

# TEMPERAMENTOS

---



BY CRISTIANE MILESI

# A TEORIA DOS CINCO TEMPERAMENTOS

*Baseado nos estudos do Dr. Danilo Polanco*

*Um instrumento para o  
autoconhecimento*

# O comportamento humano

O comportamento humano é influenciado por múltiplos fatores:

▶ Temperamento, Caráter e Personalidade

▶ **Personalidade = C + T**

▶ Sofremos Influências da cultura,

tradições, costumes, crenças, vivências na formação do caráter e, portanto, da personalidade)

O Homem antes da queda – vivia o perfeito equilíbrio, em santidade e Justiça.

# As bagagens que carregamos

Heranças  
espirituais  
(crenças)

Iniquidades  
Distorções  
macho/fêmea

Heranças da  
família/raça,  
valores + & -

Temperamentos  
+ / -

Traumas,  
feridas, perdas,  
amarguras,  
lembranças



# Qual é a importância de conhecer os Temperamentos?

- ❖ Conhecer a si mesmo,
- ❖ Conhecer a criança,
- ❖ Conhecer o cônjuge e a família,
- ❖ Conhecer a equipe de trabalho,
- ❖ Equipar-se para se relacionar melhor.

# Os 4 temperamentos - Hipócrates 460-370 AC Teoria dos 4 humores (fluidos do corpo)

## Temperamentos

- ▶ Sanguíneo
- ▶ Colérico
- ▶ Melancólico
- ▶ Fleumático

## Humores (grego)

- ▶ Sangue (sanguis)
- ▶ BÍlis amarela (kolé = bílis)
- ▶ BÍlis negra (melas = negro; kolé = bílis)
- ▶ Fleuma (Phlema = fluído espesso)

# Conceito predominante por muitos anos



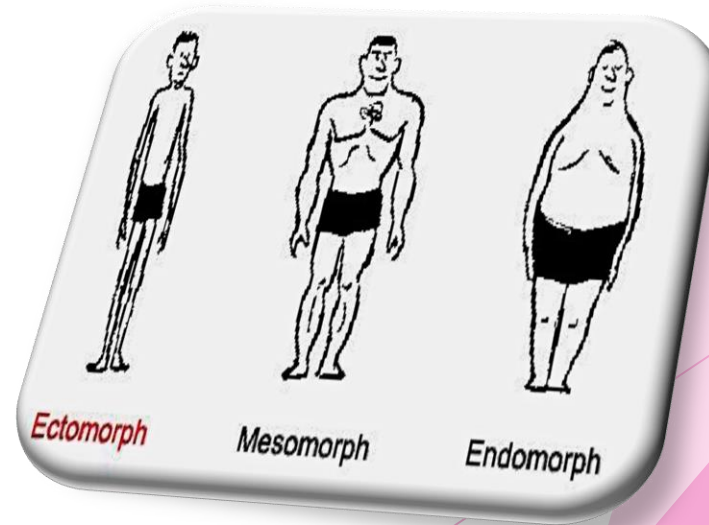
- ▶ Sanguíneo (sangue)
- ▶ Fleumático (linfa)
- ▶ Colérico (bilis)
- ▶ Melancólico ( bilis negra).

▶ Cada tipo com suas características e misturas Livros de Tim La Haye

# Tipo corporal e temperamentos

## William Sheldon (sociólogo)

- Magro: ectomorfo cerebrotomia
- Muscular: mesomorfo somatotomia
- Gordo: andromorfo viscerotomia





# O que é Temperamento?

- ▶ Qualidades peculiares, torna cada individuo um ser único.
- ▶ Influência no caráter e na personalidade.
- ▶ Ajuda no autoconhecimento: pessoal, profissional e relacional.
- ▶ Duas vertentes: fraquezas e fortalezas

# Stella Chess & Alexander Thomas

Psiquiatras de crianças - Estudo longitudinal dos temperamentos (1956 a 1970):

► O temperamento está presente desde o nascimento, acompanha todo o transcurso da vida e pode ser influenciado e modificado no modo de expressão, mas não na sua natureza.

# *Stella Chess & Alexander Thomas* *(1956-1986)*

## *Dimensões do temperamento:*

- Nível de atividade e atividade rítmica
- Reação às situações novas
- Habilidade de adaptação às mudanças de rotina
- Intensidade de expressão
- Habilidade de responder, humor, atenção

# Necessidades do Temperamento

## William Schutz

- ▶ **INCLUSÃO** – Grau de energia intelectual, necessidade psicológica de manter relações satisfatórias com os demais.
- ▶ **CONTROLE** – quanto controlamos ou somos controlados por pessoas e situações
- ▶ **AFETO** – demonstração de emoções e sentimentos
- ▶ **DESEJADO**: necessidade psicológica real
- ▶ **EXPRESSADO**: forma de comunicar o que sente

# Teorias do Temperamento e Testes

- Dr. William Schutz -1958 - O quinto temperamento: Supina ( submisso)
- Instrumento teórico conhecido como **FIRO-B** - Fundamental Interpersonal Relations Orientations - Behaviour
- Criado pelo autor para medir a interação entre duas pessoas num estudo de investigação; enfoca três níveis principais: autoconceito, comportamento e sentimento.

# Os cinco temperamentos e suas tendências nas diferentes áreas.

- ▶ Fortalezas e fraquezas
- ▶ Áreas fortes e fracas
- ▶ Fortalezas - semelhança de Deus
- ▶ Fraquezas – distorções após a queda



# Melancólico

## Analítico



# Melancólico

- ▶ Solitário, altamente inteligente e perfeccionista.
- ▶ Capaz de transformar o que está obscuro e confuso em algo bom; coloca ordem no caos.
- ▶ Mais orientado a metas e trabalho do que às relações pessoais (introverso).



# Melancólico

- ▶ Privado e sério
- ▶ Introverso, seleciona amizades
- ▶ Necessita de tempo a sós
- ▶ Sonha acordado
- ▶ Tem necessidade de estar no controle
- ▶ Temor de fracasso e rejeição

# Colérico

Dominante



# Colérico



- ▶ Nasceu para ser líder.
- ▶ Inteligente, não gosta de ser mandado.
- ▶ Persiste em levar ao fim seus projetos.
- ▶ Poderoso e destrutivo mais do que qualquer outro.
- ▶ Exige o cumprimento de suas vontades.

# Colérico



- ▶ Extrovertido
- ▶ Otimista, Inteligente
- ▶ Rápidos, perfeccionistas (exige dos outros)
- ▶ Organiza coisas na sua mente e é difícil de mudar, raramente ouve outros.
- ▶ Exerce controle e autoridade nas relações pessoais.

# Colérico



- ▶ Tem problemas com a ira.
- ▶ Machuca os fracos.
- ▶ Manifestações emocionais são para ele sinais de fraqueza.
- ▶ Acha que só ele consegue fazer as coisas e estão sujeitos ao “burnout”.

# Sanguíneo

# Extrovertido



# Sanguíneo/Extrovertido



- ▶ Muita energia intelectual.
- ▶ Generoso, orientado às relações pessoais.
- ▶ Entusiasta, otimista, bom senso de humor.
- ▶ Preocupa-se em cuidar de outros.
- ▶ Ativo, fala muito, animador.

# Sanguíneo

- ▶ Não gosta de estar com negativistas
- ▶ Necessidade de amar mas também de ser amado, popular
- ▶ Cerca-se de muitas amizades superficiais e também das profundas
- ▶ Muito extrovertido, movido pelo amor e afeto





# Fleumático

Paciente/ Pacificador



# Fleumático/Paciente



- ▶ Tem melhor associação com outros temperamentos;
- ▶ Inteligente;
- ▶ Tem seu próprio ritmo, extremamente lento;
- ▶ Não sente falta de se socializar;
- ▶ Atua como introvertido, prefere estar só;

# Fleumático



- ▶ Ele se move por propósitos e não por emoções (na vida familiar, é difícil);
- ▶ Se decidiu fazer algo, é difícil fazê-lo mudar;
- ▶ Demora para tomar decisões;
- ▶ Disciplinado, eficiente, só se envolve em uma coisa por vez;

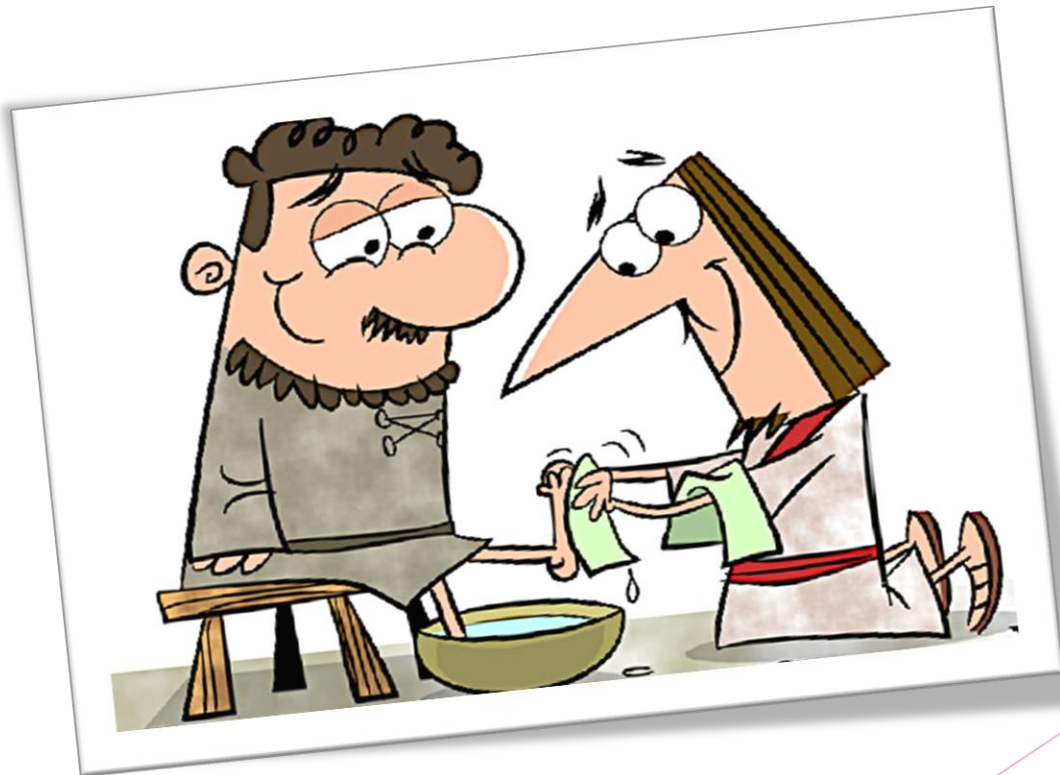


# Fleumático

- ▶ Não gosta de exercer controle nos demais;
- ▶ Não gosta que o controlem;
- ▶ Muita capacidade para realizar trabalhos tediosos, é moderado em tudo;
- ▶ Não faz o que não está em sua programação;
- ▶ Difícil de ser motivado.

# Supina

## Submisso



# SUPINA (SERVO)



- ▶ Depende de pessoas para tomar decisões e dividir responsabilidades;
- ▶ Vontade fraca;
- ▶ O mundo é cruel com eles (depressão);
- ▶ Interage com outros trazendo paz;

# SUPINA (SERVO)C

- ▶ Insuperável em serviços;
- ▶ Não sabe dizer não;
- ▶ Necessita dar e receber amor;
- ▶ Confia em suas relações pessoais;



# Temperamentos e as Linguagens do Amor

- ▶ Colérico – dar e receber presentes;
- ▶ Melancólico – palavras de encorajamento ou afirmação;
- ▶ Fleumático – tempo de qualidade;
- ▶ Sanguíneo – toque físico;
- ▶ Supina – serviço;



**Obrigada pela atenção,  
Meninas!**

**ESPERO QUE ESTE ESTUDO TENHA SIDO  
ÚTIL PARA VOCÊS.**

**Gostaria de escutar seu testemunho.**

**ENVIE UMA MENSAGEM PARA:**

[crisnicolaumilesi@hotmail.com](mailto:crisnicolaumilesi@hotmail.com)



Mulheres Inabaláveis

**EM TODOS  
OS CANAIS**



@mulheres.inabalaveis



/crisnicolaumilesi



Mulheres Inabaláveis By Cristiane Milesi



bit.ly/crismilesi



@pastoracristianemilesi



Mulheres Inabaláveis



www.cristianemilesi.com.br



crisnicolaumilesi@hotmail.com