

## **Cómo reconocer las Diferencias en otros (anexo N°3)**

Recuerda que estas son tendencias, que estas características no son absolutas... Lo maravilloso es que al conocernos un poco más, podemos asumir **tareas de "autoeducación"**.

**Los Sanguíneos son los mejores:**

- 1. En tratar a la gente con entusiasmo**
- 2. En expresar pensamientos**
- 3. En llamar la atención**

**Los Melancólicos son los mejores:**

- 1. En tener en cuenta los detalles y en el pensamiento profundo**
- 2. En hacer registros, gráficos y tablas**
- 3. En analizar problemas demasiado difíciles para otros**

**Los Coléricos son los mejores:**

- 1. En trabajos que requieran decisiones rápidas**
- 2. En lugares que necesitan acción instantánea y logros**
- 3. En áreas que demandan fuerte control y autoridad**

**Los Flemáticos son los mejores:**

- 1. En posiciones de mediación y unidad**
- 2. En tormentas que necesitan una mano de calma**
- 3. En rutinas que pueden aparecer aburridas**

## **Cómo llevarse bien con otros....**

Recuerda que estas son tendencias, que estas características no son absolutas... Lo maravilloso es que al conocernos un poco más, podemos asumir **tareas de "autoeducación"**.

**La pregunta es ¿ Cómo puedo trabajar mis fortalezas y mis debilidades?**

### **Sanguíneos**

Reconocer su dificultad en finalizar tareas

Darse cuenta de que a ellos les gusta la variedad y la flexibilidad

Ayudarlos a que no acepten más de lo que pueden hacer

No esperar que ellos recuerden las citas o que sean puntuales  
Felicítenlos por todo lo que logran  
Recordar que sus emociones son controladas por las circunstancias.  
Tráiganles regalos, les gustan los juguetes nuevos  
Darse cuenta de que son bien intencionados

### **Melancólicos**

Saber que son muy sensibles y se sienten heridos muy fácilmente Darse cuenta de que están programados con una actitud pesimista. Aprender a tratar con su depresión. Observe síntomas de depresión: pérdida de interés en la vida, sentimiento de pesimismo y desesperanza, comer en exceso o defecto, aislamiento de la gente, insomnio o incapacidad para estar despierto, habla de suicidio.

1. Darse cuenta que necesitan ayuda
2. No trate de alegrarlos
3. Motíuelos a expresar sus sentimientos
4. Nunca les diga que sus problemas son estúpidos
5. Cumpliméntelos sincera y afectuosamente
6. Acepte que a veces les guste la tranquilidad
7. Ayúdelos, a no convertirse en esclavos de la familia
8. Trate de mantener un plan o programa razonable

### **Coléricos**

Reconocer que ellos han nacido líderes  
Insistir en la comunicación ida y vuelta (recíproca)  
Saber que ellos no quieren herir a la gente a propósito  
Tratar de dividir áreas de responsabilidad  
Darse cuenta que ellos no son compasivos

### **Flemáticos**

Darse cuenta de que ellos necesitan comunicación directa  
Ayúdelos a establecerse metas y recompénselos  
No espere entusiasmo por parte de ellos  
Fuérceles a tomar decisiones  
No descargue todas las culpas sobre ellos

**MELANCÓLICO:** El introvertido  
El pensador  
El pesimista

#### FORTALEZAS

Las emociones del Melancólico	El melancólico como amigo	El melancólico en el trabajo
Profundo y pensativo Analítico Serio y con un fin determinado Dotes de talento, genio Talentoso y creativo Artístico y organizado Conciencioso, meticuloso	Hace amigos con cuidado Está contento con permanecer en el trasfondo Evita llamar la atención Fiel y devoto Escucha las quejas	Se maneja según programa Perfeccionista, altos estándares Consciente de los detalles Persistente y cuidadoso Ordenado y organizado

#### DEBILIDADES

Las emociones del Melancólico	El melancólico como Amigo	El melancólico en el trabajo
Recuerda lo negativo Malhumorado y depresivo Muy introvertido	Vive a través de otros Inseguro socialmente Retraído y remoto Sospechoso de la gente Escéptico	No está orientado hacia la gente Se deprime con las imperfecciones Elige los trabajos difíciles Pasa mucho tiempo planificando Prefiere analizar a trabajar Difícil de complacer Profunda necesidad de aprobación

**EL FLEMÁTICO:** El introvertido  
El observador  
El pesimista

#### FORTALEZAS

Las emociones del Flemático	El Flemático como amigo	El flemático en el trabajo
Fácil de llevar y relajado Calmado, frío y sereno Paciente y bien balanceado Tranquilo pero ingenioso Compasivo y amable Mantiene sus emociones escondidas Felizmente reconciliado con la vida	Fácil de llevarse bien Agradable y ameno Inofensivo Tiene muchos amigos Disfruta observar a la gente	Competente y resuelto Pacífico y adaptable Tiene habilidad para administrar Mediador en los problemas Evita conflictos

#### DEBILIDADES

Las emociones del Flemático	El Flemático como amigo	El flemático en el trabajo
Sin entusiasmo Temeroso y preocupado Indeciso Evita responsabilidad Egoísta Demasiado tímido y reticente	Apaga el entusiasmo No se involucra Indiferente a los planes Juzga a otros Sarcástico y fastidioso Se resiste a los cambios	No está orientado hacia objetivos Carece de auto-motivación Es difícil conseguir que comience Resiente que lo apresuren o le estén encima Prefiere observar a participar Desalienta a otros

**SANGUÍNEO** : El extrovertido  
El hablador  
El optimista

**FORTALEZAS**

Las emociones del Sanguíneo	El Sanguíneo como amigo	El Sanguíneo en el trabajo
Personalidad atrayente Hablador, el que cuenta historias La vida es una fiesta Buen sentido del humor Emocional y demostrativo Entusiasta y expresivo Alegre y efusivo Siempre un niño Ingenuo e inocente	Hace amigos fácilmente Le encanta estar con la gente Se rinde ante cumplidos	Voluntario para los trabajos Tiene energía y entusiasmo Inspira a otros a unirse Provoca encanto en el trabajo

**DEBILIDADES**

Las emociones del Sanguíneo	El sanguíneo como amigo	El Sanguíneo en el trabajo
Hablador compulsivo Exagera No puedo recordar nombres Asusta a otros con su manera de ser Demasiado feliz para algunos Tiene voz alta y risa fuerte Se enoja fácilmente	Odia estar solo Necesita ser el centro de atención Quiere ser popular Domina en las conversaciones Interrumpe y no escucha Es olvidadizo Siempre encuentra excusas Repite historias	Prefiere hablar Se olvida de las obligaciones No hace seguimiento del trabajo Indisciplinado Decide por los sentimientos Se distrae fácilmente Pierde tiempo hablando

**COLÉRICO:** El extrovertido  
El hacedor  
El optimista

**FORTALEZAS**

Las emociones del Colérico	El colérico como amigo	El colérico en el trabajo
Nace líder Dinámico y activo Necesidad de cambio compulsivo De fuerte voluntad y decidido No muestra emociones No se descorazona fácilmente Independiente y autosuficiente Irradia confianza Puede llevar a cabo lo que sea	Ejerce sonado liderazgo Establece metas Motiva al grupo Conoce la respuesta correcta Organiza todo el grupo	Orientado hacia objetivos Organiza bien Se mueve rápido a la acción Estimula la actividad

**DEBILIDADES**

Las emociones del colérico	El colérico como amigo	El colérico en el trabajo
Mandón Impaciente De mal genio Disfruta de la controversia y las discusiones No desiste cuando pierde	Decide por otros Sabe todo Puede hacer todo mejor Es demasiado independiente Posesivo de sus amigos y pareja Le cuesta decir: lo lamento Puede tener razón pero no es popular	Poca tolerancia por los errores Se aburre con trivialidades Puede tomar decisiones arrebatadas Puede ser rudo o sin tacto Manipula a la gente El trabajo puede convertirse en su DIOS