

Tip Sheets

Temperamento

Todo el mundo tiene una personalidad y un temperamento únicos. Esto influye en cómo manejan sus interacciones y cómo piensan. A pesar de que los individuos tienen combinaciones únicas de rasgos de temperamento, pueden ser influenciados, modificados o completamente cambiados. Esto sucede a través de las influencias de la familia, las experiencias e incluso la cultura que los rodea. Las tablas a continuación explican los nueve tipos de temperamento, consejos para apoyar el comportamiento positivo y los rasgos y características típicos asociados con diferentes temperamentos.

Tipos de temperamento	Consejos de comportamiento
Nivel de actividad <i>Cuán activa es una persona</i>	Permita que los niños tengan tiempo para moverse durante todo el día; deje que un niño activo se aleje si tiene energía sobrante; y tenga un lugar para que los niños hagan actividades de mesa afuera.
Ritmos biológicos <i>La regularidad de los procesos del cuerpo de alguien</i>	Tenga horarios consistentes para las actividades rutinarias en su horario, pero asegúrese de permitir flexibilidad.
Sensibilidad <i>Cómo reaccionan las personas a los estímulos de los sentidos</i>	Cree los espacios y las actividades que permitan a los niños ser bulliciosos. Configure el entorno de una manera que evite interferir o sobrepasar las actividades y áreas más tranquilas. Sea consciente de la intensidad de los estímulos y de cómo afectan a los sentidos. Puede cambiar la intensidad buscando materiales alternativos.
Insensibilidad de la reacción <i>Qué tan fuerte reacciona la gente a las situaciones</i>	Prepare a los niños para conocer gente nueva y probar cosas nuevas, y manténgase cerca de los niños cautelosos para ofrecerles una sensación de seguridad.
Adaptabilidad <i>Con qué facilidad alguien se adapta al cambio</i>	Informe a los niños sobre los cambios futuros. Esté preparado para abordar cualquier renuencia y dar tiempo adicional para hacer una transición sin problemas.
Persistencia/Capacidad de atención <i>Cuánto tiempo alguien es capaz y está dispuesto a perseverar a una tarea</i>	Ofrezca actividades que varíen en longitud y complejidad.

Distracción <i>Con qué facilidad alguien se distrae</i>	Limite las distracciones en el entorno.
Humor <i>Tono general de los sentimientos, interacciones y comportamientos de una persona</i>	Conozca lo que les gusta a los niños y use sus gustos para dar la vuelta o aligerar su humor.

Temperament Traits	Characteristics
Activo	Reacciones activas, quisquillosas, intensas, positivas o negativas, horarios irregulares
Fácil/Flexible	Feliz, tranquilo, adaptable, relajado y sigue un horario regular
Lento para calentarse/Cauteloso	Vacilante, temeroso en situaciones extrañas, lento, no se une a nuevas situaciones de inmediato, dificultad para adaptarse al cambio

Recursos adicionales

CECMHC | Temperament Traits
<https://www.ecmhc.org/temperament/traits.html>

Head Start ECKLC | Temperament Traits Chart
<https://ecklc.ohs.acf.hhs.gov/mental-health/article/temperament-traits-chart>

MSU Extension | The nine traits of temperament
https://www.canr.msu.edu/news/the_nine_traits_of_temperament

Penn State Extension | Temperament – What is it? (Better Kid Care)
<https://extension.psu.edu/programs/betterkidcare/early-care/tip-pages/all/temperament-2013-what-is-it>

The Center for Parenting Education | Understanding Temperament: Activity Level
<https://centerforparentingeducation.org/library-of-articles/child-development/understanding-temperament-activity-level>

ZERO TO THREE | Temperament: Intensity of Reaction
<https://www.zerotothree.org/resources/67-temperament-intensity-of-reaction>

Para obtener más información, visite
<http://www.inclusivechildcare.org>.

Copyright © 2025 Center for Inclusive Child Care

Estos materiales pueden ser reproducidos libremente con fines educativos. La información en esta hoja de consejos ha sido modificada de múltiples fuentes.

Fondos proporcionados por el Departamento de Niños, Jóvenes y Familias de Minnesota.

www.inclusivechildcare.org