



# Toma de Decisiones



## Unidad 1

**1.1 Que es la personalidad**

**1.2 Características de la personalidad**

***La personalidad es el conjunto de rasgos que hacen de un individuo un ser único, original, distinto de los demás, irreplicable.***

## **1.1. ¿Qué es la personalidad?**

La personalidad es un conjunto de características que definen a una persona, es decir, los pensamientos, sentimientos, actitudes y hábitos y la conducta de cada individuo, que, de manera muy particular, hacen que las personas sean diferentes a las demás.

La manera en que cada ser pensante, actúa sobre situaciones diversas, nos dice algo sobre su personalidad, en otras palabras, es el modo habitual por el cual cada ser;

1

**Piensa**

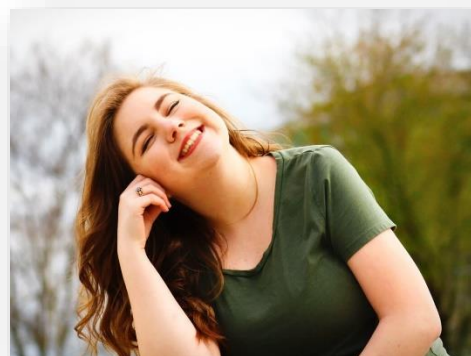


**Habla**

2

3

**Siente**



**y lleva a cabo alguna acción para satisfacer sus necesidades en su medio físico y social.**

Nacemos con ciertas características propias, que con el paso del tiempo y con un conjunto de factores como son el origen ambiental, la cultura, la familia, la educación recibida... se van desarrollando y definiendo, estructurando y cambiando con el paso de los años. En este proceso intervienen de forma significativa ejerciendo una gran influencia las figuras de los padres, los amigos, profesores.



***La personalidad, será fundamental para el desarrollo de las demás habilidades del individuo y de la integración con grupos sociales. Cuando la persona no se siente con personalidad, es porque no se ha identificado a sí misma, es decir, no se conoce.***

Dar sin querer recibir nada a cambio, dar cariño a todas las personas tal y como necesitan, dirigir un grupo de apoyo escolar, acompañar a pacientes en hospitales, comportarse de forma equilibrada en situaciones difíciles o duras como ante el sufrimiento y el dolor, resulta muy difícil sin una personalidad madura.

## 1.2 Características de la personalidad

Son aquellas características permanentes que describen el comportamiento de un individuo.

Los investigadores psicológicos suelen definir a la personalidad en términos de cinco características nucleares, que se pueden considerar como disposiciones estables que se relacionan con diferencias en el comportamiento. El modelo de personalidad en cinco factores engloba estas características extensas, cada una de las cuales engloba a características más específicas:

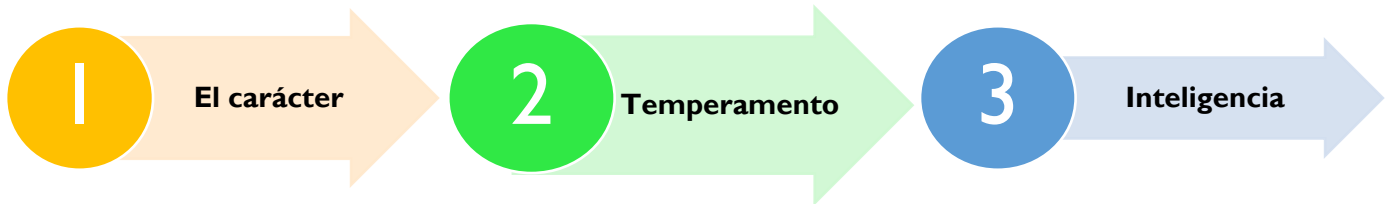
- **Apertura a experiencias** (aspectos que incluyen curiosidad intelectual e imaginación creativa)
- **Escrupulosidad** (organización, productividad, responsabilidad)
- **Extroversión** (sociabilidad, asertividad; opuesto a la introversión)
- **Amabilidad** (compasión, acatamiento, confianza en otros)
- **Neuroticismo** (tendencias hacia la ansiedad y depresión)

Estas características, con frecuencia son consideradas como "los cinco grandes". Se cree que los individuos presentan cada una de las cinco dimensiones de la personalidad hasta cierto punto, algunas personas califican más alto en algunas características que en otras.

La variedad infinita de maneras en las que difieren los individuos en cuanto a la manera en la que expresan las características es parte de lo que hace tan fascinante al estudio de la personalidad.

# ¿Es posible mejorar nuestra personalidad?

La respuesta es sí, ya que es posible cambiar o modificar lo que pensamos, sentimos, decimos y hacemos. Existen varios factores que son determinantes en la personalidad y constituyen el ser integral:



## I. El carácter

Es el conjunto de cualidades estables que conforman el modo de ser y el comportamiento de una persona.

- ✓ Se diferencia del temperamento en que no nacemos con él, sino que es adquirido, es más libre y no depende tanto de lo somático o físico.
- ✓ No está ligado a factores genéticos sino educativos y culturales.

**El carácter** por tanto **se puede educar**, guiado por la inteligencia y la voluntad, puede ser modificado, claro está que con trabajo personal.

## ¿Qué compone al carácter?



### EMOTIVIDAD

Capacidad de una persona de experimentar emociones en diversas circunstancias.



### ACTIVIDAD

Conjunto de actividades o conductas que se llevan a cabo diariamente.



### RESONANCIA

Tiempo de impresión hacia un acontecimiento y lapso necesario para volver a la normalidad.

## Existen distintos tipos de carácter:

Nervioso



Sentimental



Colérico



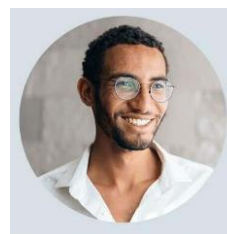
Apasionado



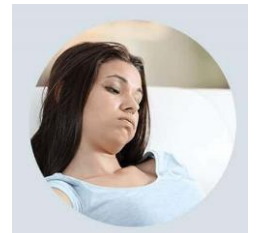
Sanguíneo



Flemático



Amorfo



Apático

## 2. Temperamento

Es la base biológica del carácter, nos viene dada, es innata.

Se define como la manera natural con la que el individuo interactúa y vive en el entorno que lo rodea, esto implica:

1. la habilidad para adaptarse a los cambios,
2. el estado de ánimo,
3. la intensidad con que se vive,
4. el nivel de actividad,
5. la accesibilidad y
6. la regularidad para hacer algún trabajo.

**El temperamento puede ser de varios tipos: sanguíneo, flemático, melancólico, colérico.**

### ***1. Sanguíneo:***

Es una persona cálida, vivaz, alegre. A la hora de tomar decisiones predominan los sentimientos más que los pensamientos reflexivos. Es extrovertido, muy comunicativo, entusiasta y tiene facilidad para hablar. Le gusta estar con la gente y huye de la soledad.



**Se caracteriza por tener gran sensibilidad y ser flexible a los cambios de ambiente.**

## Debilidades:

- Inestable emocionalmente
- Indisciplinado y falta de voluntad
- Tiende a querer ser el centro de atención
- Inquieto y desorganizado
- Es inseguro a pesar de ser extrovertido

## 2. Flemático:

No posee gran sensibilidad, es introvertido y tiene poca flexibilidad ante cambios de ambiente. Es tranquilo, nunca pierde la compostura y casi nunca se enfada. Por su equilibrio, es el más agradable de todos los temperamentos. Trata de no involucrarse demasiado en las actividades de los demás.

Es un individuo calmado, tranquilo, que nunca se descompone y que tiene un punto de ebullición tan elevado que casi nunca se enfada. Son personas serias, impasibles y altamente racionales. Son calculadores y analíticos.



**Es el tipo de persona más fácil de tratar y es por esa naturaleza el más agradable de los temperamentos.**

## Debilidades:

- El flemático es frío y se toma su tiempo para la toma de decisiones.
- Tiene poco interés, es lento y ocioso.
- Es indeciso y temeroso



### 3. Melancólico:

Posee gran sensibilidad, es introvertido y lo caracteriza una baja flexibilidad a los cambios en el ambiente.

Es abnegado, perfeccionista y analítico. Es muy sensible emocionalmente. Es propenso a ser introvertido, sin embargo, puede actuar de forma extrovertida.

No se lanza a conocer gente, sino deja que la gente venga a él.

Además de todo, posee un gran carácter que le ayuda a terminar lo que comienza. Pero es difícil convencerlo de iniciar algún proyecto, debido a que siempre está considerando todos los pros y contras en cualquier situación.



**El melancólico es el más rico y complejo de todos los temperamentos.**

Es de una naturaleza emocional muy sensible, es el que disfruta más de las artes. Es muy fiel en la amistad, aunque le cuesta hacer amistades.

#### Debilidades:

- Tiende a ser una persona pesimista, negativa y crítica
- Es egocéntrico, susceptible y quisquilloso
- Es algo rígido y legalista
- Es teórico y poco práctico

#### 4. Colérico:

Posee gran sensibilidad, es flexible a los cambios de ambiente. Cuando se le describe o dice algo que le fastidia o desagrada, trata de callar de forma violenta a las personas que se lo dicen.

Es rápido, muy activo, práctico en sus decisiones, autosuficiente y sobre todo independiente. Es extrovertido, pero no tanto como la persona de temperamento sanguíneo. Se fija metas y objetivos. Es muy ambicioso. Valora rápida e intuitivamente y no reconoce los posibles tropiezos y obstáculos que puede encontrar en el camino si busca lograr una meta.



#### Debilidades:

- Se enfada con facilidad y tiende a ser violento
- Es frío y no manifiesta el afecto
- Es astuto y dominador

### 3. Inteligencia

Está formada por algunas variables como la atención, la capacidad de observación, la memoria, el aprendizaje y las habilidades para socializarse.

En resumen, la inteligencia es la capacidad de asimilar, guardar, elaborar información y en conjunto utilizarla para resolver problemas; lógico que esto igual lo puede hacer un animal o un ordenador, pero la diferencia es que el ser humano puede seguir aprendiendo y puede desarrollar la habilidad. Además de que la inteligencia se puede ir adquiriendo con el paso de la vida, se tiene que tener una dotación genética.



*Con estas nociones tenemos localizadas las piezas clave del puzzle de la personalidad, la tarea ahora es sacar el mejor partido de cada una, para que encaje con otras muchas piezas que componen nuestra vida y nuestras relaciones sociales.*