño. Entonces, cuando se ha propuesto algo, a diferencia del sanguíneo, realiza con tranquilidad su trabajo mostrando

gran paciencia y sin dejarse distraer por factores ajenos a su labor.

• **Afecto.** El flemático, a diferencia de los otros tres temperamentos, no es un hombre de grandes pasiones. Es difícil que algo lo altere o haga explotar, que lo conmueva profundamente, no es especialmente sensible y, en ciertos casos, podría pasar por ser una persona completamente apática. Sin embargo, su temperamento tiene un aspecto muy positivo en este sentido:

posee una gran estabilidad emocional, puede guardar calma en las situaciones más difíciles. La estabilidad de su vida emocional le permite también un racionamiento objetivo.

• **Ante los demás.** Exteriormente hay una cierta semejanza entre el melancólico y el flemático, a ambos les cuesta entrar en sociedad e integrarse en un grupo. Sin embargo, los motivos son diferentes. El flemático se queda normalmente un poco al margen del grupo simplemente por falta de iniciativa para tomar contacto y para entablar un diálogo. No es un tipo problemático como normalmente lo es el melancólico que fácilmente se siente rechazado o dejado de lado por los demás. El flemático simplemente está allí, sin hacerse mayores problemas. El, subjetivamente, no se siente aparte, le basta con la presencia física y con participar pasivamente. Es el hombre tranquilo, sin conflictos y le gusta pasar desapercibido. Muchas veces está dotado de un cierto sentido del humor que le lleva a hacer observaciones esporádicas donde se demuestra que, a pesar de que los otros casi no reparaban en su presencia, él estaba presente en lo que sucedía en el grupo. También es positiva su influencia en la comunidad en cuanto el flemático es una persona sencilla que no acostumbra poner demasiadas exigencias a los demás y que se contenta con lo normal para todos. Es

modesto y sencillo, y estos son grandes valores en la construcción de una comunidad. Es por eso que los flemáticos dan a la comunidad una cierta estabilidad y permanencia, elementos muy necesarios para la vida de la comunidad.

Huye de las disputas acaloradas manteniéndose al margen cuando otros se ofuscan en una discusión. Por ello, también, contribuye a la unión y pacificación de los ánimos.

Defectos

• **Uno de los mayores problemas que tiene que superar el flemático es la comodidad.** Por su temperamento más bien pasivo tiende a quedarse tranquilo y a aburguesarse. Como no es arrastrado por grandes pasiones, fácilmente se acomoda en lo más fácil. Le huye al sacrificio y a aquello que resulta difícil de lograr, se queda contento con lo que ya tiene o los demás le han procurado. Si se trata de emprender una labor le cuesta salir de sus “costumbres”, no posee la agilidad para alterar su ritmo normal de vida. En este sentido se constata en el flemático una marcada inclinación al descanso.

Tiene que trabajar su tendencia a la comodidad, y tratar de salir más de sí mismo.

• **Superficial:** No es raro que el flemático también haga del gozar la vida uno de sus objetivos principales. En este sentido se puede convertir en el típico “gourmet”, en el gozador ávido de placeres y de sensualidad; simplemente se dedica “a pasarlo bien”, a gozar sin mayor esfuerzo, a dejarse mimar.

• **Inmutable:** Otro de los grandes problemas para el flemático es su falta de iniciativa y participación comunitaria. Su carácter modesto, su tranquilidad, puede llevarle, si no se educa, a marginarse por completo de la vida comunitaria y a no aportar nada de sí a los demás. Le cuesta tomar iniciativas y sacarlas adelante. Con ello puede pasar a ser un peso muerto dentro de la comunidad: puede caerse el mundo, pero él no se inmuta por hacer algo. Todo le pasa por encima.

• **Indecisión:** Falta de decisión y energía puede ser también defectos contra los cuales tiene que luchar el flemático. Su parsimonia y falta de apuro, puede prolongar más allá de la cuenta el tiempo de tomar una decisión. Siempre piensa que hay que madurar aún más las cosas, o bien, no ve la urgencia que ellas entrañan. Entonces deja pasar los días y los meses sin actuar. Desde este punto de vista el flemático puede convertirse en una persona sin voluntad, le falta la capacidad de decisión y la energía en la realización de las cosas difíciles.

Personalidad tranquila, objetiva y que inspira paz.

Educación del flemático

- **Un flemático puede llegar a hacer cosas en su vida si educa su temperamento.**

Cuando supera los lados débiles de la comodidad y tendencia a la flojera, y aprovecha su sentido por el detalle y la constancia, puede convertirse en un trabajador incansable, capaz de llevar a cabo los trabajos más difíciles, que otros nunca tendrían la paciencia de realizar con la dedicación que él lo hace. En esta misma línea, el flemático posee la gran cualidad de la sencillez y modestia la cual lo puede llevar a una gran abnegación y servicialidad comunitaria. Por eso, debe saber encontrar su lugar en la comunidad y dar allí su aporte, venciendo la tendencia al pasivismo. Una comunidad no sólo necesita personas que sepan organizar y dirigir, necesita igualmente del aporte insustituible del que trabaja en lo pequeño y lo oculto.

- **Otra de las tareas del flemático es acostumbrarse a tomar iniciativa activamente,** debe obligarse a participar, a dar su opinión, a entregar algo de sí mismo confiando que su granito de arena es importante para la construcción del todo. Aunque tienda a quedarse tranquilo, debe hacer lo posible por “inquietarse”, por meterse en los problemas y tratar de aportar también él una colaboración para solucionarlos. Tiene que desarrollar un verdadero interés por los demás, salir de sí y de su comodidad.

- **En la vida espiritual el flemático, muestra una predisposición especial para la meditación y reflexión.** Debido a su estructura anímica posee igualmente una facilidad congénita para “descansar en manos de la Divina Providencia”. Sabe que Dios tiene las riendas del mundo y de su vida en sus manos, que le Padre cuida y que, por lo tanto, no debemos inquietarnos “por qué habremos de comer o con qué vamos a vestirnos”. El abandono a la Divina Providencia, la aceptación de los designios del Padre son actitudes que naturalmente no le resultan difíciles y debe saber desarrollarlas.

- **Una de las luchas más arduas que tiene el flemático por delante es el vencimiento de su tendencia a la comodidad y a ser vago.** Deberá exigirse, aprender a renunciar a ciertos placeres que fomentan esas tendencias. Tiene que llegar a conquistar el heroísmo en su estilo de vida y una reciedumbre en sus hábitos, de modo que los lados fuertes de su carácter no se vean impedidos por su tendencia a la comodidad.

- **Su vida espiritual es correcta y de buena conducta,** se guía por las reglas y se jacta de no hacer mal a nadie (por esta causa cree que no necesita arrepentirse). Es de los que se portan bien por temor a las consecuencias, más que por un ideal o por amor. No es de los que buscan a Dios en las dificultades, más bien se acomodan a la situación.

Personaje bíblico flemático

Abraham: Como buen flemático era amante de la paz, Génesis 13.8-9. Temeroso y propenso a protegerse, Génesis 12.10-13. Luego de ser probado por Dios, Abraham fue un hombre de gran fe, Hebreos 11.17-19; Romanos 4.18



Dinámica

Tendrás que ser muy sincero en las respuestas, además si deseas saber tu temperamento básico, tendrás que pensar en lo que se da con

más fuerza en tu forma de ser.. Los resultados podrían variar, entendiendo que ser de un temperamento equivale a un

resultado del 100% en el total de respuestas. Sin embargo es más posible sacar el 60% de uno temperamento y 40% de otro.

Instrucciones:

(Para hacer este test es preferible imprimirlo. En cada una de las siguientes líneas de cuatro palabras, coloque una "X" delante de la palabra que más se aplica a usted marcando una sola opción de las cuatro por cada línea. Continúe hasta terminar las cuarenta líneas. Si no sabes el significado de alguna palabra, pregunta antes de contestar.

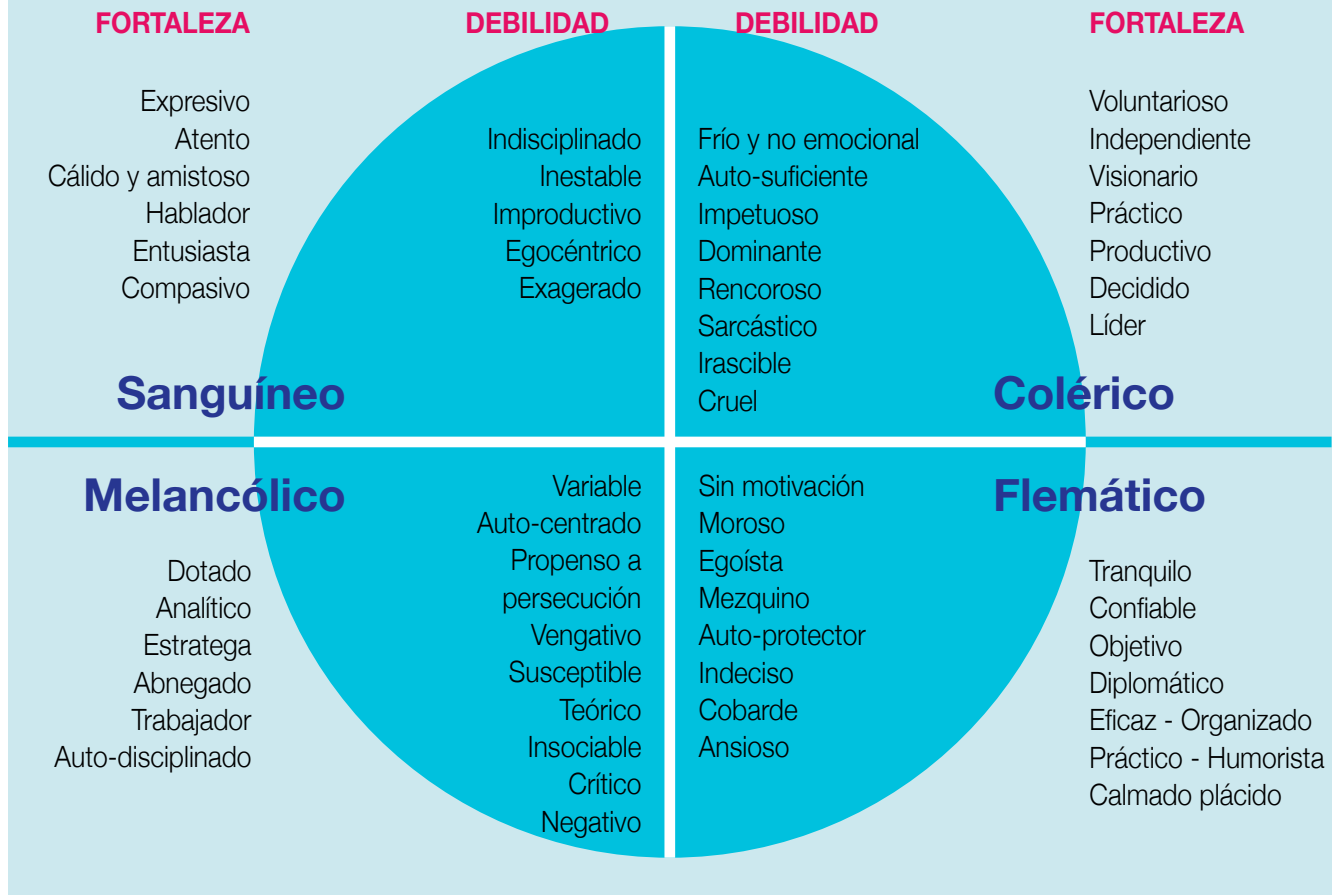
FORTALEZAS								
1	<input type="checkbox"/>	Animado	<input type="checkbox"/>	Aventurero	<input type="checkbox"/>	Pensativo	<input type="checkbox"/>	Adaptable
2	<input type="checkbox"/>	Juguetón	<input type="checkbox"/>	Convincente	<input type="checkbox"/>	Luchador	<input type="checkbox"/>	Cómodo
3	<input type="checkbox"/>	Sociable	<input type="checkbox"/>	Decidido	<input type="checkbox"/>	Abnegado	<input type="checkbox"/>	Sumiso
4	<input type="checkbox"/>	Convincente	<input type="checkbox"/>	Controlado	<input type="checkbox"/>	Competitivo	<input type="checkbox"/>	Considerado
5	<input type="checkbox"/>	Entusiasta	<input type="checkbox"/>	Inventivo	<input type="checkbox"/>	Respetuoso	<input type="checkbox"/>	Reservado
6	<input type="checkbox"/>	Enérgico	<input type="checkbox"/>	Autosuficiente	<input type="checkbox"/>	Sensible	<input type="checkbox"/>	Contento
7	<input type="checkbox"/>	Activista	<input type="checkbox"/>	Positivo	<input type="checkbox"/>	Planificador	<input type="checkbox"/>	Paciente
8	<input type="checkbox"/>	Espontáneo	<input type="checkbox"/>	Seguro	<input type="checkbox"/>	Puntual	<input type="checkbox"/>	Tímido
9	<input type="checkbox"/>	Optimista	<input type="checkbox"/>	Abierto	<input type="checkbox"/>	Ordenado	<input type="checkbox"/>	Atento
10	<input type="checkbox"/>	Divertido	<input type="checkbox"/>	Dominante	<input type="checkbox"/>	Fiel	<input type="checkbox"/>	Amigable
11	<input type="checkbox"/>	Amistoso	<input type="checkbox"/>	Osado	<input type="checkbox"/>	Detallista	<input type="checkbox"/>	Diplomático
12	<input type="checkbox"/>	Alegre	<input type="checkbox"/>	Constante	<input type="checkbox"/>	Culto	<input type="checkbox"/>	Confiado
13	<input type="checkbox"/>	Inspirador	<input type="checkbox"/>	Independiente	<input type="checkbox"/>	Idealista	<input type="checkbox"/>	Inofensivo
14	<input type="checkbox"/>	Afectuoso	<input type="checkbox"/>	Decisivo	<input type="checkbox"/>	Humor Seco	<input type="checkbox"/>	Introspectivo
15	<input type="checkbox"/>	Cordial	<input type="checkbox"/>	Instigador	<input type="checkbox"/>	Considerado	<input type="checkbox"/>	Conciliador
16	<input type="checkbox"/>	Conversador	<input type="checkbox"/>	Tenaz	<input type="checkbox"/>	Considerado	<input type="checkbox"/>	Tolerante
17	<input type="checkbox"/>	Vivaz	<input type="checkbox"/>	Líder	<input type="checkbox"/>	Leal	<input type="checkbox"/>	Atento a escuchar
18	<input type="checkbox"/>	Listo	<input type="checkbox"/>	Jefe	<input type="checkbox"/>	Organizado	<input type="checkbox"/>	Contento
19	<input type="checkbox"/>	Popular	<input type="checkbox"/>	Productivo	<input type="checkbox"/>	Perfeccionista	<input type="checkbox"/>	Permisivo
20	<input type="checkbox"/>	Jovial	<input type="checkbox"/>	Atrevido	<input type="checkbox"/>	Se comporta bien	<input type="checkbox"/>	Equilibrado

DEBILIDADES								
21		Ruidoso		Mandón		Apocado		Soso
22		Indisciplinado		Antipático		Sin entusiasmo		Implacable
23		Repetidor		Reticente		Resentido		Resistente
24		Olvidadizo		Franco		Exigente		Temeroso
25		Interrumpe		Impaciente		Inseguro		Indeciso
26		Imprevisible		Frío		No compromete		Impopular
27		Descuidado		Terco		Difícil de contentar		Vacilante
28		Tolerante		Orgullosa		Pesimista		Insípido
29		Iracundo		Argumentador		Sin motivación		Taciturno
30		Ingenuo		Nervioso		Negativo		Desprendido
31		Egocéntrico		Trabajólico		Abstraído		Ansioso
32		Hablador		Indiscreto		Susceptible		Tímido
33		Desorganizado		Dominante		Deprimido		Dudoso
34		Inconsistente		Intolerante		Introvertido		Indiferente
35		Desordenado		Manipulador		Moroso		Quejumbroso
36		Ostentoso		Testarudo		Escéptico		Lento
37		Emocional		Prepotente		Solitario		Perezoso
38		Atolondrado		Malgeniado		Suspica		Sin ambición
39		Inquieto		Precipitado		Vengativo		Poca Voluntad
40		Variable		Crítico		Comprometido		Astuto
R:		SANGUÍNEO		COLÉRICO		MELANCOLICO		FLEMATICO
Respuestas: Para ver los resultados suma cada columna... Cada "x" vale 1 punto. Suma como se indica abajo.								
1-19								
20-40								
Total								
Por cientos		%		%		%		%

Normalmente ninguna persona ha sacado el 100% de un temperamento determinado...

Imprimir para cada uno, el test y este cuadro-resumen

Tabla de los Cuatro Temperamentos



Dinámica

- Se les pide la reunión anterior, que traigan computador o tablet para esta reunión. Se recuerda via email y se les manda toda esta ficha, no es necesario que lo lean previamente, solo tenerlo descargado en su computador o tablet.
- Reciben impreso un test de personalidad y lo realizan cada uno por separado. Sacan sus resultados.
- Todo el grupo y los monitores van leyendo en el computador las características de cada tipo de personalidad.
- Reciben impreso el cuadro resumen. (el que está en esta misma página)
- Juntos como polos, hacen un espejo de la personalidad de cada uno, borrando del cuadro resumen, aquello que no se adapta a cada persona en forma individual. Dejando sólo lo que les calza bien. Así tendrán este "espejo de la personalidad", o sea, una descripción de cómo cada uno es en cuanto a su temperamento.