



По мере углубления медицинских, физиологических и психологических знаний, теория четырех жидкостей становилась наивной. Более поздние теории темперамента старались использовать последние достижения науки. И все же иногда эти теории были просто фантастическими. Алхимики, например, учили, что различия темпераментов зависят от преобладания в организме серы, ртути или соли. Сторонники другой теории утверждали, что эти различия определяются смешением в теле воздуха и эфира.

Позже начали появляться уже гораздо более обоснованные предположения. Их авторы опирались на точные научные знания о процессах, происходящих в живом организме. Так, русский педагог и анатом П.Ф. Лесгафт считал, что темперамент человека зависит от строения кровеносных сосудов, их диаметра, толщины и упругости стенок, немецкий учёный И. Кант считал органической основой темперамента качественные особенности крови. Он же обобщил и систематизировал психологические характеристики четырёх общеизвестных типов. Французский врач Клод Сиго связывал темперамент с системами организма. Классификация американского психолога Уильяма Шелдона содержала три типа темперамента. Висцеротонический (от латинского *viscera* – внутренности), соматотонический (от греческого *soma* – тело), церебротонический (от латинского *cerebrum* – мозг). Знаменитый английский психолог Ганс Айзенк предложил определять тип темперамента в зависимости от соотношения таких свойств личности, как интроверсия – экстраверсия.

Подлинно научное объяснение природы темперамента дал русский физиолог И. П. Павлов в своем учении об основных свойствах нервной системы. опыты И. П. Павлова показали, что эти основные свойства проявляются и сочетаются у людей по-разному. В результате получается четыре основных типа нервной системы, каждый из которых, соответствует одному из традиционных темпераментов: слабый тип – меланхолическому; сильный, неуравновешенный – холерическому; сильный, уравновешенный, подвижный – сангвиническому; сильный, уравновешенный, инертный – флегматическому.

На современном этапе развития науки сделать окончательные выводы относительно числа основных типов нервной системы, равно как и числа типичных темпераментов, ещё не представляется возможным.

Учёт темперамента в деятельности и при выборе профессии

Любишь трудности и препятствия, способен их преодолевать красиво, креативно. Временами ты склонен переоценивать свои возможности. Ты быстро включаешься в работу и всегда все доводишь до конца. Стремись к самостоятельности и плохо подчиняешься власти. Говорят, что ты напорист, но недостаточно настойчив. Вывод: ты **холерик**.

Холерики добиваются больших успехов в тех профессиях, где требуется повышенная концентрация, внимание и энергичность. Они – лидеры. При необходимости они умеют быстро восстанавливать свои силы. Но жестоко заставляют холерика выполнять монотонную и однообразную работу. Хроническая усталость наступит не из-за объема работ, а из-за постоянной необходимости сдерживать свою кипучую энергию. Холерику противопоказаны такие профессии, как цветоводство, библиотечное дело и бухгалтерский учет. Рекомендуемые профессии: телерепортер, товаровед, артист, дипломат, журналист, снабженец, предприниматель, хирург, летчик, диспетчер, водитель, тренер, менеджер, строитель, режиссер, повар, следователь, геолог т.д. Среди знаменитых холериков следует отметить Петра I, А.В. Суворова, А.С. Пушкина, Д.И. Менделеева.

Среди одноклассников ты выделяешься высокой работоспособностью, легко сосредотачиваешь внимание. Параллельно выполнять несколько дел – проще простого. Легко зажигаешься новой работой, но также быстро теряешь к ней интерес. Увы, не способен вникать в детали и не переношишь однообразия и монотонности. Зато проявляешь организаторские способности и быстро осваиваешь новые специальности. Ни одно ответственное мероприятие не проходит без твоего участия. Вывод: ты **сангвиник**.

Сангвиник – прирожденный руководитель. С точки зрения подчиненных этот тип является, пожалуй, самым приятным и душевным начальником. Его сильная черта – умение уговаривать и располагать к себе. Однако технические моменты в работе часто вызывают у сангвиников затруднения. Монотонная, конвейерная, требующая постоянного внимания работа не для них. Поэтому профессии делопроизводителя, бухгалтера, радиомонтажника, библиографа, архивиста, реставратора можно смело исключить. Рекомендуемые профессии: менеджер, учитель, врач, психолог, воспитатель, организатор, продавец, официант, инженер-технолог и т.д. Н. Бонапарт, П. Бомарше, А.И. Герцен — известные истории сангвиники.

Не тороплив в учебе и медлителен в работе? Успеха ты достигаешь за счет упорства, терпеливости. Выполнение монотонной работы – твоя фишка. Если тебя не будут торопить, продумаешь все мелочи и доведешь дело до идеала. Но ты не стремишься брать на себя обязанности лидера, поэтому тебя нередко называют неинициативным. Сбой привычного ритма, смена обстановки работы пугают тебя, а суета может довести до депрессии. Вывод: ты **флегматик**.

На первый взгляд отрицательная черта – медлительность – делает их очень сильными. Способность флегматиков неторопливо и без паники проанализировать положение незаменима в стрессовых ситуациях. Поэтому из них получаются высококлассные экономисты, бухгалтеры, делопроизводители. С другой стороны, эта же самая черта делает не возможной для них карьеру хирурга и менеджера, но они прекрасно подойдут для роли терапевта и главного бухгалтера. Активная, яркая публичная жизнь актера, дирижера, телерепортера, коммерсанта будет им в тягость. Рекомендуемые профессии: механик, электрик, инженер, агроном, водитель, научные – ботаник, астроном, физик, математик. Среди великих умов этой категории: И.А. Крылов, М.И. Кутузов, И. Ньютон.

Ты – человек настроения. Вчера был способен свернуть горы, а сегодня тебе лень вставать с кровати. Быстро устаешь, трудно приспосабливаешься к новому коллективу. В работе тебе необходима постоянная поддержка и регулярный отдых. Все называют тебя тонким и наблюдательным. Вывод: ты **меланхолик**.

Меланхоликам не следует выбирать работу, где требуется постоянное общение с людьми, так как «общение» с компьютерами у них выходит намного лучше. Опасен такой тип темперамента и в роли водителя общественного транспорта или монтажника-верхолаза. Характерное им торможение нервной системы могут привести к потере концентрации внимания и, как следствие, чрезвычайным ситуациям. Напряженная работа врача, особенно хирурга, спасателя, летчика, диспетчера приведут меланхолика к истощению нервной системы и ухудшению здоровья.

Рекомендуемые профессии: деятель искусств, швея-модельер, маляр, ветеринарный врач, геолог, агроном, зоотехник, бухгалтер, специалист по машинописи, автослесарь, слесарь, токарь, радиомеханик и т.д.

Не трудно догадаться, что среди меланхоликов много писателей, композиторов, например, А.А. Блок, Н.В. Гоголь, М.Ю. Лермонтов, П.И. Чайковский.

Чистыми холериками или флегматиками люди бывают редко. Психологи считают, что человек – это скорее смесь разных темпераментов с преобладанием какого-то одного. Вопрос кем лучше быть: сангвиником или меланхоликом, не имеет смысла. Так как не бывает хороших или плохих типов темперамента. Каждый тип психики больше подходит для одних дел и профессий и меньше для других.

Старшеклассники мало задумываются о плюсах и минусах своего темперамента. И как результат, после получения диплома, попадают в невыгодные для них условия. Условия, когда большая и лучшая часть дня, которую человек проводит на работе, превращается в муку, а оставшееся время уходит на восстановление сил.