

## ALGUNOS CONCEPTOS Y REFERENCIAS HISTÓRICAS SOBRE LA TEORÍA DE LOS TEMPERAMENTOS

### REFERENCIAS HISTÓRICAS

Desde los Pitagóricos el número cuatro gozaba de gran prestigio místico. Empédocles, Aristóteles y otros filósofos enseñaron que los elementos de la tierra eran cuatro. En seguimiento de esta doctrina descubrieron los médicos hipocráticos (500 a 400 años antes de Cristo) cuatro líquidos orgánicos fundamentales a los cuales atribuían la génesis y el mantenimiento de la vida: sangre, bilis, flema o linfa, bilis negra o atrabilis. Estaban convencidos de que la vida bullía en estos líquidos o humores del cuerpo y sobre la base de esos humores los hombres podían ser distribuidos en cuatro grupos o tipos, según que en ellos predominara uno u otro de esos líquidos. Estos tipos eran:

**Sanguíneo:** Corresponde al predominio de la sangre: físicamente son individuos de estatura inferior a la media, buena musculatura, figura proporcionada. En sus manifestaciones de carácter presenta tendencia a la irreflexión, es sociable, poco tenaz y persistente.

**Melancólico:** Predomina en él lo que Hipócrates llamaba la "bilis negra", se conoce también como tipo nervioso. Físicamente es delgado, de estatura normal o superior a la media, con tendencia a la palidez.

**Colérico:** Predomina en su organismo la "bilis amarilla". De estatura normal o superior a la

media; la piel presenta un tono amarillento.

**Flemático:** Físicamente tienen tendencia a la obesidad, aunque pueden existir tipos delgados. En él predomina la flema.

Esta teoría sobre los temperamentos fue aceptada prácticamente sin discusión ni modificación durante siglos. No es sino hasta finales del siglo XIX y principios del XX cuando aparecen nuevas clasificaciones en las cuales se relacionaba básicamente la constitución física del individuo con su temperamento. Una de ellas viene de la Escuela constitucionalista Italiana donde el psiquiatra De Giovanni estableció los conceptos de normotipo y ectipo. El normotipo determina ciertas

proporciones que el organismo debe presentar para corresponder a un tipo definido; el ectipo se observa cuando el sujeto presenta dimensiones corporales en mayor o menor proporción que las fijadas para un tipo somático. El normotipo debía presentar ciertas proporciones somáticas, como la longitud abarcada por los brazos abiertos debe ser igual a la estatura y circunferencia torácica igual a la mitad de la estatura, además de otras medidas complejas.

En forma simultánea a las aportaciones de la escuela italiana, en Alemania Kretshmer desarrollaba

una clasificación de tipos somáticos con la que intentó relacionar una estructura corporal determinada y las tendencias psicológicas correspondientes. Los tipos de propuestos por Kretshmer son el pícnico, el atlético y el leptosomático.

Cuando Kretshmer establece a clasificación de tipos psíquicos se basa en algunos rasgos de enfermedades mentales. En el desarrollo embrionario, el sistema digestivo se origina del endodermo; el sistema nervioso y los órganos sensoriales del ectodermo y el sistema muscular y óseo del mesodermo. Basándose en esos principios, Sheldon y su colaborador Stevens, establecen la siguiente clasificación:

El endomorfo

El ectomorfo

El mesomorfo

A partir de entonces, la doctrina hipocrática de los cuatro temperamentos quedó al margen de la psicología científica siendo sustituida por las de Kretschmer y Sheldon que son verdaderas teorías del temperamento. Los términos de la vieja doctrina quedan relegados al lenguaje coloquial. Para la gran mayoría de los especialistas de la psicología ya no tienen cabida.

Sin embargo, y a partir de 1966 un psicólogo cristiano de nombre Tim La Haye retoma la teoría hipocrática de los cuatro temperamentos básicos, ya no bajo una óptica

"humoral", sino bajo una óptica genética o hereditaria, y le adiciona a la vieja teoría la premisa de que en una persona pueden estar contenidos por lo menos dos temperamentos simultáneamente y, en la mayoría de los casos, uno de esos temperamentos será el preponderante.

Si bien esta teoría tiene muchos retractores que la acusan de ocultista, retrógrada y falta de bases científicas, también es cierto que tiene un sin número de seguidores que la apoyan particularmente por ser sencilla y a la vez práctica y eficaz para entender la conducta de las personas y ayudarlas en su mejoramiento personal.

Pero antes de entrar en los detalles de los temperamentos básicos y sus combinaciones promulgados por Tim LaHaye, es pertinente tratar, en lo posible, de tener claro el concepto de temperamento, el cual, como en la mayoría de los conceptos psicológicos no es fácil de determinar con exactitud.

¿QUÉ ES EL TEMPERAMENTO?

Para el psicólogo venezolano P. L. Díaz García el temperamento es la constitución somática en acción. Es el aspecto emotivo-relaccional de la personalidad. La emotividad motivante está enclavada en lo orgánico. El temperamento es la contribución directa de la química tisular en la vida mental.

Otro concepto un poco más enciclopédico indica que se define al temperamento como "la suma total

de efectos producidos en la vida psicológica de un individuo por los cambios químicos o metabólicos que constantemente se están verificando en todos los tejidos del cuerpo humano" (McDougall). El temperamento es el clima o medio interno, orgánico, y está en relación estrecha con nuestra vida afectiva. Para el mismo LaHaye "el temperamento es la combinación de rasgos que hemos heredado de nuestros padres. Nadie sabe donde reside. Es el temperamento de la persona el que hace que sea abierta y extrovertida o tímida e introvertida. Como se puede apreciar los diferentes conceptos pueden ser simples o complejos, pero todos concuerdan que el temperamento proviene y reside en el interior del individuo. El otro punto álgido es qué tanto influye en la vida de las personas, ¿es la influencia del temperamento superior a la influencia de la educación y el medio ambiente?.

Para el profesor soviético A. Petrovski, la actividad psíquica del hombre es una formación muy compleja. Sus peculiaridades están condicionadas ante todo por la vida y la educación del niño. La memoria lógico-verbal, el pensamiento conceptual, la percepción objetiva y otras funciones psíquicas superiores, específicamente humanas, no se fijan ni se transmiten biológicamente por vía hereditaria. Esto crea la posibilidad de reestructurarlas y perfeccionarlas

en el proceso del desarrollo histórico.

Según el mismo autor, es preciso diferenciar la actividad Psíquica compleja que se forma durante la vida del hombre (pensamiento, lenguaje) y las funciones naturales más elevadas (por ejemplo, la velocidad de formación de los vínculos condicionados y otros) La actividad psíquica incluye entre muchos otros componentes también estas funciones elementales. Así se conoce el vínculo que existe entre la capacidad musical del hombre y la agudeza auditiva, entre el pensamiento matemático y la función de análisis y síntesis espacial. Las propiedades elementales, innatas que suelen denominarse dotes pasan a integrar las funciones psíquicas más complejas que se forman bajo la influencia de las condiciones externas.

Si la evolución es normal, determinados dotes son sólo una de las condiciones del desarrollo de la actividad psíquica, la que en ningún modo se reduce a dichas funciones elementales y por eso puede no depender directamente de ellas. Por ende, las funciones fisiológicas más simples, transmitidas por herencia pueden ejercer influencia sobre algunos aspectos del proceso de desarrollo psíquico. Pero su significación no es decisiva. Es un conjunto de muchas condiciones lo que determina el contenido fundamental y los mecanismos de

dicho proceso. Entre ellas las principales son las condiciones de enseñanza y educación de los niños.

Como se puede observar, una corriente psicológica magnifica la importancia de la educación y los factores exógenos sobre la herencia temperamental. Otras, sin embargo, le atribuyen un factor decisivo Tal es el caso del Doctor Díaz García:

"La morfología constitucional está anclada al genotipo: nada de particular tiene que también lo sea la dinámica temperamental. Fundamentalmente nace, no se hace. Sin embargo, factores peristáticos pueden modificarla notablemente. No perdamos de vista que el hombre es un represor de instintos. Es muy capaz de reprimir su afectividad innata, para cubrirse de la superficial costra temperamental que le exige su ambiente. Recordemos que la extroversión y la introversión son características temperamentales básicas; y que una u otra pueden ser endógenas o exógenas. Psicológicamente, el temperamento es de una enorme importancia nuestra vida común y corriente no está hecha de razón y pensamiento racional, mucho menos de ciencia y técnica científica. Son los afectos, las corazonadas los temores, esperanzas y creencias saturadas de emoción los que nos inducen a decidir y a actuar. El temperamento domina en el individuo; y al mismo tiempo caracteriza el ámbito de las

relaciones humanas. No todos somos igualmente sociables; no todos estamos igualmente dispuestos para la acción; hay quienes están proclives al pesimismo; y hay quienes son incorregibles optimistas".

Para Tim LaHaye, la carga hereditaria que se trasluce a través del temperamento son de una trascendencia mayor de lo anteriormente expresado: "Humanamente hablando, no hay nada que tenga una influencia más profunda sobre el comportamiento que el temperamento que heredamos. La combinación de los genes de los padres en el momento de la concepción que determinó nuestro temperamento básico nueve meses antes de que respirásemos por nuestra cuenta, es el responsable en buena medida, de nuestras acciones, de nuestras respuestas emocionales y, en mayor o menor grado, de casi todo lo que hacemos.

Hoy en día la mayoría de las personas no tienen conciencia alguna de la existencia de esta influencia extremadamente poderosa sobre el comportamiento. En consecuencia, en lugar de cooperar con ella y de valerse de ella, entran en conflicto con este poder interior y con frecuencia intentan hacer de sí mismos algo para lo cual no estaban destinados o dotados en absoluto. Esto no solamente lo limita personalmente sino que afecta a la familia que lo

rodea y a menudo arruina otras relaciones interpersonales. Esta es una de las razones que hace que muchas personas se detesten a sí mismas o no puedan "hallarse" a sí mismas".

Definitivamente, el hecho de que el temperamento de las personas resida en los genes es algo que todavía está por probarse y, por supuesto, su discusión es algo que está fuera del alcance de este trabajo. Quizás con la nueva información que paulatinamente se vaya obteniendo de la lectura del código genético humano, se pueda en algún momento localizar los

genes encargados de transportar dicha información, en caso de ser cierta esta teoría. Pero mientras tanto, se puede poner a disposición de la gente la información sobre esta teoría y servirse de ella como herramienta para un mayor conocimiento personal y una mejor relación interpersonal y familiar. Por tanto, en los siguientes capítulos se resumirán las características de los cuatro temperamentos básicos repromulgados por el Doctor LaHaye, a fin de que el lector juzgue su exactitud y posiblemente se identifique con alguno o varios de ellos.

## CAPITULO II

### LOS CUATRO TEMPERAMENTOS BÁSICOS

A continuación se hace una breve descripción de los cuatro temperamentos básicos, asomando en cada caso algunas de sus posibilidades profesionales o laborales, así como sus aspectos positivos o negativos.

#### SANGUÍNEO

.El sanguíneo es una persona cálida, vivaz, alegre, que da gusto. Por naturaleza es receptivo y las impresiones externas se abren camino fácilmente en su corazón donde prestamente provoca una respuesta atropellada. Para tomar sus decisiones predominan más los sentimientos que los pensamientos reflexivos. Es un superextrovertido. Tiene una capacidad poco común para divertirse y generalmente contagia su espíritu alegre y

divertido. Fascina cuando narra cuentos y su naturaleza cálida y entusiasta le hace revivir prácticamente la experiencia que relata.

Nunca le faltan amigos. Su naturaleza ingenua, espontánea, cordial le abre puertas y corazones. Puede sentir genuinamente las alegrías y los pesares de las personas con quien está y tiene la habilidad de hacerle sentir importante como si se tratase de un amigo muy especial- y lo es, mientras tenga sus ojos puestos en él, o mientras sus ojos no se dirijan hacia otra persona con igual intensidad.

El sanguíneo nunca se encuentra perdido por falta de palabras, aun cuando con frecuencia habla sin

pensar. Su franca sinceridad, sin embargo, tiene un efecto desarmador sobre muchos de sus interlocutores, de tal modo que los hace responder a su humor. Su modo libre de desenvolverse hace que los de temperamento más tímido lo envidien.

Al sanguíneo le gusta la gente y detesta la soledad. Nunca se siente mejor que cuando está rodeado de amigos donde él es el alma de la fiesta. Tiene un repertorio interminable de cuentos que relata en forma dramática.

Su modo ruidoso, afable, atropellado, lo hacen parecer más seguro de lo que él mismo se siente; pero su energía y su disposición amable lo ayudan a superar sus problemas en la vida. La gente suele disculpa sus debilidades diciendo "Él es así".

Generalmente resultan excelentes vendedores, sintiéndose muy atraídos hacia esa profesión. Suelen además ser excelentes actores, anfitriones, predicadores, locutores, animadores, políticos, etc.

En cuanto a ayudar a otros se refiere, los sanguíneos se destacan en tareas hospitalarias. Los doctores sanguíneos están dotados de una aptitud especial para acercarse al enfermo al cual lo deja siempre de buen ánimo como consecuencia de su trato cautivante. La enfermera sanguínea evidencia igual grado de entusiasmo para ayudar a los enfermos, y su radiante sonrisa cuando entra en la

habitación siempre tiene el efecto de levantar el espíritu.

Cualquiera sea la actividad a que se dedique el sanguíneo, siempre conviene que sea una actividad que le proporcione mucho contacto con otras personas.

#### DEBILIDADES DEL SANGUÍNEO

Indisciplinado y falta de voluntad. La tendencia a ser indisciplinados y su voluntad débil puede llegar a destruirlo a menos que sepa vencer estas debilidades. Como son altamente emocionales tienden a ser "manoseadores".

La voluntad débil y falta de disciplina hacen que les resulte fácil hacerse deshonestos, falsos y poco dignos de confianza. Tienden a cometer excesos y a aumentar de peso y les resulta sumamente difícil mantener una dieta; en consecuencia es muy normal que un sanguíneo de treinta años de edad pese quince kilos de más y que siga aumentando rápidamente.

Inestabilidad emocional. El sanguíneo no sólo es capaz de llorar por cualquier pretexto, sino que la chispa de ira puede transformarse en furioso infierno instantáneamente. Hay algo consolador en su enojo – no guarda rencor. Una vez que ha desatado su furia se olvida de la cuestión. Los demás no, pero él sí. Por eso es que él no tiene úlceras; se las pasa a los demás.

El egotismo. El sanguíneo lucha constantemente por ser el centro de la atención. Para él todo el mundo

es un gran escenario y él es el actor principal. Normalmente él mismo es su personaje favorito.

Un habito muy sutil del sanguíneo es hacer referencia a personalidades (proyección), haciendo hincapié en su relación con la persona.

Inquieto y desorganizado. Los sanguíneos son tremendamente desorganizados y siempre están en movimiento. Raras veces planifican por anticipado; generalmente aceptan las cosas a medida que se le presentan. Son felices buena parte del tiempo porque raramente vuelven la mirada hacia atrás (y en consecuencia no se benefician de los errores pasados), y raras veces miran hacia delante. Donde quiera que viva o trabaje las cosas se encuentran en un desastroso estado de desarreglo. No consigue las herramientas, y las llaves constituyen su ruina- invariablemente se le pierden. Dado su ego, generalmente es exigente para vestirse, pero si sus amigos vieran la habitación donde se vistió pensarían que alguien ha sido víctima de una explosión.

La inseguridad. Aún cuando su personalidad extrovertida lo hace ver como una persona segura de sí misma en realidad es una persona muy insegura.

Generalmente el sanguíneo no teme el daño personal y a menudo se arriesga a realizar desmedidas hazañas de osadía y heroísmo. Sus temores giran en torno más bien del

fracaso personal, el rechazo o la desaprobación de los demás.

Conciencia flexible. Ya que el sanguíneo tiene la capacidad de convencer a los demás, con lo cual se granjea la reputación de ser el timador más grande del mundo, no le resulta difícil convencerse de que todo lo que quiere hacer está perfectamente bien. Tiene la tendencia a torcer la verdad o a exagerar. Para el sanguíneo "el fin justifica los medios" y normalmente el fin es el de él. Es por ello que frecuentemente pisotea tranquilamente los derechos de los demás y pocas veces titubea ante la posibilidad de servirse de otros.

#### COLÉRICO

El colérico es de un temperamento ardiente, ágil activo, práctico y de voluntad fuerte que se tiene por autosuficiente y muy independiente. Tiende a ser decidido y lleno de opciones, y le resulta fácil tomar decisiones por su cuenta, y por cuenta de otros también. Al igual que el sanguíneo, el colérico también es extrovertido, pero es mucho menos intenso.

El colérico se encuentra a gusto con la actividad. Para él la vida es actividad. No necesita que el medio lo estimule; antes bien él estimula al medio que lo rodea con sus ideas, planes, metas y ambiciones inacabables. No se dedica a actividades que no tengan un propósito concreto porque tiene una mentalidad práctica y aguda, capaz de tomar decisiones o de planificar

actividades útiles en forma instantánea y acertada. No vacila ante la presión de la opinión ajena, sino que adopta posiciones definidas frente a las cuestiones, y con frecuencia aparece organizando cruzadas contra alguna injusticia social o alguna situación subversiva. Al colérico no le asustan las adversidades; más aún, éstas tienden a alentarlos. Su tenaz determinación generalmente le hace tener éxito donde otros fracasan porque él sigue empeñado en la tarea cuando otros se desalientan. El colérico es un líder nato, lo que los expertos en administración empresarial llaman un líder natural fuerte.

La naturaleza emocional del colérico es la parte menos desarrollada de su temperamento. No siente compasión por otros fácilmente, ni lo demuestra ni lo expresa. Con frecuencia se siente incómodo frente a las lágrimas ajenas, o simplemente le disgustan, y en general es insensible a sus necesidades. Demuestra poco aprecio por la música y el arte. Preferentemente busca los valores utilitarios y productivos de la vida.

El colérico reconoce rápidamente las oportunidades y con igual rapidez descubre la mejor forma de sacarle provecho. Tiene una mente bien organizada, aunque suelen aburrirlo los detalles. Como no es muy dado al análisis, sino más bien a una estimación rápida, casi intuitiva, tiende a poner la mira en la

meta que quiere alcanzar sin tener en cuenta las posibles trampas y escollos en el camino. Tiende a ser dominante y autoritario y usa a la gente sin vacilación a fin de lograr sus fines. A menudo se le considera oportunista.

Toda profesión que requiera liderazgo, motivación y productividad es adecuada para el colérico, siempre que no le exija demasiada atención en cuestiones de detalles y planificación analítica. Generalmente le gustan las tareas de construcción porque es una actividad muy productiva y es frecuente que el colérico termine siendo capataz o supervisor.

El colérico es desarrollista por naturaleza sueña con construcciones y maquinarias abriendo caminos.

La mayoría de los financistas son coléricos. Formulan sus ideas y tienen ese espíritu de aventura que los lleva a lanzarse en direcciones nuevas. No se limitan tampoco a sus propias ideas; a veces oyen hablar de alguna idea progresista y ellos la toman como bandera. Sin embargo, una vez que el colérico ha iniciado un nuevo negocio, no es difícil que se aburra muy pronto a pesar del éxito, por dos razones: cuando el negocio crece bajo su dinámica dirección necesariamente surgen muchas cuestiones de detalle. Pero como los coléricos son malos delegando responsabilidad terminan haciéndolo todo ellos mismos. Cuando descubre que está

tan ocupado que le faltan manos para hacerlo todo, opta por buscar a alguien que le compre el negocio. Es pues común, que un colérico inicie entre cuatro y diez negocios en el curso de su vida.

El colérico no es un perfeccionista sino un productor. Prefiere hacer veinte cosas con un setenta u ochenta por ciento de perfección a hacer unas pocas con un cien por cien.

El colérico tiende a desenvolverse muy bien en el comercio, en la enseñanza de asignaturas prácticas, en la política, en funciones militares, en los deportes. Por otra parte, raramente encontraremos un cirujano, un dentista, un filósofo, un inventor, un matemático o un relojero colérico. Normalmente es tan optimista que rara vez fracasa- excepto en su propia casa.

#### DEBILIDADES DEL COLÉRICO.

El enojo y la hostilidad. El colérico es extremadamente hostil. Algunos aprenden a controlar su ira, pero una erupción de violencia es siempre una posibilidad en ellos. No les lleva mucho tiempo comprobar que los demás generalmente se asustan de sus estallidos de enojo y de que por lo tanto pueden valerse de su ira como un arma para conseguir lo que quieren- y generalmente lo que quieren es salirse con la suya.

El enojo de los coléricos es enteramente diferente a la de los sanguíneos. La explosión del colérico no es tan fuerte como las

del sanguíneo ya que es menos extrovertido, pero puede ser mucho más peligrosa. El colérico puede herir a los demás con toda intención y gozarse de haberlo hecho. La esposa del colérico generalmente le tiene miedo, y éste tiende a aterrorizar a los hijos. El colérico da portazos, golpea la mesa con el puño, usa la bocina del automóvil sin discreción. Cualquier persona o cosa que se le cruce en su camino, que retarde su progreso, o que deje de funcionar en la medida de sus expectativas, no tardará en experimentar la erupción de su cólera. Y a diferencia del sanguíneo, al colérico no se le pasa el enojo fácilmente, sino que por el contrario puede arrastrar su encono durante un tiempo increíblemente largo. Tal vez sea ésta la razón de que a los cuarenta años de edad ande con úlceras estomacales.

Cruel cortante y sarcástico. Nadie pronuncia con su boca comentarios más ácidos que el colérico sarcástico, el cual está preparado con un comentario cortante que es capaz de aniquilar a los que se sienten inseguros y demoler a los menos combativos. Raras veces titubea cuando quiere cantarles las cosas claras a alguien o hacerlo papilla. En consecuencia, va dejando un reguero de casos psíquicos y de personas heridas por donde pasa.

Frío y sin afecto. De todos los temperamentos el colérico es el que evidencia menos afecto y se

neutraliza ante la idea de hacer alguna demostración pública de afecto; su rigidez emocional rara vez le permite derramar lágrimas.

Insensible y desconsiderado. Similar a su natural falta de amor es la tendencia del colérico a ser insensible a las necesidades de los demás y desconsiderado acerca de sus sentimientos.

Porfiado y terco. La firmeza y la decisión natural del colérico es una característica temperamental que puede ayudarlo en el curso de su vida, pero también puede convertirlo en un hombre porfiado y terco. Como tiene un sentido intuitivo generalmente toma resoluciones rápidamente (sin consideración y análisis adecuados), y una vez que ha tomado una decisión es prácticamente imposible que cambie de parecer. El colérico se muestra neutral en muy pocas cosas y terco en todo.

Astuto y dominador. Una de las características del colérico es su inclinación a proceder con astucia a fin de lograr lo que quiere. Raras veces acepta un no como respuesta y con frecuencia recurre a cualquier medio necesario para alcanzar su meta. Si tiene que adulterar las cifras y torcer la verdad, raras veces vacila, porque para él el fin justifica los medios. Cuando necesita un favor, puede transformarse casi en un sanguíneo en su capacidad persuasiva, pero en el momento que se le da lo que busca, se olvida de que te conoció.

#### MELANCÓLICO

El melancólico tiene el temperamento más rico de todos. Es un tipo analítico, talentoso, perfeccionista, abnegado, con una naturaleza emocional muy sensible. Nadie disfruta más del arte que el melancólico. Por naturaleza tiende a ser introvertido, pero como predominan sus sentimientos, lo caracterizan una serie de disposiciones de ánimo. A veces lo elevan a las alturas del éxtasis que lo llevan a obrar en forma más extrovertida. Sin embargo, en otros momentos está triste y deprimido, y en esos momentos se vuelve escurridizo y puede incluso, volverse antagónico.

El melancólico es un amigo muy fiel, pero a diferencia del sanguíneo no hace amistad con facilidad. Pocas veces se esfuerza por conocer a la gente; mas bien se limita a esperar que acudan a él. Quizás sea el de temperamento más confiable, por cuanto sus tendencias perfeccionistas no le permiten hacerse a un lado o abandonar a otros cuando cuentan con él. Su reticencia natural a tomar la delantera no es indicación de que no le guste la gente. Como a todos, no sólo le gusta la gente sino que tiene un gran deseo de ser aceptado por ellos. Las experiencias desalentadoras lo llevan a rehusar a la gente por lo que parecen; por ello tiende a sospechar cuando lo buscan o le hacen atenciones.

Su excepcional capacidad analítica lo impulsa a diagnosticar acertadamente los obstáculos y los peligros de cualquier proyecto en el que participa. Esto contrasta marcadamente con el colérico, que pocas veces ve los problemas o dificultades, pero que confía en que va a poder resolver cualquier crisis que se le presente. Estas características a menudo hacen que el melancólico no quiera iniciar algún nuevo proyecto o que se vea en conflicto con los que quieran iniciarlo. Cuando una persona ve los obstáculos en lugar de los recursos o metas, es fácil que se descorazone antes de empezar. Dicho de otra manera el melancólico es un pesimista nato.

El melancólico suele descubrir su mayor sentido de la vida entregándose al sacrificio personal. Con frecuencia elige una vocación difícil, que requiera mucho sacrificio personal. Pero una vez que ha elegido, tiende a ser sumamente metódico y persistente en el cumplimiento de la misma, y es mas que probable que realice grandes cosas si su tendencia natural a quejarse del sacrificio que significa no lo deprime hasta el punto de hacerlo abandonar totalmente.

Toda vocación que requiera perfección, abnegación y creatividad es adecuada para el melancólico. La mayoría de los grandes compositores, artistas, músicos, inventores, filósofos, teóricos, teólogos, científicos y dedicados

educadores del mundo han sido predominantemente melancólicos. La capacidad analítica necesaria para proyectar edificios, concebir proyectos requiere el temperamento de un melancólico. Pero también pueden ser artesanos de primera: carpinteros, albañiles, plomeros, horticultores, científicos, abogados, escritores, mecánicos, ingenieros. Pueden ser miembros de toda profesión que proporciona un servicio con sentido humanitario.

#### DEBILIDADES DEL MELANCÓLICO

Negativo, pesimista y crítico. Las admirables cualidades del perfeccionismo y la escrupulosidad conllevan con frecuencia la seria desventaja del negativismo, el pesimismo y de un espíritu de crítica. Normalmente, la primera reacción de un melancólico ante cualquier cosa va a ser negativa o pesimista. Éste sólo rasgo limita la actuación vocacional del melancólico más que ningún otro. Apenas se le presenta una nueva idea o un proyecto nuevo su habilidad analítica se enciende y comienza a imaginar toda clase de problemas y dificultades que en su opinión podrían surgir al poner el proyecto en práctica. Para la industria esto es una ventaja, porque mediante este rasgo el melancólico puede anticipar los problemas y prepararse para ellos. Pero para él mismo es una desventaja porque le impide largarse por su cuenta y sacar

ventaja de su creatividad. Es raro que una persona predominantemente melancólica inicie un nuevo negocio o proyecto por su cuenta; en cambio es fácil que sea utilizado por personas menos dotadas pero de temperamento más emprendedor. El melancólico es capaz de experimentar el "arrepentimiento del comprador" antes de comprar la mercancía, y no como los otros que la experimentan tiempo después.

Los melancólicos deben luchar constantemente contra su espíritu de crítica que proyectan hacia los que lo rodean como hacia sí mismo, razón por la cual suele sentirse sumamente disconforme consigo mismo.

Egocéntrico, susceptible, y quisquilloso. El melancólico es más egocéntrico que cualquier otro temperamento, pues todo lo interpreta en relación consigo mismo. Si, por ejemplo, se anuncia en su trabajo alguna nueva disposición, inmediatamente reacciona alarmado pensando que es a él al que quieren agarrar. Tiende además a compararse con los otros en apariencia exterior, en talento, en intelecto, sintiéndose invariablemente deficiente porque jamás se le ocurre que se compara con los mejores rasgos del otro y hace a un lado sus puntos débiles.

Este rasgo de egocentrismo, juntamente con su carácter sensible, hace que el melancólico sea muy susceptible y quisquilloso por

momentos. Se puede ofender a un melancólico con solo mirarlo.

Vengativo y propenso a sentirse perseguido. El talentoso cerebro del melancólico puede ser terreno fértil para conceptos creativos y positivos, o la fuente de pensamientos perjudiciales. Aun cuando no es tan expresivo como el sanguíneo o el colérico en su enojo, es perfectamente capaz de alentar un rencor de ebullición lenta y de larga duración que se manifiesta en pensamientos vengativos y en meditaciones de auto persecución. Si se alienta esto por un tiempo suficiente el resultado puede ser el que se transforme en un maniático depresivo o por lo menos que explote de ira, de un modo que resulta enteramente distinto de su naturaleza normalmente suave.

Las líneas negativas de pensamiento hacen que el melancólico tome decisiones poco realistas. El noventa y cinco por ciento de las veces su línea de pensamiento vengativa y opresiva saca el problema fuera de toda perspectiva.

Temperamental, depresivo, antisocial. Una de las características más prominentes del melancólico se refiere a los vaivenes de ánimo. En algunas ocasiones se siente transportado a tales alturas que obra como si fuese un sanguíneo y en otras, se siente tan deprimido que quisiera deslizarse por debajo de las puertas. A medida que aumenta en años aumentan los

momentos de insatisfacción, amargura y depresión, a menos que halla aprendido a autocontrolarse.

Legalista y rígido. Ningún temperamento es tan susceptible a ser rígido, implacable e intransigente, hasta el punto de ser totalmente irrazonable, como el melancólico.

Es el mártir natural de su causa. Es incapaz de falsear la información en los formularios de impuestos o cualquier otro. Es intolerante e impaciente con los que no ven las cosas como las ve él; en consecuencia le resulta difícil formar parte de un equipo y con frecuencia se desenvuelve sólo en el mundo comercial.

Impráctico y teórico. El melancólico es un idealista por lo que a veces tiende a ser impráctico y muy teórico por lo que le convendría someter siempre sus proyectos a la prueba de la viabilidad y le conviene asociarse con personas de otro temperamento que se complementen.

#### FLEMÁTICO

El flemático es un individuo tranquilo, sereno, que nunca se alarma y casi nunca se enoja. Sin duda alguna es la persona con la cual es más fácil llevarse y es, por naturaleza, el más simpático de los temperamentos. Para él la vida es una alegre y agradable experiencia, sin emoción, en la que evita comprometerse todo lo posible. Es tan tranquilo y sereno que parece no agitarse nunca, cualesquiera que

sean las circunstancias que lo rodean. Es el único tipo temperamental que es invariablemente consecuente. Bajo su personalidad tranquila el flemático experimenta más emociones de las que aparecen en la superficie, y tiene capacidad para apreciar las bellas artes y las cosas buenas de la vida.

Al flemático no le faltan amigos porque le gustan las personas y tiene un sentido del humor natural y satírico. Es del tipo de persona que puede hacer que los demás se desternille de la risa mientras él permanece imperturbable. Posee una capacidad especial para descubrir el lado humorístico de los demás, y de las cosas que hacen los demás, y tiene una actitud siempre positiva hacia la vida. Tiene buena retentiva y puede ser un buen imitador. Una de sus grandes fuentes de diversión consiste en provocar a los demás o en burlarse de los otros tipos temperamentales.

El flemático tiende a ser más bien espectador, y procura no comprometerse mucho con las actividades de los demás. Más aún, cuesta mucho lograr que tome parte en alguna actividad que no sea su rutina diaria. En general el flemático es de buen corazón y compasivo, pero raras veces deja traslucir sus verdaderos sentimientos. Sin embargo, toda vez que su interés ha sido despertado, y resuelve poner manos a la obra, sus capacidades de cualidad y eficiencia se ponen de

manifiesto. No se ofrece voluntariamente para ocupar la posición de líder, pero, cuando se ve obligado a ocuparla, da muestras de ser un líder sumamente capaz. Ejerce una influencia conciliadora sobre otros y es un planificador nato.

El flemático es un maestro en todo aquello que requiera de una paciencia meticulosa y la presencia de la rutina diaria.

La mayoría de los maestros de la escuela primaria son flemáticos. Esto se aplica también al nivel secundario y superior, donde tienen preferencia por las matemáticas, la física, la gramática, la literatura, etc. Otro campo que apela al flemático es la ingeniería. Le atraen los planos y los cálculos, es bueno como ingeniero civil tanto en estructuras como en sanitaria, ingeniero químico, ingeniero mecánico, dibujante, estadística, etc. Tienen además excelentes aptitudes artesanales, por lo que suelen ser buenos mecánicos, torneros, carpinteros, electricistas, relojeros, especialistas en cámaras fotográficas y otros instrumentos de precisión. Suelen también ser excelentes capataces, supervisores o dirigentes de personal pues son diplomáticos y no provocan roces.

El flemático es organizado, jamás concurre a una reunión desprevenido o tarde, tiende a trabajar bien bajo presión y es extremadamente confiable. Es

frecuente que el flemático conserve el mismo trabajo toda la vida.

Como tiende a luchar con el problema de la inseguridad personal, el flemático puede preferir ocupaciones con beneficios de jubilación u otras seguridades. Por ello lo atraen los cargos en la administración pública, en las fuerzas armadas, en funciones de gobierno y otras semejantes. Es raro que el flemático inicie alguna actividad comercial por su cuenta, aún cuando está capacitado para ello.

#### DEBILIDADES DEL FLEMÁTICO

Sin interés, lento y ocioso. La debilidad más evidente del flemático es su aparente falta de empuje o de ambición. Si bien pareciera que siempre hace lo que se espera de él, raras veces hace más de lo necesario. Hace pensar en que tiene un metabolismo bajo, o lento, y con frecuencia se queda dormido en el momento que se sienta. Raramente propicia alguna actividad, y en cambio busca excusas para evitar tener que comprometerse en las actividades de los demás. Incluso su ritmo tiende a disminuir con el paso de los años. El flemático generalmente se levanta temprano, se va a su trabajo o actividad diaria de buen humor, y habiendo cumplido un horario corrido, regresa "completamente agotado". Con frecuencia duerme una larga siesta, tras lo cual se sienta frente al televisor ( que maneja a control remoto), y en el

curso de la tarde se duerme y se despierta según los programas. Por último, después de las noticias de la noche, su mujer lo despierta y lo ayuda a meterse en la cama, donde se duerme profundamente hasta la mañana siguiente. Y esto todos los días invariablemente.

Autoprotección. A nadie le gustan las heridas, y esto resulta particularmente cierto en el caso del flemático. Si bien no es tan sensible como el melancólico, tiene piel bastante delgada y, por lo tanto, aprende a protegerse a una edad muy temprana. Es bastante frecuente que aprenda a vivir como una tortuga, erigiendo un duro caparazón protector que lo escude de todo dolor o afrenta externos.

Mezquino y avariento. Esta es una característica de las que solo pueden dar fe las personas que viven con un flemático, pues su actitud siempre cortés y correcta para con los demás, hacen que el resto de las personas no se percaten de ella. El flemático cuida cada centavo y actúa como un avaro, excepto cuando se trata de

comprar algo para sí mismo. Normalmente es el que da las propinas más pequeñas.

Terco, terco y terco Nadie es más terco que el flemático; pero es tan diplomático, hasta en eso, que a la gente le puede pasar desapercibido. Casi nunca se enfrenta con otra persona, ni se niega a hacer algo, pero de algún modo se las arregla para eludir la responsabilidad. Ante una situación familiar el flemático jamás grita o discute. Se limita a arrastrar los pies o se planta y se niega a moverse.

Indeciso y temeroso. Debajo de la amable superficie del flemático diplomático late un corazón sumamente temeroso. Esta tendencia a temer le impide, con frecuencia, aventurarse por su cuenta para sacar el mayor provecho de sus potencialidades. Habiendo hecho un recorrido por las características de cada uno de los temperamentos, se pasará en el siguiente capítulo a comentar, tomando algunos casos, cómo influyen ellos en la conducta cotidiana de las personas.

### CAPÍTULO III

#### EL TEMPERAMENTO Y LA VIDA COTIDIANA

##### EI TEMPERAMENTO INFLUYE EN TODO LO QUE HACEMOS

Al examinarlos cuatro temperamentos básicos, se está en una mejor condición para entender que no hay influencia más significativa que impulse en forma natural las acciones y reacciones del ser humano, incluso las más cotidianas. Pongamos de ejemplo

algunas actividades comunes y cotidianas de las personas.

El temperamento y la capacidad de manejo. Los sanguíneos son conductores erráticos de vehículos. A veces conducen a gran velocidad, pero sin que exista razón aparente pierden interés en la velocidad y

reducen la marcha. Viajar en el asiento de atrás de un sanguíneo puede resultar decididamente peligroso. Le interesan tanto las personas, que cuando habla quiere mirarlas a la cara, incluso mientras maneja. Dado que es un súperconversador presta muy poca atención a la ruta.

Los coléricos son osados demonios de la velocidad, que avanzan adelantándose a los otros vehículos por cualquier lado. Siempre de recorrer en un período de tiempo más de lo que es humanamente posible, e intentan ganar tiempo conduciendo furiosamente entre un compromiso y otro. Por extraño que parezca rara vez lo multan, pues tiene la habilidad para tener el ojo puesto en el retrovisor y estar atento a los policías de tráfico.

Los melancólicos jamás salen de la casa sin prepararse para el viaje con la antelación necesaria. Estudian el mapa y conocen la mejor ruta de principio a fin. Los melancólicos son los que están en mejores condiciones para mantener un registro completo de la historia del vehículo, incluyendo el consumo de gasolina, aceite y las reparaciones. Son legalistas por naturaleza, y por lo tanto raras veces viajan a grandes velocidades. El flemático por su parte es el conductor mas lento de todos. Es el último en arrancar en una intersección; raras veces cambia de carril, y constituye un peligro por su indecisión cuando entra en la

autopista desde una rampa lateral. Conduce como si anduviera de paseo los siete días de la semana. Pocas veces lo multan, casi nunca tiene accidentes, pero puede ser un peligroso obstáculo en la carretera.

El temperamento y el jardín. El sanguíneo normalmente se levanta temprano el sábado para arreglar su patio. Con gran entusiasmo prepara las herramientas (posee todos los elementos que se conocen porque es incapaz de resistirse a comprar lo que le ofrecen). Con todo, a la media hora, lo más probable es que esté de lo más feliz charlando con un vecino. Antes de completar la jornada le pide al hijo que recoja las herramientas y resuelve arreglar el jardín la próxima semana. El sanguíneo es uno de los grandes postergadores del mundo.

El colérico detesta el trabajo del jardín y por ello, cuando lo encara, lo hace como con espíritu de venganza. Trabaja a una velocidad increíble a fin de terminar cuanto antes. Si poda una planta seguramente lo hará para todo el año.

El melancólico tiene una aptitud natural para hacer crecer cosas y generalmente tiene el mejor jardín del barrio. Es la persona que les habla a las plantas y las trata como a seres humanos. Casi todos los fines de semana lo encontraremos de rodillas haciéndole la "manicura" al jardín.

El jardín del flemático ofrece el espectáculo de un hombre que a



media mañana está degustando su tercera taza de café. Es capaz de hacer el trabajo con calidad, y se encarga escrupulosamente de él, sencillamente porque el impulso de hacer lo que corresponde es superior a su deseo de descansar. temperamento y los hábitos gastronómicos. Los sanguíneos comen todo lo que tienen a la vista. De paso, en un restaurante casi nunca consultan el menú antes de que llegue el mesonero, pues seguramente estará conversando. Los coléricos son comensales estereotipados, pues su menú varía sólo excepcionalmente de un día para otro, y cuando se lo sirven, se lo traga a grandes bocados, a menudo hablando mientras comen o mastican. Los melancólicos son comensales fastidiosos. Les lleva una eternidad resolver lo que van a pedir, pero una vez que tienen la comida delante saborean cada bocado. Los flemáticos comen con gran deliberación e invariablemente son los últimos en terminar. Es por eso que generalmente no aumentan de peso. El temperamento y la pareja. Así como hay una ley física que indica

con toda certeza que los polos opuestos se atraen y los polos semejantes se repelen. Así mismo actúan los temperamentos en la relación de pareja. Difícilmente dos personas con temperamentos similares lleguen a casarse. Por ejemplo una pareja sanguínea, siendo los dos extrovertidos por naturaleza vivirán compitiendo por ocupar el mismo escenario toda la vida. Los coléricos, por otra parte les exigen tanto a los demás que no solamente no se casarán entre sí, sino que probablemente ni siquiera lleguen a salir juntos más de una vez. Se la pasarían discutiendo por cada cosa y luchando por conseguir el dominio en la relación. Podría ser que dos melancólicos se casaran, pero es muy poco probable. Sus rasgos analíticos les sirven para descubrir cualidades negativas en los demás, y por ello ninguno de los dos buscará al otro. Sería raro que dos flemáticos se casasen, por cuanto ambos se volverían seniles antes de que uno de los dos lograra reunir las energías suficientes para declararse al otro.

#### CAPÍTULO IV

##### LAS DOCE COMBINACIONES DE TEMPERAMENTOS

Una de las principales objeciones a la teoría de los cuatro temperamentos, tal como fue propugnada por los antiguos, es que ninguna persona puede representar en forma completa uno de los temperamentos que se han caracterizado en los capítulos anteriores. Pero en la realidad esto no es así. Todos representamos una combinación de por lo menos dos temperamentos; uno de ellos predomina y el otro ocupa un lugar secundario. Además de esto, cuando se consideran las combinaciones

debe tenerse en cuenta un factor que se destaca y es que no todas se manifiestan en igual grado. Por ejemplo, una persona que tiene 60 por ciento de temperamento sanguíneo y un cuarenta por ciento de colérico no será exactamente igual al que tiene un 80 por ciento de sanguíneo y un 20 por ciento de colérico. En consecuencia existen muchas variables, incluso dentro de las combinaciones que se mencionarán a continuación.

Para esquematizar la situación y tratar de clasificar el temperamento de alguien haciendo una aproximación a las combinaciones subsiguientes, se pueden resaltar los aspectos positivos predominantes y los aspectos positivos secundarios del temperamento principal y secundario respectivamente. Lo mismo se puede hacer con los aspectos negativos. Como se puede intuir, algunos aspectos se anularán entre sí y otros, por el contrario se realzarán y acentuarán o se complementarán.

Enseguida se mostrará en forma esquematizada las doce posibles combinaciones de temperamento en donde el nombre del temperamento principal será el primero con una preponderancia aproximada del 60 por ciento, y el nombre del temperamento secundario será el segundo, con una preponderancia del 40 por ciento.

COMBINACIÓN DE TEMPERAMENTOS	ASPECTOS POSITIVOS	ASPECTOS NEGATIVOS
	MUY EXTROVERTIDO	HABLA DEMASIADO
SANGÜÍNEO - COLÉRICO	CARISMÁTICO	EMITE OPINIONES INFUNDADAS
	ENTUSIASTA	ENOJADIZO PRESTO A LA ACCIÓN
	ORIENTADO A LOS DEMÁS	DÉSPOTA
	DOTES DE VENDEDOR	JUSTIFICA SUS ACCIONES
	RESOLUCIÓN	
	PRODUCTIVO	
	MEDIANAMENTE ORGANIZADO	
	DEPORTISTA	
	MUY EMOCIONAL	FLUCTUANTES
SANGÜÍNEO -	SIENTE LOS	MUY CRÍTICOS

MELANCÓLICO	PESARES AJENOS	
	FANTÁSTICOS MAESTROS	DEPRESIVOS
	PERFECCIONISTAS	ENOJADIZO
	DON DE GENTES	TEMEROSO
	MUY CARISMÁTICO	FALTOS DE DISCIPLINA
SANGUÍNEO - FLEMÁTICO	ALEGRE Y ENTRETENIDO	FALTOS DE MOTIVACIÓN
	QUERIDOS POR LA FAMILIA	POCO SERIO
	HACE REÍR	
	EXTROVERTIDO	HOSTIL
COLÉRICO - SANGUÍNEO	MUY ACTIVO	IRACUNDO Y RESENTIDO
	PROMOTOR Y VENDEDOR NATURAL	IMPACIENTE
	GRAN MOTIVADOR	SARCÁSTICO
	SEGURO DE SÍ	ATROPELLA A LA GENTE
	MUY INDUSTRIOSO	AUTOCRÁTICO Y DICTATORIAL
	CAPAZ	SARCÁSTICO
COLÉRICO - MELANCÓLICO	MINUCIOSO	HOSTIL
	DE METAS DEFINIDAS	RESENTIDO
	DECIDIDOS	
	MUY CAPAZ	TERCO
COLÉRICO - FLEMÁTICO	ORGANIZADO	NO RECONOCE SUS ERRORES
	OBJETIVOS CLAROS	PUEDEN GUARDAR AMARGURA

	BUEN TRATO PARA LOS DEMÁS	
	BUENOS ADMINISTRADORES	
	INTROVERTIDO	HUMOR VARIABLE
MELANCÓLICO - SANGUÍNEO	SENSIBLE AL ARTE	MUY CRÍTICO
	ANALISTA	IDEALISTA E IMPRÁCTICO
	ESTUDIOSO	INSEGURO, TEMEROSO
	SE LLEVA BIEN CON LA GENTE	AUTOIMAGEN POBRE
	AMPLIA GAMA VOCACIONAL	DIFÍCILES DE COMPLACER
MELANCÓLICO - COLÉRICO	LIDERAZGO	NEGATIVO
	INICIATIVA	SE DEPRIME CON FACILIDAD
	PERFECCIONISTA	EXCESIVAMENTE METICULOSO
	ANALISTA	MUY CRÍTICO
	POCO HOSTIL	SE DESANIMA FACILMENTE
MELANCÓLICO - FLEMÁTICO	SE LLEVA BIEN CON LA GENTE	MUY NEGATIVO
	TALENTOSO	RENCOROSO Y VENGATIVO
	PERFECCIONISTA Y EFICIENTE	ANSIOSO Y TEMEROSO
	CAPAZ	TERCO Y RÍGIDO
	COMPETENTE	

	SIMPÁTICO	TIENDE A PERDER EL TIEMPO
FLEMÁTICO - SANGUÍNEO	DIPLOMÁTICO	FALTO DE DISCIPLINA
	ALEGRE	TEMEROSO E INSEGURO
	COLABORADOR	SOLITARIO
	DE CONFIANZA	
	BUEN OIDOR	FALTO DE MOTIVACIÓN
FLEMÁTICO - COLÉRICO	BUEN TRATO CON LAS PERSONAS	TEMEROSO
	PACIENTE	OBSTINADO E INFLEXIBLE
	DE CONFIANZA	PASIVO
	REPOSADO	TEMOR
FLEMÁTICO - MELANCÓLICO	AGRADABLE, SUAVE	EGOÍSTA
	CONFIABLE	NEGATIVISTA
	SENCILLO	CRÍTICO
	PACIENTE Y MINUCIOSO	

Después de mostrar estas 12 combinaciones principales debe tenerse en cuenta que estos casos no necesariamente deben coincidir a la perfección con todas las personas. Recuérdese que no hay dos seres humanos exactamente iguales. En consecuencia, existen otras variables que pueden modificar el espectro lo suficiente como para que no encaje exactamente en ninguno de los modelos. Considérense los casos siguientes:

Los porcentajes pueden no ser 60/40 establecidos como parámetro. Solo mediante test y pruebas científicas detalladas puede hacerse un diagnóstico preciso de las cargas temperamentales. Trasfondos diferentes, y la educación recibida en la infancia, modifican sensiblemente combinaciones idénticas de temperamento. El coeficiente de inteligencia y la preparación académica influyen en las potencialidades temperamentales del individuo.

La salud y el metabolismo del individuo influyen notablemente en su comportamiento.

Con frecuencia están representados tres temperamentos en un mismo individuo.

### CONCLUSIONES

La teoría de los temperamentos no constituye la respuesta definitiva a la cuestión del comportamiento humano, y por ésta y otras razones puede no resultar satisfactoria para todos. Pero de todas las teorías que se han postulado sobre el comportamiento, la que se ha presentado proporciona la explicación más útil. Se podrían mencionar factores adicionales para explicar algunas otras diferencias, pero las mencionadas tendrían que bastar.

Otra conclusión a la que se puede llegar después de analizar las características de cada uno de los temperamentos y sus combinaciones, es que no existe un "mejor temperamento", por cuanto todas las combinaciones de ellos encarnan virtudes que hacen una contribución a la humanidad. Lamentablemente, todas tienen debilidades también, y cuando el individuo le da curso a estos últimos, anula, o en el mejor de los casos, limita sus potencialidades. Pareciera también que cuanto más notables son los aspectos fuertes de la persona, tanto mayor peligro revisten sus debilidades potenciales.

Para cada individuo el éxito parece depender de dos factores: (1) encontrar el objetivo apropiado para los puntos fuertes, a fin de poder adquirir la mejor formación de que se dispone, dentro de los medios al alcance, para orientar la vida hacia ese objetivo; y (2) vencer las debilidades características del temperamento antes de que tengan la oportunidad de entorpecer la expresión de las virtudes.

Por tanto, de nada vale desear ser distinto a lo que somos. Un introvertido podrá, con dedicación y disciplina, lograr ser menos introvertido, lográndose relacionar satisfactoriamente con su entorno, pero jamás logrará ser un extrovertido como el sanguíneo. Por su parte, el desordenado sanguíneo, podrá, poniendo una dosis extra de concentración, ser menos desordenado de lo que era y así no perder las llaves o el celular con tanta frecuencia, pero jamás podrá adquirir el natural orden del melancólico.