

**BUSINESS\$TECH**  
INTERNATIONAL

[www.BusinessTech.ro](http://www.BusinessTech.ro)

TU ESTI  
NUMARUL 1

# PERSONALITATE *Plus*

GHID PENTRU  
PĂRINȚI

Ajutați-vă copilul să devină o persoană mai bună recunoscându-i personalitatea și tratându-l corespunzător trăsăturilor temperamentale înnăscute

FLORENCE LITTAUER

Majoritatea cărților BusinessTech International sunt disponibile în condiții avantajoase dacă sunt achiziționate pentru a fi oferite ca premii sau în scop educativ.

În plus, ne putem adapta programelor private de instruire sau motivare oferind, la cerere, consiliere și editare de cărți de afaceri – personalizate sau nu –, pliante cu idei fundamentale sau broșuri. Contactați departamentul Comenzi Speciale la telefon: 021.424.2206, sau office@BusinessTech.ro.

---

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României  
LITTAUER, FLORENCE

**Personalitate Plus: Ghid Pentru Părinți: Ajutați-vă copilul să devină o persoană mai bună recunoscându-i personalitatea și tratându-l corespunzător trăsăturilor temperamentale înnăscute – Florence Littauer**

Trad.: Cristina Podobea; Ed.:Iuliana Enache  
BusinessTech International, București, 2017  
ISBN 978-973-8495-98-2

I. Podobea, Olivia Cristina (trad.)  
II. Enache, Iuliana (ed.)

159.9

COPYRIGHT © 2000 BY FLORENCE LITTAUER  
ORIGINALLY PUBLISHED IN ENGLISH UNDER THE TITLE  
PERSONALITY PLUS FOR PARENTS  
BY REVELL, A DIVISION OF BAKER PUBLISHING GROUP,  
GRAD RAPIDS, MICHIGAN, 49516, USA  
ALL RIGHTS RESERVED.

TOATE DREPTURILE SUNT REZERVATE.

Reproducerea în orice formă sau scop prin metode electronice sau mecanice, inclusiv fotocopiere, înregistrare sau orice alt mijloc de înmagazinare a informației, se poate face doar cu permisiunea scrisă a editorului.

**BUSINESSTECH**  
INTERNATIONAL  
BUCUREȘTI, CASA PRESII LIBERE, CORP  
C2, MEZANIN, PIATA PRESII LIBERE NR.  
1, SECTOR 1; TELEFON 021 424 2206  
http://www.BusinessTech.ro

TRADUCĂTOR OLIVIA CRISTINA PODOBEA

CONSILIER EDITORIAL PSIHOLOG MIHAELA BUDUI

# CUPRINS

**Introducere**, 7

**partea I:** Prezentarea tipurilor de temperament, 11

**capitolul 1:** Ce sunt temperamentele, 13

**capitolul 2:** Profiluri de personalitate, 29

**partea a IIa:** Cum conviețuim cu diferitele tipuri de temperament, 49

**capitolul 3:** Semnele unui sangvinic radios, 51

**capitolul 4:** Cum să fii cel mai bun părinte pentru un copil cu temperament sangvinic, 65

**capitolul 5:** Caracteristicile unui coleric dominant, 87

**capitolul 6:** Cum să fii cel mai bun părinte pentru un copil cu temperament coleric, 101

**capitolul 7:** Indiciile unui melancolic meticulos, 119

**capitolul 8:** Cum să fii cel mai bun părinte pentru un copil cu temperament melancolic, 129

**capitolul 9:** Obiceiurile unui flegmatic drăguț, 153

**capitolul 10:** Cum să fii cel mai bun părinte pentru un copil cu temperament flegmatic, 163

**capitolul 11:** Cum să învățați să vă bucurați de diferențele temperamentale a celor din familia voastră, 189

**concluzie,** 195

**anexa A:** Descrierea succintă a tipurilor de temperament, 197

**anexa B:** Profilul de personalitate, 203

**glosar:** Definirea termenilor din testul pentru determinarea profilului de personalitate, 209

**Despre autoare,** 221

# CE SUNT TEMPERAMENTELE?

Toți părintii își dau seama, mai devreme sau mai târziu, că nu toți copiii se comportă la fel, însă puține sunt situațiile când știi cum să procedezi cu fiecare dintre ei. Un copil poate să fie plin de entuziasm și vesel în timp ce altul este rezervat și închis în el. Unul poate să solicite o atenție permanentă în timp ce altul este foarte mulțumit să fie lăsat singur.

Pe vremea când tripleții ei aveau patru ani, Cheryl i-a adunat în jurul mesei să decoreze împreună omuleți de turtă dulce. După ce a împărțit toate figurinele în mod egal și apoi a umplut masa de boluri cu glazură, bomboane gumate, bucățele de zahăr colorat și bomboane M&M, a stat și a urmărit modul în care fiecare dintre cei trei copii și-a început propria operă de artă.

Bryce s-a apucat imediat de treabă, punând glazură din plin și înghesuind cât mai multe bucățele de zahăr și bomboane pe fiecare figurină. În plus, nu se putea abține să nu ronțăie câte ceva în tot acest timp! Acest comportament sălbatic o deranja însă pe sora lui, Sarah Jean, care a protestat încă din prima clipă: „Mamă, fă-l să înceteze! El ia toată glazura și bucățelele de zahăr iar mie îmi rămân doar bomboanele gumate roz și violet și asta numai pentru că eu sunt fată!” La protestele lui Sarah, Cheryl a intervenit pentru a împărți toate ingredientele în mod egal înainte ca Bryce să folosească toate bucățile colorate.

În tot acest timp, în ciuda agitației din jurul său, Blake încă mai studia, cu mare atenție, omuleții de turtă dulce care îi reveniseră precum și diferitele decorațiuni pe care le avea la îndemână. Nici măcar nu se gândea să înceapă să decoreze! La întrebarea mamei lui dacă avea nevoie de ajutor, el i-a explicat: „De ajutor am nevoie la față, ca să îmi iasă cum trebuie.” În ciuda încercărilor mamei sale de a-l încuraja să decoreze oricum, Blake a refuzat să înceapă până când ea nu l-a ajutat să facă ochii, nasul, gura și părul pe prima figurină. Apoi, Blake a finalizat decorarea, adăugând nimic mai mult decât o singură bomboană M&M, exact în centru, drept nasture. În acest moment, de vreme ce avea o figurină perfect decorată, Blake nu a mai văzut nici un motiv pentru care să continue să decoreze și altele. Așa că i-a spus mamei sale că vrea să se șteargă pe mâini pentru a se putea apuca de altceva. Pe când el alerga să se joace cu piesele Lego, Bryce s-a oferit imediat: „Iau eu dulciurile lui!”, la care Sarah Jean a țipat imediat: „Nu, mamă, împarte-ni-le tu!” (Cheryl Kirking tells this story in *Getting Along with Almost Anybody* by Florence and Marita Littauer – Grand Rapids: Revell, 1998 – , 62-63; n.a.)

În ciuda a tot ceea ce acești tripleți au în comun – aceeași părinți, același cămin, aceeași mâncare, aceleași povești pe care le ascultă împreună – felul în care fiecare dintre ei a procedat în această situație a fost radical diferit. Pe Bryce l-a interesat cel mai mult să se distreze cât mai mult decorând omuleții de turtă dulce. Sarah Jean, cea ordonată, a avut pretenția ca totul să se desfășoare corect și așa cum cerea ea. Blake cel foarte precaut, pe de altă parte, era hotărât ca, încă de la prima încercare, să obțină figurina perfect decorată.

Ce îl face pe fiecare copil atât de diferit?

## NĂSCUT PENTRU A FI UNIC

Studiile au demonstrat că fiecare copil are încă de la naștere un anumit tip de temperament care determină modul în care el va interacționa cu lumea din jurul său. Este adevărat că mediul de joacă are un rol important în modul în care această personalitate se manifestă, însă existența sa încă de la naștere este un fapt incontestabil.

În 1979, la Universitatea din Minnesota s-a inițiat un studiu intitulat „Gemenii crescuți despărțiți”. Acest studiu a relevat faptul că personalitatea are o importantă componentă moștenită. Au fost observate mai multe perechi de gemeni care fuseseră separați după naștere, apoi adoptați de familii diferite și care crescuseră fără a avea nici un contact unul cu altul. Concluzia a fost că omul moștenește mult mai mult din comportamentul pe care îl are ca adult decât se știuse în acel moment. Gemenii implicați în acest studiu au fost consternați să își descopere copii la indigo nu doar în ceea ce privește înfățișarea dar și obiceiurile, atitudinile, sociabilitatea și personalitatea.

Un studiu similar desfășurat la Universitatea din Indiana a condus la aceleași rezultate. Indivizi care fuseseră legați în timpul copilăriei lor numai de bagajul lor genetic au evoluat, în mod remarcabil, asemănător.

Personal, am întâlnit la seminariile mele câteva perechi de gemeni care au povestit multe întâmplări în sprijinul existenței acestor similitudini înnăscute. Jannette și Annette, de exemplu, s-au născut la șapte minute una de cealaltă. Amândouă s-au căsătorit cu evangheliști, iar copiii lor s-au născut în același timp. Deși locuiesc la o distanță de circa 130 km una de cealaltă, de multe ori fac același lucru în același timp, fără a ști una de acțiunile identice ale celeilalte.

Lana și Lorna, care au fost separate la naștere, când s-au reunit au descoperit că își aleseseră același tapet pentru

dormitorul cel mai mare din casă și că aveau multe haine identice. O altă pereche mi-a spus că, regăsindu-se după o despărțire de treizeci de ani, au aflat că amândouă scriau și ilustrați cărți pentru copii.

Așa cum o demonstrează aceste povestiri, omul moștenește mult mai mult decât trăsături fizice precum culoarea ochilor și a părului. Omul vine pe lume programat să răspundă la provocările vieții cu timiditate, agresivitate, poftă de viață, deprimare, debit verbal, dorință de a controla situația și multe alte asemenea trăsături. Constituția biologică a fiecărui individ este complexă, însă genele ne influențează în mod clar reacțiile. Fiecare persoană reacționează la situații similare în maniere surprinzător de asemănătoare sau de diferite, în funcție de trăsăturile înnăscute care îi definesc personalitatea. Scriitorul Dean Hamer a concluzionat: „Avem tot atât de mult posibilitatea să ne alegem aspectele esențiale ale personalității cât avem în a ne alege forma nasului sau mărimea piciorului.” (Dean Hamer and Peter Copeland, *Living with Our Genes* – New York: Doubleday, 1998; n.a.)

Din moment ce nu putem alege nici în cazul nostru, nici în cel al copiilor noștri, ceea ce ne rămâne de făcut este să identificăm și să lucrăm cu tipul de temperament care ne-a fost dat. Înainte de a urma pilda Scripturii de „a-l învăța pe copil calea pe care trebuie să o urmeze” (Prov. 22:6), este nevoie să ajungem să înțelegem și să respectăm personalitatea fiecărui copil în parte. Pentru acest lucru trebuie să înțelegem cele patru tipuri de temperament care se regăsesc la baza personalității tuturor oamenilor, fie ei adulți sau copii.

## CELE PATRU TIPURI DE TEMPERAMENT

Acum mai bine de doua mii de ani, în jurul anului 400 î.H., filozofii greci căutau o explicație a diferitelor firi ale oamenilor. Hippocrate, numit și părintele medicinei moderne, a lansat teoria conform căreia ceea ce îi diferențiază pe oameni sunt fluidele din organismul fiecăruia. El a identificat patru asemenea fluide – sângele, fierea galbenă, flegma și fierea neagră – care, considera el, determină comportamentul unei persoane.

Secole mai târziu, în jurul anului 149 d.H., medicul roman Galen a propus teoria temperamentelor care se baza pe observațiile lui Hippocrate. După Galen, în funcție de fluidul predominant (sau „umoarea”) în corpul fiecărei persoane, pot exista patru tipuri de temperament: sangvinic, coleric, melancolic și flegmatic. Mult mai aproape de prezent, psihologii au reexaminat aceste idei și au descoperit că, deși vechii greci și romani nu nimeriseră totul perfect, teoriile lor erau mult mai aproape de adevăr decât se crezuse până la momentul acestor noi cercetări. Chiar dacă cele patru umori identificate de prietenii noștri antici nu sunt cauza reală a diferențelor comportamentale dintre oameni, cele patru tipuri de temperament sunt folosite în practica psihologică pentru a clasifica oamenii. Am ales să folosesc aceași termeni grecești pentru a descrie cele patru tipuri de personalitate.

## PERSONALITATEA POPULARĂ

### *Temperament dominant SANGVINIC*

Sangvinicii populari sunt persoane pline de energie, sociabile și iubitoare de distracție. Ei sunt cei care au pe mașini afișe de genul: „Noi când ne mai distrăm?”.

Sangvinicii caută atenția, afecțiunea, aprobarea și acceptul celor din jurul lor. Aceste persoane tumultuoase aduc dramatism și culoare în aproape orice situație; ei iubesc să fie în centrul atenției și să îi stimuleze pe alții. Ei sunt cei care inițiază conversații și se pot împrieteni imediat cu toate persoanele dintr-un grup. Sangvinicii sunt de obicei optimiști și aproape întotdeauna fermecători. Dar ei pot fi și dezorganizați, emotivi și hipersensibili cu privire la ceea ce cred ceilalți despre ei.

Sangvinicului i s-ar potrivi descrieri de tipul: „Vorbește tot timpul” sau „Pentru el nimeni nu este un străin”. Această persoană ar putea fi descrisă drept „cea care vorbește”.

## PERSONALITATEA PUTERNICĂ

### *Temperament dominant* COLERIC

Colericii puternici sunt cei care sunt prin definiție orientați spre atingerea scopurilor, care trăiesc pentru reușite și care se organizează cu ușurință. Motoul lor ar putea fi foarte bine sloganul companiei Nike: „Pur și simplu fă-o!”.

Colericii caută loialitatea și aprecierea celorlalți. Ei fac tot posibilul să dețină controlul și se așteaptă să fie apreciați pentru realizările lor. Le plac provocările și acceptă imediat sarcini dificile. Autodisciplina și capacitatea lor de a se concentra îi fac să fie lideri puternici. Energia și hotărârea lor îi pot duce însă la o obsesie pentru muncă, îi pot face să fie dogmatici, încăpățânați și să pară insensibili față de sentimentele celor din jur.

Despre un coleric se poate spune: „Iese într-adevăr în evidență” sau „Dacă vrei să fie făcut ceva, atunci spune-i lui”. Acestei persoane i s-ar potrivi apelativul de „cel care face”.

# PERSONALITATEA PERFECTĂ

## ***Temperament dominant MELANCOLIC***

Melancolicul perfect este mai tăcut, mai profund și mai serios decât celelalte tipuri. Melancolicii caută să obțină perfecțiunea în tot ceea ce este important pentru ei. Motoul lor ar putea fi: „Dacă un lucru merită făcut, atunci merită făcut cum trebuie!”. Perfecțiunea fiind scopul lor, ei sunt deseori dezamăgiți și chiar deprimați atunci când rezultatele obținute sunt mai puțin decât perfecte.

Melancolicii au nevoie de înțelegerea și sprijinul celorlați. Ei au nevoie de asemenea de spațiu și liniște pentru a se putea gândi înainte de a vorbi, scrie sau acționa. Ei sunt persoane care se concentrează pe sarcinile pe care le au de îndeplinit, fiind atenți și organizați. Ei sunt acei perfecționiști care se regăsesc în ideea de ordine, pe ei putându-se conta pentru îndeplinirea unei sarcini la timp. Acest perfecționism îi poate face însă prea critici sau prea pesimiști, ajungând să se înnebunească pe ei înșiși prin încercările lor ca totul să se ridice la cele mai înalte standarde.

Când se vorbește despre un melancolic, cu siguranță se va spune: „Este o persoană atât de serioasă!” sau „Este un perfecționist”. Acestei persoane i se potrivește apelativul de „gânditor”.

# PERSONALITATEA LINIȘTITĂ

## ***Temperament dominant FLEGMATIC***

Flegmaticii liniștiți sunt persoane echilibrate și mulțumite. Ei nu simt deloc nevoia să schimbe lumea sau să răstoarne starea de lucruri existentă. Cu adevărat

conservatori, ei privesc lumea din perspectiva conservării propriei lor energii. Motoul lor ar putea fi: „De ce să stau în picioare când pot sta pe scaun? De ce să stau pe scaun când aş putea să mă întind?”. Persoanelor mai energice, flegmaticii le par a fi mult prea înceți. Cauza nu este faptul că ei ar fi mai *puțin inteligenți* decât alții, ci tocmai faptul că sunt *mult* mai inteligenți. În loc să se agite și să se îngrijoreze, ei stau și privesc, hotărâți „*să nu facă prea mare caz pentru lucruri minore*”.

Flegmaticilor nu le place să riște, nu le plac provocările sau surprizele și au nevoie de timp pentru a se adapta la schimbare. Cu toate că evită situațiile prea stresante, ei lucrează bine sub presiune. Lipsa de disciplină și de motivare îi face ca, în absența unui lider puternic, să lăncezească prea mult.

Flegmaticii sunt rezervați, însă apreciază compania altor persoane. Deși nu simt nevoia să vorbească la fel de mult ca și sangvinicii, ei au o istețime înnăscută și par să spună vorba potrivită la momentul potrivit. Sunt oameni echilibrați și stabili și, deoarece sunt ei înșiși orientați spre ideea de siguranță, le place să creeze această stare de siguranță și pentru familiile lor. Ei caută liniștea și armonia și tind să acționeze mai degrabă ca și negociatori decât ca și luptători. Ei sunt acei indivizi loiali care se fac respectați și apreciați pentru grija pe care o poartă celor din familie și pentru ajutorul pe care îl dau persoanelor care au nevoie de ei.

Vorbind despre un flegmatic, lumea va spune: „Este așa de scumpă” sau „Este un tip așa de simpatic”. Această persoană ar putea fi descrisă ca și „observatorul”.

Tabelul următor rezumă trăsăturile esențiale ale fiecărui tip de temperament:

# CONCLUZIE

## „Acum înțeleg!”

Vă mai amintiți de familia despre care am vorbit la începutul acestei cărți? Cea cu fetița agitată, cu mama nervoasă, cu tatăl complet dezinteresat și cu bunicii consternați? Nu mă pot abține să nu mă gândesc cum ar fi arătat acea scenă dacă fiecare dintre ei ar fi înțeles personalitatea celuilalt, cunoscând tipurile de temperament.

Fetița avea clar un temperament coleric și îi plăcea la nebunie să aibă pe toată lumea sub control și să îi vadă cum intră în panică. Făcea atâta zgomot și era atât de greu de stăpânit tocmai pentru că știa că nimeni nu o va putea opri. Își testa propriile limite și erau destul de întinse!

Mama, care fusese „un copil cuminte”, nu știa cum să procedeze cu fetița care părea să fie „un copil neascultător”. Tatăl, după toate aparențele cu un temperament flegmatic, se simțea foarte jenat și încerca să se facă mic în spatele meniului, în timp ce bunicii voiau să fie clar pentru toată lumea că ei nu ar fi putut să aibă un astfel de copil (doar fuseseră niște „părinți foarte buni”).

Trecând, în drumul meu spre masa cu aperitive, pe lângă această familie tulburată, fetița a ridicat ochii spre mine și mi-a spus: „Bună”. M-am oprit și i-am spus că era o scumpete, remarcă la care mama s-a uitat la mine și, ca pe o ofertă, mi-a spus: „Puteți să o luați acasă!”. La răspunsul meu că mi-ar plăcea să am o fetiță ca ea, mama

a rămas fără replică, dar fața copilului s-a luminat de un zâmbet poznaș. În sfârșit, cineva care o aprecia și pe ea! Când i-am explicat bieteii mame consternate că eu scriam cărți despre creșterea copiilor, am fost bombardată cu întrebări. Chiar și tatăl a lăsat meniul din mână ca să asculte conversația! Le-am explicat că entuziasmul pentru viață, tipic coleric, al fetiței lor va face din ea un lider foarte bun, cu condiția ca ei să îi stimuleze punctele forte mai degrabă decât să comenteze mereu cu privire la comportamentul ei nepotrivit. În timp ce le dădeam exemple de moduri în care ar putea stabili limite care să prevină manifestările sălbatice ale fetiței, am mângâiat-o pe aceasta pe cap, i-am spus că este un copil bun și i-am dat de înțeles că mă aștept să se poarte frumos, ceea ce a și făcut. Când au plecat, ea mi-a făcut cu mâna, iar mama mi-a adresat o privire plină de recunoștință și de speranță.

Pe măsură ce vă înțelegeți pe voi înșivă, pe partenerul vostru de viață, pe copiii voștri, veți învăța cum să conviețuiți în înțelegere și respect. În clipa în care ne va păsa suficient de mult și vom încerca să descoperim care sunt lucrurile cu adevărat importante pentru ceilalți, vom putea să ne înțelegem aproape cu oricine!