

Diferencia entre temperamento y carácter: ¿Qué se puede modificar?

El temperamento y el carácter son dos conceptos relacionados pero distintos que influyen en la personalidad de un individuo:

## Temperamento

**Naturaleza:** Se considera la base biológica y hereditaria de la personalidad. Es la disposición innata a reaccionar de cierta manera ante los estímulos.

**Origen:** Principalmente genético, influenciado por la constitución física, el sistema nervioso y los procesos bioquímicos del cuerpo.

**Manifestación:** Se manifiesta desde la infancia temprana y es relativamente estable a lo largo de la vida. Incluye aspectos como el nivel de actividad, la intensidad de las reacciones emocionales, la adaptabilidad, el umbral de respuesta a los estímulos y el estado de ánimo predominante.

**Modificación:** Es difícilmente modificable. Si bien la expresión del temperamento puede ser influenciada por la maduración y las experiencias, su núcleo biológico permanece relativamente constante. Se pueden aprender estrategias para manejar ciertas tendencias temperamentales, pero no se cambia la base innata.

## Carácter

**Naturaleza:** Se refiere al conjunto de hábitos, actitudes, creencias y valores que una persona adquiere a través de la interacción con el entorno social y cultural. Es la forma en que el individuo expresa su temperamento y se relaciona con el mundo.

**Origen:** Principalmente aprendido a través de la experiencia, la educación, la socialización, la cultura y las decisiones personales.

**Manifestación:** Se desarrolla a lo largo de la vida, especialmente durante la infancia y la adolescencia, y puede seguir evolucionando en la edad adulta.

**Modificación:** Es altamente modificable. A través de la conciencia, la voluntad, el aprendizaje, la terapia y los cambios en el entorno, una persona puede trabajar activamente en la formación y modificación de su carácter.

Característica	Temperamento	Carácter
<b>Naturaleza</b>	Biológica, hereditaria, innata	Aprendida, adquirida, influenciada por el entorno
<b>Origen</b>	Genético, biológico	Experiencia, educación, socialización, cultura
<b>Manifestación</b>	Desde la infancia, relativamente estable	Se desarrolla a lo largo de la vida, adaptable

Característica	Temperamento	Carácter
<b>Modificación</b>	Difícilmente modificable, manejo de la expresión	Altamente modificable

## ¿Qué se puede modificar?

Principalmente, el carácter es lo que se puede modificar. Como Coaches Ontológicos Constructivistas y Sistémicos, para el desarrollo de personas y equipos, proponemos que el cambio es posible a través de la reflexión, la toma de conciencia, el establecimiento de nuevos hábitos y la adopción de nuevas perspectivas.

Si bien el temperamento establece ciertas predisposiciones, es el carácter el que moldea cómo se manifiestan esas predisposiciones en la conducta y la forma de ser.

Nuestro trabajo con organizaciones y grupos se centra precisamente en facilitar la modificación de patrones de comportamiento y el desarrollo de un carácter que permita un liderazgo efectivo y un equilibrio personal.

Nuestro interés en "afinar la relación entre cabeza y corazón" también se relaciona directamente con la modificación del carácter, buscando integrar el cuerpo, el lenguaje y la emoción en la toma de decisiones y en la forma de interactuar con el mundo.

Esta interpretación dispara la creatividad y el espíritu emprendedor transformándose en valiosas herramientas en el proceso de cambio y desarrollo personal y profesional.

## Entonces ¿es correcto decir "Es su personalidad..."

No, no es del todo correcto decir "Es su personalidad..." como una explicación final e inamovible de cómo es alguien. Si bien es una expresión común en el lenguaje cotidiano, desde una perspectiva más profunda y considerando la distinción entre temperamento y carácter, no captura la complejidad y la potencialidad de cambio que existe en cada individuo.

**La personalidad es una construcción:** La personalidad es el resultado de la interacción dinámica entre el temperamento y el carácter. No es una entidad estática e inmutable. El temperamento sienta las bases, pero el carácter moldea cómo se expresa ese temperamento a través de las experiencias, el aprendizaje y las decisiones personales.

**El carácter es maleable:** Como vimos, el carácter es la parte de la personalidad que se puede modificar significativamente. Atribuir todo a "su personalidad" puede implicar una visión determinista, ignorando la capacidad de crecimiento, aprendizaje y cambio que tienen las personas.

**Implica una falta de responsabilidad:** Decir "Es su personalidad..." a menudo se utiliza para justificar comportamientos o actitudes, tanto propias como ajenas, sin reconocer la posibilidad de tomar responsabilidad y trabajar en el desarrollo personal.

**Limita la comprensión:** Reducir a alguien a "su personalidad" puede impedir una comprensión más profunda de las influencias que han moldeado su forma de ser y de los factores que podrían facilitar un cambio positivo.

En cambio, una perspectiva más precisa sería:

- "Parte de su forma de reaccionar puede estar influenciada por su temperamento, que es más estable." Esto reconoce la base biológica pero no lo presenta como un determinante absoluto.
- "Su carácter, que se ha ido formando a lo largo de su vida, influye en cómo expresa su temperamento y se relaciona con los demás." Esto destaca el papel del aprendizaje y la experiencia.
- "Si bien hay aspectos de su forma de ser que son más arraigados, también tiene la capacidad de aprender y modificar ciertos patrones de comportamiento." Esto enfatiza la posibilidad de cambio.

Reducir a alguien a una etiqueta de "su personalidad" puede ser limitante en el contexto del desarrollo personal y el coaching.

Es más útil comprender la interacción entre temperamento y carácter para identificar áreas de mayor estabilidad y áreas donde el cambio es más factible y significativo.

### Fuentes:

1. **Cloninger, R. C. (2003). *Completing the structure of personality: Temperament, character, and coherence*. In R. Plomin, J. C. DeFries, I. W. Craig, & P. McGuffin (Eds.), *Behavioral genetics in the postgenomic era* (pp. 293-316). American Psychological Association.**
  - Este capítulo de libro de un reconocido experto en personalidad, Robert Cloninger, profundiza en la distinción entre temperamento y carácter como dos dominios principales de la personalidad. Cloninger presenta un modelo integrador que explica cómo estas dimensiones interactúan para formar la personalidad completa. Aunque no es un artículo de la APA en sí mismo, Cloninger es una figura prominente en la psicología de la personalidad y su trabajo es fundamental en la comprensión de estos conceptos.
2. **Larsen, R. J., & Buss, D. M. (2021). *Personality Psychology: Domains of Knowledge About Human Nature* (10th ed.). McGraw Hill.**
  - Este es un libro de texto ampliamente utilizado en el campo de la psicología de la personalidad. En varios capítulos, los autores explican detalladamente los conceptos de temperamento (a menudo en relación con las diferencias individuales tempranas y las bases biológicas), carácter (aunque a veces se utiliza menos el término específico, se abordan los aspectos aprendidos y modificables de la personalidad) y la personalidad como una construcción más amplia que abarca ambos. Los libros de texto de psicología de la personalidad suelen basarse en investigaciones revisadas por pares y en las directrices generales de la APA en cuanto a terminología y comprensión de los conceptos psicológicos.

Si bien la *American Psychological Association (APA)* no tiene una única publicación que defina exclusivamente temperamento y carácter en contraposición a personalidad, sus publicaciones, directrices y los trabajos de investigadores prominentes dentro de su membresía (como Cloninger) y los principales textos educativos (que siguen los estándares de la APA) son fuentes sólidas para comprender estas distinciones dentro del campo de la psicología.