

Modelo de Eysenck y los 4 temperamentos

Cada casilla combina dos dimensiones de Eysenck, la extraversión en el eje horizontal y el neuroticismo en el vertical. Lee los rasgos de cada temperamento y anota un ejemplo que reconozcas.

1. Melancólico (introvertido e inestable)

Reservado, cauteloso, pesimista, ansioso y propenso a preocuparse. Anota una persona, un personaje o un rasgo que reconozcas en este perfil.

2. Colérico (extrovertido e inestable)

Impulsivo, excitable, activo, con cambios de humor y reacciones intensas. Anota una persona, un personaje o un rasgo que reconozcas.

Extraversión y neuroticismo, los 4 temperamentos

3. Flemático (introvertido y estable)

Tranquilo, controlado, fiable, reflexivo y poco reactivo ante el estrés. Anota una persona, un personaje o un rasgo que reconozcas.

4. Sanguíneo (extrovertido y estable)

Sociable, hablador, animado, optimista y con facilidad para adaptarse. Anota una persona, un personaje o un rasgo que reconozcas.

Arriba, más inestabilidad emocional, y abajo, más estabilidad. A la izquierda, introversión, y a la derecha, extraversión. Nadie es un tipo puro, cada persona se ubica en algún punto del plano.