



DIVERSIDADE E  
INCLUSÃO

# TEMPERAMENTOS

# RESUMO DO CONTÉUDO

- O que são temperamentos?
- A relação da teoria dos temperamentos com o teste DISC
- Temperamento x personalidade
- Quais são os 4 tipos de temperamento?
- Como cada temperamento se comporta em uma organização
- Como aproveitar o melhor de cada temperamento em sua organização?





# BATE PAPO

- Você já ouviu falar sobre os temperamentos?
- Sabe quais são os tipos de temperamentos que existem?
  - Consegue identificar suas características?
- Sabe reconhecer qual o seu próprio temperamento?
  - Sabe identificá-los nos outros?

# O QUE SÃO TEMPERAMENTOS?

- Os temperamentos são **aspectos da nossa personalidade que caracterizam o nosso comportamento.** Eles são relacionados com a forma de ver o mundo, os interesses, habilidades e valores de cada um.
- Hipócrates (460 a 370 a.C), conhecido como pai da medicina, reconheceu os diferentes tipos de temperamento e apresentou uma teoria para explicá-los. Ele defendeu a ideia de que fenômenos biológicos eram responsáveis pelos nossos comportamentos.





Apesar de Hipócrates ter dado início à essa teoria, foi **Emmanuel Kant** quem mais influenciou na disseminação desses conceitos na Europa trazendo boas descrições sobre os temperamentos.



# O QUE SÃO TEMPERAMENTOS?

- Para trabalhar o nosso temperamento precisamos **conhecê-lo** e para isso é necessário o **autoconhecimento**, e entender que **ele é uma característica que nos acompanha ao longo de toda a nossa vida**.
- Mas isso não significa que ele não pode ser trabalhado, moldado, para que alguns traços, que podem ser prejudiciais para nós e para as pessoas com quem convivemos, não tenham tanto destaque.



- Segundo **Daniel Goleman**, autor do best seller Inteligência emocional, apesar de existirem pontos que determinam o temperamento de uma pessoa, são muitos os circuitos cerebrais da mente humana, e eles são maleáveis.

Tudo isso é possível através da **inteligência emocional** que é uma habilidade essencial para o nosso dia a dia.



# A RELAÇÃO DA TEORIA DOS TEMPERAMENTOS COM O TESTE DISC

- O **Teste DISC**, baseado na teoria desenvolvida pelo psicólogo William Moulton Marston, avalia o comportamento das pessoas em um certo ambiente. São eles: **Dominância (D)**, **Influência (I)**, **Estabilidade (S)** e **Condescendência (C)**.
- As características relacionadas a cada perfil proposto pela metodologia DISC são relativas aos da teoria dos temperamentos. Um paralelo entre os dois métodos nos levam a identificar que
  - **Dominante = colérico**
  - **Influente = sanguíneo**
  - **Estável = fleumático**
  - **Condescendente = melancólico.**





# TEMPERAMENTO X PERSONALIDADE

É importante saber que o temperamento é DIFERENTE da personalidade.

**Temperamento** é um conjunto de tendências e características que determinam o comportamento dos indivíduos. Representa a nossa **CONSISTÊNCIA INTERIOR**, o centro e, portanto, é a partir deste centro que os nossos atos constituem a nossa personalidade.



**Personalidade** é aquilo de mais individual que um sujeito pode ter, são suas **características próprias**. A personalidade se desenvolve ao longo da vida, os atos é que a formam, ela se forma conforme a história.



# QUAIS SÃO OS 4 TIPOS DE TEMPERAMENTO?

Antes de começar a explicar cada um deles, é importante falar que **não necessariamente temos apenas um temperamento.** Podemos ter traços de outros, mas, geralmente, **um deles impera em nossa personalidade.**

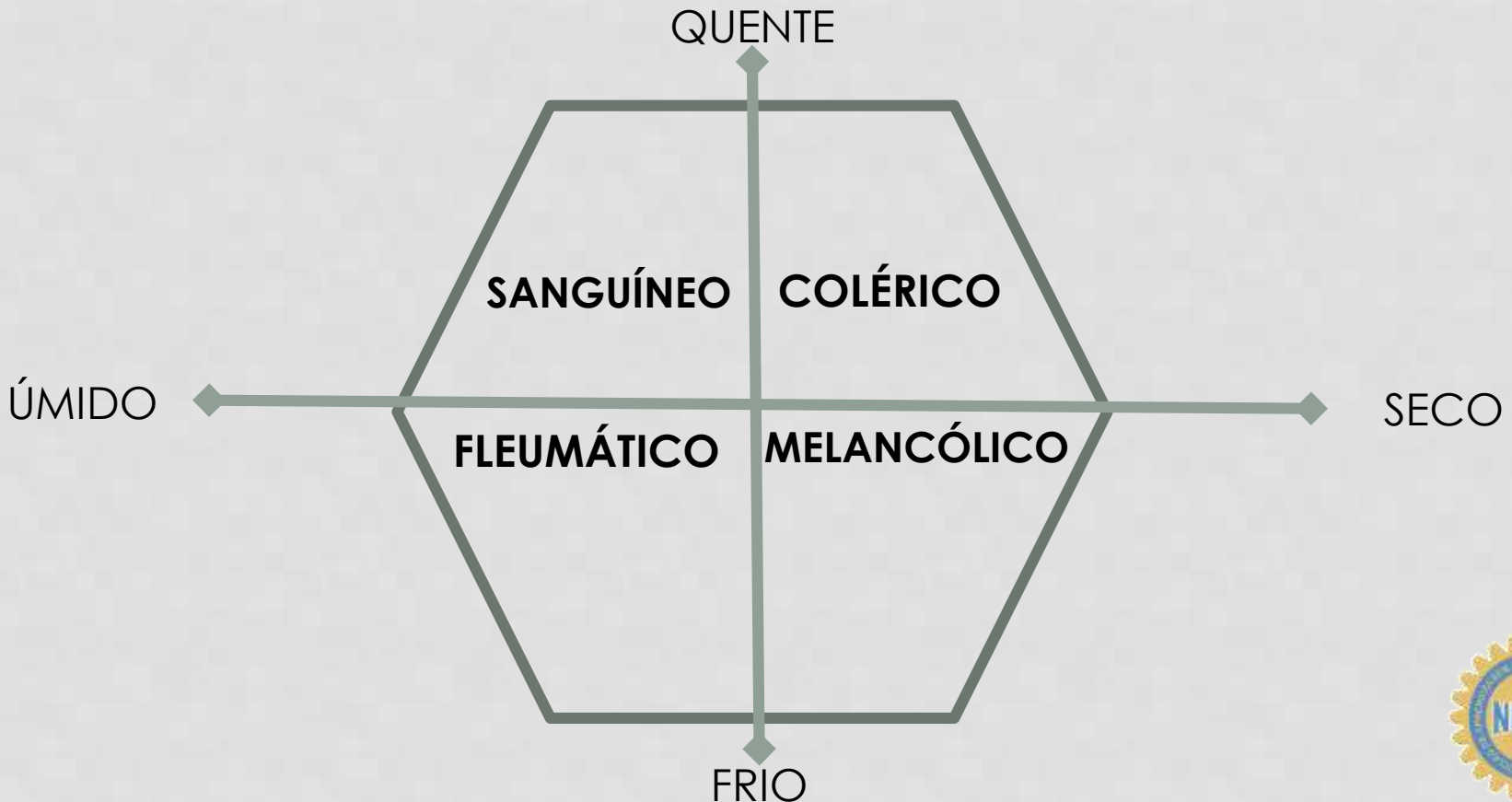
## **i**MPORTANTE

Não fique apontando o temperamento de outra pessoa e não use isso como forma de menosprezar ou recriminar alguém. Os temperamentos podem ser trabalhados em cada um de nós com uma boa dose de autoconhecimento.



# QUAIS SÃO OS 4 TIPOS DE TEMPERAMENTO?

Existem **4 tipos de temperamentos** e cada um deles possuem características de combinação entre os elementos QUENTE e FRIO, SECO e ÚMIDO. São eles:



Os temperamentos são indicados através das **REAÇÕES** humanas, podendo ser perdurável e rápida, lenta e perdurável, rápida e curta ou lenta e curta. São as impressões da nossa alma quando **é atingida por acontecimentos externos ou por nossos próprios pensamentos.**



# QUAIS SÃO OS 4 TIPOS DE TEMPERAMENTO?

## 1. COLÉRICO

- **Quente e seco.** Esses são os elementos que compõem o temperamento colérico.
- Seu símbolo é o **fogo**.
- O colérico tem a característica de marcar: **EXPANDE E MARCA.**
- A sua resposta diante de um impacto é rápida e a ação dura
- Os coléricos NÃO se afetam tanto pelo mundo externo, procuram **OCUPAR ESPAÇO,**
- São cheios de **ENERGIA**
- São aquelas pessoas que tendem a aparecer dando soluções e propostas para tudo.





# CURRÍCULO

## 1. COLÉRICO



### CONTATO

☎ (11) 1111-1111

✉ sacdosestressados@gmail.com

### ✓ PARTES

#### POSITIVAS:

- Energético
- Independente
- Otimista
- Prático
- Eficiente
- Decidido
- Líder
- Audacioso

### ✗ PARTES

#### NEGATIVAS

- Intolerante
- Vaidoso
- Autossuficiente
- Insensível

### FORMAÇÃO

- **2018** Graduação em Sem medo de não agradar
- **2019** Curso Como agir depressa: Viva a base de desafios
- **2020** Curso Saiba como não ser cobrado: Faça antes

### EXPERIÊNCIA

#### 2018 – Escritório Sem enrolação

Estagiário responsável por supervisionar os colegas “preguicinhas”

#### 2020 – Vivendo nesse mundão Louco Ltda

Coordenador do projeto buscando uma vida sem estresse: saga continua

### HABILIDADES

Ser o primeiro a apresentar solução de um problema

Dizer aquilo que os outros não tem coragem

Socorrer os amigos no sufoco, mas dizer antes “eu avisei”

# QUAIS SÃO OS 4 TIPOS DE TEMPERAMENTO?

## 2. SANGUÍNEO

- É a junção dos elementos **quente e úmido**. Esses são os elementos que compõem o temperamento sanguíneo
- Seu símbolo é o **AR**.
- Tem a característica de **EXPANSÃO e ENVOLVIMENTO**.
- A presença do sanguíneo é facilmente notada
- O SANGUÍNEO É RÁPIDO, MAS POUCO PROFUNDO, com uma irritabilidade superficial







# CURRÍCULO 2. SANGUÍNEO



## CONTATO

☎ (11) 1111-1111

✉ sacdosdistraindos@gmail.com

## FORMAÇÃO

- **2018** Graduação em rir em horas oportunas
- **2019** Curso Como deixar pra última hora
- **2020** Curso Saiba como esquecer compromissos importantes

## EXPERIÊNCIA

### 2018 – Studio A felicidade é simples

Estagiário responsável pela manutenção da máquina de sorrisos

### 2020 –Protegendo suas relação Ltda

Coordenador do projeto aprenda a guardar segredos: Esqueça-os

## HABILIDADES

Se distrair quando não deve

Falar demais e se arrepender

Contar piadas desconexas

## ✓ PARTES

### POSITIVAS:

- Comunicativo
- Entusiasta
- Simpático
- Companheiro
- Compreensível

## ✗ PARTES

### NEGATIVAS

- Inseguro
- Impulsivo
- Exagerado
- Indisciplinado
- egocêntrico



# QUAIS SÃO OS 4 TIPOS DE TEMPERAMENTO?

## 3. MELANCÓLICO

- **Frio e seco** são suas características
- O elemento do temperamento melancólico é a **TERRA** — **repousa e marca**.
- São movidas pelos desafios árduos
- As características de frieza e secura significam **CONCENTRAÇÃO e RESISTÊNCIA**.
- O melancólico aspira à **PROFUNDIDADE**.
- A reação de um melancólico a uma determinada experiência é **LENTA**, mas **PERDURÁVEL**,
- **NÃO** se irrita tanto frente às impressões da alma
- As reações **NÃO** chegam imediatamente, mas depois de um determinado tempo, no entanto,





# CURRÍCULO 3. MELANCÓLICO



## CONTATO

☎ (11) 1111-1111

✉ sacdosdesconfiados@gmail.com

## FORMAÇÃO

- **2018** Graduação em guardar vacilos em ordem alfabética
- **2019** Curso Como perceber antes de acontecer
- **2020** Curso Saiba como nunca confiar de primeira

## EXPERIÊNCIA

### 2018 – Escritório silêncio é vida

Estagiário responsável pela manutenção da biblioteca

### 2020 – Lidando com a vida pública Ltda

Coordenador do projeto Como sair sem precisar dar tchau para todo mundo

## HABILIDADES

Ter bateria social inconstante	Achar que a outra pessoa quis se afastar e se afasta também	Fazer todo mundo achar que está em outro mundo mas na verdade sabe de tudo
--------------------------------	---	--



## PARTES POSITIVAS:

- Habilidoso
- Sensível
- Perfeccionista
- Leal
- Dedicado
- Minucioso



## PARTES NEGATIVAS

- Egoísta
- Pessimista
- Antissocial
- Crítico
- Inflexível

# QUAIS SÃO OS 4 TIPOS DE TEMPERAMENTO?

## 3. FLEUMÁTICO

- O temperamento fleumático é também **frio e úmido**
- A **ÁGUA** é o símbolo desse temperamento
- O fleumático **NÃO** sente necessidade de conversar mesmo num ambiente com mais pessoas
- As principais características da água é a **CONCENTRAÇÃO e o ENVOLVIMENTO**
- O fleumático é altamente **REFLEXIVO e PERSISTENTE**





# CURRÍCULO

## 3. FLEUMÁTICO



### CONTATO

☎ (11) 1111-1111

✉ [sacdossimpaticos@gmail.com](mailto:sacdossimpaticos@gmail.com)

### FORMAÇÃO

- **2018** Graduação em omitir opiniões em conversas desnecessárias
- **2019** Curso Como cancelar o rolê de última hora
- **2020** Curso Saiba como se fingir de sono e saber de tudo

### EXPERIÊNCIA

#### 2018 – Escritório a vida cansa

Estagiário responsável por tirar a sonequinha após o almoço

#### 2020 – Protegendo suas relações Ltda

Coordenador do projeto você não precisa falar sobre tudo, apenas observe

### HABILIDADES

Responder todo tipo de notícia com “hum”, “eita” e “complicado”

Ser simpático com todos

Ser o amigo que todo mundo procura para desabafar

### ✓ PARTES

#### POSITIVAS:

- Calmo
- Eficiente
- Prático
- Conservador
- Cumpridor
- Diplomata

### ✗ PARTES

#### NEGATIVAS

- Calculista
- Indeciso
- Introverso
- Desconfiado
- Desmotivado

# COMO CADA TIPO DE TEMPERAMENTO SE COMPORTA EM UMA ORGANIZAÇÃO?



Os **coléricos** geralmente ocupam posições de liderança, são realizadores e bons estrategistas e são motivados pelos desafios.



Os sanguíneos são **extrovertidas** e gostam de fazer **amizade** com várias pessoas. No ambiente de trabalho realizam várias tarefas ao mesmo tempo, **são inovadores e adaptáveis**.





Os **melancólico** são bons projetistas e avaliadores, capazes de superar desafios e como líderes identificam inconsistências e são tolerantes com os erros.



O **fleumático** segue uma rotina, traz resultados sólidos e consistentes. É preciso criar espaço para os fleumáticos falarem, gostam de reuniões e tarefas programadas.



# COMO APROVEITAR O MELHOR DE CADA TEMPERAMENTO EM SUA ORGANIZAÇÃO?

A habilidade de saber identificar e **lidar com emoções** tem se tornado uma das mais procuradas em todo o mercado, uma vez que ela é responsável por aproximadamente

Aliado a isso, **90%** dos profissionais melhor com desempenho em seus empregos possuem altos níveis de Inteligência Emocional.

**58%** da nossa performance profissional.







Fica claro que o desenvolvimento desse conjunto de habilidades é fundamental tanto para ser um profissional que as empresas buscam quanto para potencializar o desempenho em suas tarefas.



- ✓ Buscar entender suas próprias emoções e ter consciência de raciocinar perante elas para controlar suas ações.
- ✓ Buscar compreender como as pessoas ao seu redor se sentem.
- ✓ Perceber as relações de comportamento de sua equipe de trabalho e entender o caminho de ações para melhorar as situações de convívio.
- ✓ Influenciar Pessoas.





# CONCLUSÃO

Não há alguém que tenha um temperamento puro, embora o mais comum é que haja a predominância de um único temperamento. Isto se dá porque todos nós somos constituídos dos quatro elementos, contudo há a predominância — geralmente — de um deles.

Um outro ponto importante para apontar é que existem os chamados “temperamentos mistos” e estes constituem na união das características de dois temperamentos, sendo que um ainda se sobrepõe ao outro.



# CONCLUSÃO

O temperamento é uma estrutura imutável, portanto não importa se você tem um único temperamento que se sobressaia sobre o resto ou se possui temperamento misto: isto nunca irá mudar. O amadurecimento humano consistirá no esforço de aprimorar as características convenientes a cada situação que nos encontremos e em resistir a determinados impulsos provenientes do nosso temperamento em determinadas ocasiões.

The title 'BATE PAPO' is centered at the top. 'BATE' is in blue and 'PAPO' is in red. The text is surrounded by several pairs of speech bubbles, one red and one blue, scattered around the title.

# BATE PAPO

QUAL O SEU  
TEMPERAMENTO?



DIVERSIDADE E  
*INCLUSÃO*

**ÓTIMA SEMANA  
PRA VOCÊS E ATÉ  
SEMANA QUE  
VEM!**