Давайте розберемося хто такі: меланхолік, флегматик, сангвінік, холерик. Почнемо з самого початку, темпераменти людини придумали до народження хреста. Народи єгипта і мясопотамії придумали що в людини є гумор(в перекладі означає рідина). Як ми знаємо в людини дуже багато різної рідини(піт, сльози, лімфа, моча і так д.) І тільки 400 років до н. е. батько медицини Гіппократ подав гуморальну теорію. Тобто від настрою людини повешається рідина в організмі людини, а виділив він саме такі як: лімфа, жовтий жовч, кров, чорна жовч, всі ці рідини він порівнював з природними стихіями: лімфа- вода, кров- повітря, жовтий жовч- вогонь, чорний жовч- земля . Через 600 років до н.е. Гален допрацював цю теорію назвавши ці рідини темпераментом, тобто меланхолік, флегматик, холерик, сангвінік. Тож почнем з:

Меланхолік – це людина з таким типом нервової системи характеризуються боязкістю, замкненістю, надмірною чутливістю, схильні перебільшувати труднощі. Йому властива стриманість, приглушеність моторики та мовлення

Флегматик – це людина яку можна охарактеризувати як вайлувату, зі стійкими прагненнями і більш-менш постійним настроєм, і слабким зовнішнім виразом душевних станів

Холерик – це людина з цим типом темпераменту відзначається своєю енергією, цілеспрямованість та наполегливість. Іхні характеристики надають їм певних переваг у різних сферах життя

Сангвінік – це людина сангвінічного темпераменту можна охарактеризувати як живу, рухливу, яка швидко відгукується на навколишні події, порівняно легко переживає невдачі і неприємності.