**- 기질 이해하기**

\*기질공부는 자신과 다른 사람들을 이해하는데 유용한 지식입니다.

오히려 경우에 따라서는 MBTI나 애니어그램보다 더 유용할 수 있다고 봅니다.

**MBTI**는

자신의 성격에서 관심과 에너지의 방향 즉, 내외향성을 우선 보여주고, 그리고 정보를 입수하는 방법(Sensation감각형 또는 iNtuition직관형)과 판단하는 방식(Thinking 사고형, Feeling감정형)을 보여주는 좋은 자료입니다.

그리고 마지막으로 자신의 삶의 스타일, 즉 ‘계획형(Judging)인가?

충동.융통.개방.포용.인식형(Perceiving)인가?’를 보여줍니다.

하지만 **기질이론**은

사람을 외․내향형으로 구분하는 너무 단순한 이분법을 보완하고 있습니다. 같은 외향형이지만 따뜻하고 유쾌하고 다정한 외향형과 활동적이고 지시하기 좋아하고 두목 행세하는 외향형은 구분되어야 마땅하기 때문입니다. 따라서 이 기질이론은 자신의 행동성향의 주요 동인(動因). 지향성. 경향성 등을 보여줄 수 있어 자신과 타인의 사고와 행동을 이해하는데 아주 유용합니다. 이와 더불어서 자신의 강약점을 잘 알 수 있고, 또 보완하도록 이끌어 줍니다.

물론 MBTI를 통해서도 자신의 정보 수집방식과 판단유형의 장단점을 알고 또 보완해야 할 점을 알 수 있지만, 설명하는 사람이 상세히 정확히 잘 설명해주어야 하는데 제가 경험한 바에 의한면 별로 그렇지 못한 것 같습니다.

한편 기질 및 개인의 성향에 대한 이론들은 서로 강약점을 지니고 있습니다. 그러므로 상호보완적으로 사용하면 더욱 유익하리라고 생각합니다.(애니어그램 포함)

\*체크하는 방법

문항수는 총 40입니다. 각 문항의 4개의 보기들 중에서 한 개를 체크합니다.

현재의 자기 모습에 가장 가까운 것을 표시하는 것입니다. 하나도 빠뜨리지 말고 답하십시오. 혹시 잘 모르는 문항은 당신의 어렸을 적 모습이나 친구에게 물어보셔도 좋습니다

󰡐1. 기질프로필󰡑은 순서가 무작위로 되어 있습니다. 정확한 진단을 위해 이것을 먼저 하십시오.

그 후 󰡐2. 기질판독󰡑에 󰡐1. 기질프로필󰡑에서 표시한 것을 옮겨 표시하고 다혈질 등의 4개의 항목이 있는데, 그 아래에 각각 합계를 기록하면 됩니다. 예를 들어, 당신이 기질 프로필에서 1번 󰡒생동감 있는󰡓이라는 단어에 표를 했다면, 이것을 기질 판독의 󰡒생동감 있는󰡓이라는 단어에 다시 표시하면 됩니다. 기질프로필과 기질판독에서 각 번호의 단어의 순서가 다르게 나타나 있는 것을 볼 수 있습니다.

끝으로 기질들 사이에서는 우월한 것이나 열등한 것이 없습니다.

현재 있는 모습 그대로 표시하면 정확한 진단에 가깝게 나올 것입니다.

기질에 대한 설명

**히포크라테스(**주전 460 ~ 주전 375)  그의 사고방식은 체액론에 근거한 것으로

인체는 불, 물, 공기, 흙이라는 4원소 로 되어있고, 인간의 생활은 그에 상응하는 혈액·점액·담즙·흑담즙으로 나누고 이 4가지가 적당한 비율로 섞여 있지 않고 어느 하나가 너무 많거나 적으면 지배적인 체액에 따라 기질이 결정된다고 보았다. 그 후 여러 학자들이 연구하여 현재의 기질 이론을 발전시킨 것이다.

**예)** **다혈질이 20 이상일 경우 -> 다혈질**

**다혈질이 17 이고 담즙질이 13일경우 -> 다혈담즙질이라고 생각하시면 됩니다.**

1. 활발한 다혈질 또는 즐거운 다혈질(多血質)

삶의 동인(動因): “즐겁게(재밌게) 살자.”이며 삶의 방식은 “재밌게 하자”이다

**이 사람은 관계에서 힘을 얻는다**

**다혈질은 인기 있다, 매력적이다, 다른 사람들을 기쁘게 하려한다.**

그러나 만약 부모를 기쁘게 하려고 애쓰다가도 그것이 불가능하다는 것을 깨달을 경우 다른 사람들( 예, 친구들)을 즐겁게 하려고 애를 쓴다. 다혈질에게 이 세상은 신나는 곳으로 탐험심이 많고 열정적이다. 다혈질은 쉴새 없이 재잘거린다. 그러나 주의가 산만, 즉 주의집중력이 약하므로 마무리가 약하다. 또한 그 일들에 금새 싫증을 낸다. 쉽게 포기하고 인내심이 부족하다. 그러므로 누군가가 확인해줘야 한다.

**감정의 기복이 심하고 무질서하다(조직적인 것과는 거리가 멀다)**

옳고 그름보다는 싫고 좋음, 즉 감정에 따라 판단하고 결정을 내린다. 이러한 태도가 나쁜 것만은 아니지만 옳고 그름에 따라 행동하기도 해야 하므로 우리는 이 둘 사이의 지혜로운 균형이 필요하다.

**눈앞의 문제를 덮기 위해 거짓말을 하기 쉬운 성향을 지니고 있다.**

그의 관심사는 지금 당장 어떻게 되는 것뿐인 것 같다. 이를 바로 잡아 줘야 한다. 때로는 벌이 필요하다.

**건망증이 있다.** 그러나 이름 등을 기억함은 존경의 표시임을 기억하고 이를 중요하게 여기도록 해야 한다.

**네 기질들 중 기질상 비행에 빠질 가능성이 가장 높다.** 그러므로 어려서부터 정말 즐거운 것이 무엇이고, 규칙과 법을 지키도록 모범을 보이고 가르쳐야 한다.

학생의 경우 숙제를 싫어하는 성향이 제일 크므로 재미있게 지도해줘야 한다.

**다혈질과 적합한 일** : 탁월한 영업사원이 될 가능성이 많다(외판원의 3분의2 정도가 다혈질일 것). 재능 있는 배우․설교자(특히 부흥사)․정치인, 유능한 사회자, 때로는 지도자(다른 기질이 적절히 섞여 있는 경우)도 된다. 활기찬 간호사․의사로 환자들을 행복하게 하기도 한다.

**다혈질**은 혈액이 지배적인 체액일 때 나타나는 기질로서 **성격이 겉으로 드러나며 외향적**이다. 보통 먼저 대화를 시작하고 즉각적인 반응을 드러내며 감정의 변화가 심하다.

큰 소리로 웃거나 대화를 주도하여 주목받는 것을 즐기며 웅변이 뛰어나다. 주변 사람과 사물에 대해서 늘 호기심을 가지며 환경에 잘 적응한다. 낙천적이어서 좌절하거나 미래에 대하여 두려움을 갖지 않으며 쉽게 과거를 잊는다. 끊임없이 여러 가지 계획을 세워 추진한다. 첫인상이 좋아 사교적이고 다른 사람들에게 진실한 마음을 갖는다.

2. 든든한 담즘질 또는 역동적인 담즙질(膽汁質)

다혈질과 같은 외향적․낙천적․튀는 기질로써 담즙질이 있다.

삶의 동인은 “**목표를 달성하자 또는 성공하자”**이며, 삶의 방식은 **“내 뜻대로, 내 방식대로 한다.”**이다. 그러나 이것이 지나치면 독재자가 되므로 주의해야 한다.

**잠재력이 가장 많은 사람이다**. 그러므로 자제(력)를 갖춘 지도자로 이들을 키우며 또 자기 스스로 그것을 배우라. 담즙질은 성취에서 살맛을 느낀다. **힘이 넘치고 모험적이고 단호하며 용감하고 공격적이고 고집이 세다. 자립심이 강하고 독립적이며 경쟁심이 크다.**

시간개념은 “지금 당장”이다. 즉, 미루는 법이 없다. 잠이 없고 생산적이고 목표지향적이다.

위기 대처능력이 탁월하나, 친구들을 괴롭힌다. 물론 자기 나름대로 명분이 있겠지만. 목표달성에 필요한 만큼은 조직적이고 성적에 있어 필요한 만큼만 점수를 따려고 한다. 날카로운 지성과 탁월한 답변을 무기 삼아 자신에게 반대하는 사람들을 박살낸다. 그러나 사람들에게 인기는 없다.

그러므로 담즙질에게 어려서부터 정정당당하게 지는 법을 가르쳐라. 책임을 맡기라. 그는 책임 맡는 것을 좋아하며 활동적인 것을 좋아하고 지루한 것은 피하려 든다.

**담즙질과 적합한 일**: 담즙질은 세부사항과 분석적 기획에 대한 지나친 부담이 없는 한 지도력과 강한 성취욕, 높은 생산성이 필요한 일자리를 고려해 볼 만하다. 보통은 기술자는 아니지만 기술자들을 감독하는 일은 종종 맡는다. **현명한 담즙질은 우울질 동업자나 조수와 함께 일한다.** 대부분의 **기업가**는 담즙질이다. 그는 타고난 홍보능력으로 영업과 실용과목을 가르치는 교직, 정치, 군대, 스포츠와 다른 여러 활동에서 두각을 나타낸다. 담즙질은 다혈질처럼 좋은 설교자가 되나 **감정에 호소하는 면에서는 좀 떨어진다**. 세계의 유명한 장군들, 독재자들, 갱단의 두목들의 상당수가 담즙질 성향이 강한 인물들이다. 그는 ‘성공성향’이 누구보다도 강하다. 그러므로 그는 선한 성공, 아름다운 성공을 추구할 때 진정한 성취를 달성할 수 있음을 기억하고 실천한다면 유능한 인물이 될 것이다.

**담즙질**은 담즙이 지배적인 체액으로서 스스로 결정하는 성향이 강하고 자신의 능력에 확신을 가지며 매우 진취적이다. 자신이 원하는 방향으로 계획을 추진하며 분석적으로 추정하기보다 직관으로 결정한다. 일에 차질이 생겼을 때는 재빨리 대처하며 단호하게 처리한다. 모든 일을 낙천적으로 생각하여 한번 일을 계획하면 불가능한 상황이어도 쉽게 바꾸지 않는다. 다른 사람들의 생각에 그다지 영향을 받지 않으며 남들이 동의하지 않아도 계속 매진하므로 자기 과신에 빠지기 쉽다. 모험심이 강하여 어려움에 처할수록 더욱 더 고무된다.

3. 거장 우울질 또는 완벽한 우울질(憂鬱質)

**다혈질과는 감정적으로 같은 선상에 있고, 담즙질과는 일 중심의 같은 성향을 지닌 기질**이 우울질이다. 우울질의 삶의 동인은 “**완벽하게 살자(갖추자), 옳은 방식대로 살자(하자)**”이다. 이런 태도 역시 좋으나, 그것이 지나치면 자신과 다른 사람들을 피곤하고 힘들게 만들며 생산성을 떨어뜨린다.

그는 **재능이 가장 많은 사람**이다. 그는 심각하고 조용하며, 짜여진 일정을 좋아하고 **규칙적**이고 아이의 경우 잘 울며(감정적이며) 순종적이다. 완벽주의자로 정리정돈과 청결을 누구보다 추구한다. 생각이 깊고 책 읽기를 좋아하며 연구에 적합한 스타일이다. 집중력이 뛰어나고(혹은 어떤 일에 몰입하는 성향이 강하고) 의무감․책임감이 강하다. 뭔가를 제대로 하는 데 모든 걸 걸며 비판에 과민하다. 모범생(스타일)이고, 조직적이고 목표의식이 분명하고 성실하며 시간을 준수한다. 검소하고 의심이 많고 앙심이 깊다.

**우울질은 교만과 비판, 타인을 판단하는 것을 주의해야 한다.**

위와 같은 누구보다 많은 재능을 가진 우울질이, 그러나 자기의 의도대로 일이 되지 않으면 의기소침하고 우울해지며 우는 소리를 한다.

자, 이 완벽주의자를 어떻게 도울 것인가?

먼저, 당신은 세상이 불완전함을 받아들여야 한다. 또 자기가 잘 할 수 있는 영역을 한 가지 이상 찾도록 하고, 이들을 도우라. 무엇보다 삶의 기준을 낮추라. 즉 현실적이 되라는 뜻이다. 그래서 성취를 통하여 만족을 얻으라.

우울질의 정서적 욕구는 고요, 자기공간, 안위, 안정감이다. 우울질은 우울(또는 심각)을 극복하라. 부정적인 면이나 모습보다는 긍정적이고 좋은 면들을 보고 감사하고 그것을 누리라.

우울질은 좋고 싫은 것보다는 **옳고 그름에 따라 판단하고 결정을 내린다.**

이런 태도는 필요하지만 반드시 옳은 것만은 아니므로 때로는 자기의 좋고 싫음에 따라 결정할 필요도 있음을 알고 양자 사이의 균형이 필요하다.

**우울질과 적합한 일**: 세계의 위대한 예술가, 발명가, 철학자, 이론가, 신학자, 과학자 그리고 헌신적인 교육자들은 우울질 성향이 많았다. 놀랍게도 외향적 사람들이 도맡아 할 것 같은 연기도 우울질은 연기에 매력을 느끼고 잘 하나, 무대에서 내려오면 본래의 기질로 되돌아간다. 우울질은 **사람들을 돕는 직업에 매력을 느낀다**. 그는 철저함과 자기 희생과 창의성이 필요한 직업에 제격이다. 그러나 자신의 능력을 과소평가하고 약점을 과장함으로써 스스로의 잠재력을 제한하는 성향이 있음을 자각하고 균형과 조화를 추구해야 하며, 감사하고 기뻐하는 생활을 힘써야 한다.

**우울질**은 흑담즙이 지배적인 경우로서 여러 기질 가운데 가장 신중하고 민감하며 일반적으로 지능지수가 높다. 음악·미술·운동 등의 예술 분야에 뛰어나다. 잘 감동하고 상처받기 쉬우나 사려 깊으며 가치 있고 유익하며 창조적인 생각을 해낸다. 분석력이 뛰어나고 잠재적인 문제점을 끄집어내며 완벽주의자적인 성향이 있다. 앞에 나서기보다는 뒤에서 일하기를 즐긴다. 때로 자신을 따르는 사람들을 위하여 헌신하려는 욕구가 있어 매우 희생적인 삶을 선택하기도 한다. 과식·게으름 등 자신의 편안함을 쫒지 않는다. 정해진 시간과 자신이 세운 높은 수준을 지키기 위하여 늘 일에 매달린다. 큰일을 해내고 나면 몸과 마음이 탈진하여 깊은 좌절감에 빠지기도 한다.

4. 태평한 점액질(粘液質) 또는 평온한 점액질

점액질은 우울질과 같이 **에너지의 방향이 내향적이고 조용하며 염세적(비관적)인 분석적** 기질이면서 한편으로 다혈질과 같이 **일이 아닌 사람(혹은 관계) 중심적인 기질은** 점액질이다.

점액질의 삶의 동인은 **“편(안)하게 살자. 쉽게 살자.”**이며 삶의 방식은 “쉽게(쉬운 방식대로) 하자”이다. 이런 삶의 동인과 방식 역시 대체로 좋다고 할 수 있으나 것이나 삶이란 자기 마음대로 되는 게 아닌 것, 그러므로 필요할 경우 그(녀)는 진리, 질서, 규칙, 방식을 따라야 함을 배워야 한다. 또는 그(녀)는 남을 닮아 가는 성향이 강하다.

**점액질은 평온하고 무난하며 요구사항이 별로 없다. 행복하고 즐거워하며 만족한다. 따라서 호감 가는 성격으로 보이며 재치있고 다른 사람들의 말을 잘 들어준다.**

그러나 행동이 느리고-심지어 아이들의 경우 기고 걷는 데도 느리다-, 낯가림이 심하고 무관심하고 상관 않는 태도를 보이며 방관자 혹은 관찰자적 태도를 보인다.

갈등을 피하려고 하며 온순하다. 일을 회피하려고 하며 누구보다도 휴식을 원한다. 싸움을 부추기고 선동하며 무서워한다. 지나치게 타협적이고 열정이 없으며 은근히 고집이 세고 빈정댄다.

자, 이 점액질의 장점을 살리고 약점을 극복하도록 어떻게 도울 수 있을까?

그는 거절과 실패에 대한 두려움이 많다. 이의 극복방법으로 그이 자존감을 키워주자. 용납이 핵심이다. 완벽을 기대하지 말라. 함께하고 도와주자. 그는 한가지 일에 몰두하는 성향(방향성)이 강하다. 사랑으로 동기를 부여하고 실패해도 자랑스러워하자.

**점액질과 적합한 일**: 점액질은 교육분야에 매력을 느낀다. 대부분의 초등학교 교사들은 점액질이다. 점액질의 부드러운 성품이 수업의 분위기를 따뜻하게 한다. 고등학교와 대학의 수학, 물리학, 문법(또는 어법), 문학, 언어 수업에서도 마찬가지고 교직원, 도서관 사서, 카운슬러(=상담가), 대학 학과장 중 점액질을 흔히 접할 수 있다. 그는 또 공학분야에 매력을 느끼고, 계획과 계산을 좋아하기 때문에 훌륭한 건축사나 위생 전문가, 각종 기사나 이공(理工) 계통의 학자가 된다. 원만하고 무난한 점액질은 사람들과도 잘 어울리며 모험을 절대하지 않는다. 그러므로 공직 등 안전한 직장에 매력을 느끼고 웬만해서는 자기 사업을 벌이지 않고 소박한 생활에 만족한다.

**점액질**은 자극에 대해 흥분하거나 격분하는 일이 적고, 활발하지 못하지만 일단 일을 시작하면 의지가 강하고 인내력이 있다. 독일의 철학자 칸트에 의하면 점액질은 담즙질과 함께 혈액의 온도로 분류하면 냉혈에 속한다. 독일의 심리학자인 분트는 정의(情意)의 작용의 강약과 그 변화의 지속으로 보아 느리고 약한 것을 점액질이라고 하였다.

**기 질 점 검 - 분 석**

**대중적 다혈질- 웅변가, 외향적, 낙천적**

|  |  |
| --- | --- |
| 장점 | 약점 및 해결방법 |
| 기억력이 좋다.  피부 접촉을 좋아한다.  감정이 풍부하다.  적극적으로 자신을 표현한다.  명랑하다.  호기심이 많다.  무대 체질이다.  다른 사람에게 호감을 준다.  이야기하기를 좋아한다.  파티를 좋아한다.  유머 감각이 있다.  순진하고 순박하다.  현재를 중시한다.  쉽게 기분을 전환한다.  마음이 신실하다.  항상 어린아이 같다. | 1. 말을 너무 많이 한다  이전의 반만 이야기하라  듣는 사람이 지루해 하는지 살피라  당신의 하는 말을 요약하고 함축해서 말하라  과장하지 말라  과장이 심하면 거짓말이 된다.  2. 이기적이다  다른 사람의 필요와 관심에 민감해지라  다른 사람들의 말에 귀 기울이는 법을 배우라  3. 기억력이 좋지 않다  사람들의 이름을 기억하려고 노력하라  기록하라  어린아이들을 잊지 말라  4. 변덕스럽고 참된 우정을 키우지 못 한다  우정에 대한 책을 읽어라  남의 필요를 먼저 채워주라  5. 대화를 독점하려는 경향이 있다  모든 문제에 대해 당신이 답해야한다고 생각하지 말라  대화의 중간에 끼어들어 다른 사람을 대신해 말하려고 하지 말라  6. 조직적이지 못하고 미숙하다  최선을 다하라  성장하라 |
| 일하는태도 |
| 무슨 일이든 쉽게 자원한다.  새로운 일을 만들어 낸다.  겉으로 잘하는 것처럼 보인다.  창조적이고 기발하다.  힘과 정력이 넘친다.  부지런하다.  다른 사람들을 끌어들인다.  다른 사람들이 일하게 만든다. |
| 친구로서의 다혈질 | 부모로서의 다혈질 |
| 쉽게 친구를 사귄다.  사람들을 좋아한다.  사람들의 칭찬을 받으려고 한다.  즐겁게 보인다.  다른 사람들의 부러움을 많이 산다.  투덜거리지 않는다. 빨리 사과한다.  한순간도 지루하게 지내지 않으려 한다.  함께 하는 행동을 좋아하다. | 가정생활을 재미있게 한다.  자녀들의 친구들이 좋아한다.  어려운 상황에서도 명랑함을 잃지 않는다. |

**역동적 담즙질 - 행동가, 외향적, 낙천적**

|  |  |
| --- | --- |
| 장점 | 약점 및 해결방법 |
| 천성적 지도자이다.  역동적이고 활동적이다.  변화를 필요로 한다.  잘못된 것은 고쳐야 한다.  의지가 강하고 단호하다.  감정에 치우치지 않는다.  쉽게 낙담하지 않는다.  독립적이다.  자신감이 있다.  무엇이든지 감당할 수 있다. | 강박관념에 사로잡힌 일벌레다  -가만히 앉아 있으면 죄의식을 느낀다.  ․긴장하지 말라  ․여유 있게 살라  ․다른 사람에게 압력을 가하지 말라  ․여가 활동을 계획하라  다른 사람을 조종하려고 한다.  ․내가 아닌 다른 사람이 지도자일 때도  - 그에게 협력하라  ․'멍청한 사람들'이라고 깔보지 말라  ․다른 사람들을 조종하려 하지 말라  사람을 어떻게 다루어야 하는지 잘 모른다.  ․인내로 행하라  ․섣불리 다른 사람들에게 충고하지 말라  ․부드럽게 표현하라  ․다른 사람들과 논쟁을 하거나 문제를  - 야기 시키지 말라  담즙질이 옳아도 사람들은 좋아하지 않는다.  ․다른 사람이 옳은 것을 인정하라  ․사과하는 법을 배우라  ․당신에게도 결점이 있다는 것을 인정하라 |
| 일하는태도 |
| 목표 지향적이다.  전체를 바라본다.  조직적이다.  실제적인 해결책을 찾는다.  즉시 행동에 옮긴다.  다른 사람들에게 위임한다.  생산성에 역전을 둔다.  목표를 설정한다.  다른 사람들을 참여시킨다.  반대에도 굴하지 않는다. |
| 친구로서의 담즙질 | 부모로서의 담즙질 |
| 친구가 없어도 외로워하지 않는다.  단체 활동을 한다.  사람들을 지도하고 조직한다.  일반적으로 옳은 주장을 한다.  긴급한 상황에서 재치를 발휘한다. | 지도력을 발휘한다.  목표를 설정한다.  가족들에게 동기를 부여한다.  자신의 주장이 강하다.  집안일을 규모 있게 해낸다. |

**완벽주의 우울질 - 사색가, 내성적, 비관적**

|  |  |
| --- | --- |
| 장점 | 약점 및 해결방법 |
| 사려 깊다.  분석적이다.  진지하고 목적의식이 있다.  천재적인 면이 있다.  재능이 있고 창조적이다.  예술적이다.  철학적이고 시적이다.  심미안이 있다.  다른 사람들에게 민감하다.  자기희생적이다.  신중하다.  이상을 추구한다. | 쉽게 의기소침해진다  ․우울해하는 사람을 좋아하는 사람은  - 아무도 없다는 것을 기억하라  ․문제를 찾으려고 노력하지 말라  ․쉽게 마음 상하지 말라  ․긍정적인 면을 보라  자존감이 약하다  ․당신이 왜 불안해하는지 그 원인을 찾아보라  ․자신의 '위장된 겸손'에 주의하라  관망하며 늦장을 부린다.  ․일을 시작하기 전에 '적절한 것'을 찾으라.  ․일을 계획하는 데 지나치게 많은 시간을  - 허비하지 말라  다른 사람에게 비현실적인 요구를 한다.  ․당신의 표준을 낮추라  ․당신의 기질을 이해하게 된 것에 감사하라  ․세상에 완벽한 것은 없다 .  *마음을 편하게 가져라.* |
| 일하는태도 |
| 짜인 계획에 따라 일한다.  완벽주의자로서 높은 표준을 갖는다.  세세한 것까지 신경을 쓴다.  꾸준하고 철저하다.  질서 있고 조직력이 있다.  깔끔하다. 경제적이다.  문제를 잘 파악한다.  창조적인 해결책을 찾는다.  시작한 것은 끝을 내야 한다.  도표와 그래프와 목록을 좋아한다. |
| 친구로서의 우울질 | 부모로서의 우울질 |
| 친구를 조심스럽게 사귄다.  뒤에서 돕는 것으로 만족한다.  사람들의 시선을 끄는 일을 피한다.  신실하고 헌신적이다.  불평에 귀를 기울인다.  다른 사람들의 문제를 해결한다.  다른 사람들을 깊이 염려하다.  감동을 받아 눈물을 흘린다.  이상적인 친구를 찾는다. | 기준을 높이 둔다.  모든 것이 바르게 되기를 바란다.  집안을 잘 정돈한다.  가족을 위해 자신을 희생한다.  자녀의 학문과 재능을 개발하도록 격려하다. |

**평온한 점액질 - 관찰자, 내성적,비관적**

|  |  |
| --- | --- |
| 장점 | 약점 및 해결방법 |
| 겸손하고 온유하다.  태평스럽고 느긋하다.  고요하고 냉정하고 침착하다.  인내심이 있다.  균형 잡힌 생활을 한다.  일관성이 있다.  조용하지만 위트가 있다.  동정심이 있고 친절하다.  감정을 드러내지 않는다.  현실을 즐겁게 받아들인다.  어떤 일에도 잘 적응한다. | 열정이 없다  ․일에 열정을 가져라  ․한 달에 한번은 흥미 있는 일을 하라.  변화를 싫어한다  ․무엇인가 새로운 것을 시도하라  게을러 보인다.  ․자신의 생활에 대해 책임을 지라  ․오늘 일을 내일로 미루지 말라  ․스스로 동기 부여를 하라  옹고집이다  ․자신의 감정을 다른 사람에게 표현하는  - 법을 배우라  우유부단하다  ․스스로 결정을 하면서 살아라.  ․거절하는 법을 배우라 |
| 일하는태도 |
| 유능하고 꾸준하다.  평화롭고 상냥하다.  행정 능력이 있다.  문제를 중재 한다.  다투지 않는다.  압력을 받아도 잘 견딘다.  쉬운 길을 찾는다. |
| 친구로서의 점액질 | 부모로서의 점액질 |
| 함께 어울리기가 쉽다.  유쾌하고 즐겁다.  다른 사람의 마음을 상하게 하지 않는다.  다른 사람의 말에 귀를 기울인다.  정색을 하고서 농담을 한다.  사람들을 관찰하기를 좋아한다.  친구가 많다.  동정심이 있고 다른 사람을 염려해 준다. | 좋은 부모가 된다.  아이들을 위해 시간을 할애한다.  서두르지 않는다.  있는 그대로 용납한다.  쉽게 기분이 상하지 않는다. |

**열두 가지 기질 조합**

**다혈담즙질**

기질 조합 가운데 가장 외향적인 조합은 두 외향적 기질이 결합된 다혈담즙질이다.

유쾌한 카리스마의 다혈질 때문에 이 사람은 사람 중심의 열정적인 영업사업 유형이 된다. 또한 담즙질 성품으로 인한 결단력과 기개로 순수한 다혈질보다 좀더 조직적이고 일도 잘한다.

직업 면에서 다혈담즙질은 영업이나 홍보사원으로 출발해서 영업부장 자리까지 오르는 경우가 많다. 대인관계가 주를 이루는 분야라면 모두 적합하지만, 흥미를 잃지 않으려면 다양한 경험과 활동과 자극이 있어야 한다. 다혈담즙질 남성은 하나같이 스포츠에 열광한다. 가정에서 적절한 교육과 동기 부여와 사랑을 받고 약점에 얽매이지 않는다면 경제적으로 성공 할 수 있다.

다혈담즙질의 약점은 보통 분명하게 드러난다. 흔히 말이 너무 많다 보니 상황을 제대로 알기도 전에 말을 쏟아낸다. 솔직히 그 누구보다 입 때문에 많은 곤경을 겪는다.

다혈담즙질은 좋은 첫인상을 남기지만 강한 자의식으로 대화를 독점하는 바람에 첫 인상을 망쳐버릴 때가 많다. 사람들이 자신을 거부한다는 느낌이 들면 오히려 더 강하게 나와서 상황을 악화시키기도 한다. 파티의 활력소에다 사랑스러운 사람이지만 위협이나 불안감을 느끼면 밉살스럽게 굴 수 있다. 정서적으로 가장 두드러진 문제는 분노다. 사소한 일에도 발끈하여 무모한 행동을 할 수 있다.

다혈담즙질은 자기 뜻에 맞는 사람에겐 칭찬을 아끼지 않지만, 방해가 되는 사람에겐 험담을 퍼붓는다. 다혈질답게 잘 잊어버리는 데다 “목적이 수단을 정당화 한다”는 사고방식을 갖고 있어 양심이 비교적 무디고 자신의 행동을 정당화하려는 경향이 있다.

**다혈우울질**

다혈우울질은 감정의 기복이 대단히 심하다. 갑자기 미친 듯이 웃는가 하면 다음 순간 눈물을 터뜨리곤 한다. 슬픈 이야기를 듣거나 다른 사람의 가슴 아픈 곤경을 목격하거나 슬픈 음악을 들을 때마다 한없이 눈물을 흘린다. 다른 사람들의 슬픔을 진심으로 가슴 아파한다.

다혈우울질 의사는 언제나 환자들을 따뜻하게 대한다. 다혈질은 보통 환상적인 교사가 된다. 대학에서 손쉽게 인기를 독차지하는 교수들이 바로 그들이다.

다혈우울질은 언제나 사람들과 함께 일해야 한다. 사람들에게 존경받는 것을 중요하게 생각하기 때문에 맡은 일을 꾸준히 해나간다. 대중 강연, 연기, 음악이나 예술 분야를 고려해봄직하다. 다혈질의 대중 강사 중에서도 다혈우울질은 가장 정확한 통계수치를 사용한다.

그러나 다혈우울질이 특유의 완벽주의 성향을 자제하지 못할 때 사람들을 마구 비판하게 되고 그 바람에 외톨이가 될 수 있다. 그는 인간관계를 소중히 여길 줄 알고 다른 사람들에게 도움을 줄 수 있는 충분한 잠재력이 있다. 다만 자의식과 오만 때문에 밉살스럽게 굴다가 다른 사람들의 미움을 받지 않도록 조심해야 한다.

다혈질과 우울질 모두 몽상가이다 보니 다혈우울질의 가장 큰 취약점은 바로 생각에 있다. 그는 모욕과 상처를 곱씹다 자신을 학대하는 지경에 이를 수도 있다. 다혈질과 우울질 모두 불안을 이기지 못한다. 그 두려움 때문에 잠재력을 제대로 발휘하지 못 할 수 있다. 게다가 다혈우울질은 분노 또한 문제가 될 수 있다.

**다혈점액질**

다혈점액질은 누구나 좋아할 만한 사람이다 다혈질의 부담스럽고 때론 밉살스러운 면이 우아하고 느긋한 점액질의 특성으로 상쇄가 된다. 다혈점액질은 태평한 마음과 유머감각으로 다른 사람들을 즐겁게 해주는 낙천가이다. 틈만 나면 사람들을 돕고, 다양한 형태의 영업방식을 보인다. 다혈질 중에서 가장 덜 외향적인 다혈점액질은 주도적인 행동이나 스스로를 독려하기보다는 주변 상황과 환경에 끌려가는 경향이 있다.

다혈점액질은 보통 가족에게 성실하고 배우자와 자녀들에게 많은 사랑을 쏟는다. 불행히도, 강한 도덕적 신념으로 제약을 받지 않으면 엉뚱한 사람을 사랑하는 불륜으로 이어질 수도 있다.

다혈점액질의 가장 큰 약점은 의욕과 자제력 부족이다. 일보다 잡담을 좋아하고 진지하게 인생을 살지 않는다. 다혈점액질 직원에 대한 사장의 감정은 반반이다. 인간적으로 끌리면서도 한편으론 좀더 열심히 일해 줬으면 하는 것이다.

다혈점액질은 어지간해선 당황하지 않고 매사를 밝은 쪽으로 해석한다. 미소를 머금고 퇴근해서 “이봐, 나 오늘 해고당했어.”라고 말할 사람이다. 농담거리가 끝이 없고 다른 사람들을 웃기길 좋아한다. 종종은 심각해야 할 상황에서도 그렇게 한다.

**담즙다혈질**

기질조합 가운데 두 번째로 외향적인 조합은 담즙다혈질이다. 담즙다혈질은 거의 활동에만 전념한다. 대부분 생산적이고 목적이 분명한 일에 노력을 기울이지만 때로는 조심해야 한다. 한순간에 감정이 폭발해 버릴 수 있기 때문이다! 그는 타고난 홍보가로 거의 모든 걸 팔 수 있다. 사람들은 그에게 호감을 느낀다. 그에겐 이웃과 잘 지낼 수 있는 카리스마가 있다.

다른 사람들에게 동기를 부여하는 데 능하고 어려움이 닥치면 오히려 힘이 솟는다. 두려움을 모르는 무한 에너지로 새로운 모험에 맞선다. 배우자의 평가를 들어보자. “남편에겐 전속력과 정지, 두 가지 속도밖에 없어요.” 담즙다혈질은 냉정한 판사와 배심원들의 호감을 얻는 훌륭한 변호사나, 사람들이 저축하려고 마련해둔 돈까지 기부하게 만드는 탁월한 기금모금 전문가가 된다. 그는 어디를 가든 관심을 끌고 수월하게 친구를 사귄다.

그는 실제적인 설교와 효율적인 교회 행정을 겸비한 유능한 목회자고, “한 번 더” 주민을 대표할 수 있게 법안까지 바꿔놓을 인기 정치가다. 또, 사실 관계나 논리가 딸릴 때는 말을 꾸며 허세를 부리거나 으름장을 놓는 설득력 있는 토론가다. 특히, 사회과학 분야를 탁월하게 가르치는 교사이다. 수학이나 과학 또는 추상적인 학문에는 별 매력을 느끼지 못한다. 어떤 직업을 갖든 언제나 재빨리 두뇌가 돌아간다.

담즙다혈질의 주된 약점은 적개심이다. 욱하고 분통을 터뜨리는 다혈질의 급한 성미에다 분을 풀 줄 모르는 담즙질의 앙심까지 들어있다. 자신도 궤양에 걸리고 다른 사람도 궤양에 시달리게 만들 유형이다. 추진력과 에너지가 떨어지는 사람은 봐주질 못하고 잔인하고 신랄하리만큼 솔직한 자신을 자랑스레 여긴다.

그는 한 번에 한 가지 일에만 집중하지 못하므로 자신이 벌일 일을 마무리하기 위해 다른 사람들을 끌어 들인다. 자기주장이 강하고 편파적이고 성급한 그는 어쩌면 처음부터 시작하지 말았어야 할 일을 끈질기게 끝내려 든다. 제어를 받지 않으면 자신의 모든 행동을 정당화하고 목표를 달성하기 위해 주저 없이 다른 사람들을 조종하고 짓밟을 유형이다.

대부분의 담즙다혈질은 일에 몰두하느라 가족과 친구들을 소홀히 하고, 그들이 불평하면 폭언까지 일삼는다. 담즙다혈질 남자의 아내는 자신이 사랑받지 못하는 쓸모없는 존재라 느끼고 소외감에 시달린다. 그녀는 남편을 존경하면서도 두려워하고 적개심을 품는다. 그래서 자녀들이 장성하고나면 남편의 곁을 떠나기도 한다. 그러나 그런 남자라도 자신이 가족을 사랑하고 인정하는 일이 얼마나 중요한지 깨달으면 식구들 하나하나를 사랑하고 집안 전체를 변화시킬 수 있다. 담즙다혈질 아내는 자신이 좋아하는 일에 몰두한 나머지 남편에게 소홀하기도 한다.

**담즙우울질**

담즙질과 우울질의 비율이 6대 4인 사람은 아주 근면하고 유능하다. 담즙질의 낙관론과 실행력이 우울질의 변덕을 극복하기 때문에 담즙우울질은 목표 지향적이면서도 꼼꼼하다. 그는 학교 공부도 잘하고, 분석력이 뛰어나고, 머리 회전이 빠르면서도 과단성이 있다. 담즙우울질은 탁월하게 일을 처리하는 유능한 리더가 된다.

이 사람이 변호사라면 더 바랄 나위가 없을 것이다. 담즙우울질은 논쟁에 탁월한 데다 아주 작은 일까지 정확히 기억한다. 사실을 정확히 알고 있지 않는 한 담즙우울질에게 시비를 걸지 말라! 담즙우울질은 좀처럼 질줄 모른다. 그의 전략은? 급소를 집중 공략하라! 그는 어떤 직업에서도 대개 성공을 거둔다. 캘리포니아 모 병원의 탁월한 외과과장인 담즙우울질 의사는 비범한 성경교사이기도 하다. 이 기질의 사람은 최고의 리더가 될 가능성이 높다. 제2차 세계대전에서 독일군을 베를린으로 퇴각시킨 미육군 3군 사령관 조지 패튼 장군도 담즙우울질이었을 것이다.

담즙우울질의 약점은 강점 못지않게 크다. 존경과 증오를 동시에 불러일으키는 “독재자” 성향이 있기 때문이다. 자기주장이 강하고 상대가 듣고 싶어 하건 말건 자기 생각을 주저 없이 표현한다. 논쟁을 즐기고 논쟁에 이기기 위해서라면 자기 입장과 다른 주장도 서슴지 않는다. 약삭빠른 언변가인 그의 비꼬는 말에 사람들은 큰 상처를 입는다. 상처만 주는 정도가 아니라 비참하게 만든다. 일하는 습관은 불규칙하지만 한번 일할 때 장시간 일하는 타고난 행동가이다.

담즙우울질은 상당한 증오심과 원한을 품을 수 있다. 부모의 충분한 사랑을 받지 못하면, 대인관계, 특히 가족과의 관계에 어려움을 겪는다. 담즙우울질은 지나치게 자녀를 징계하는 가혹한 부모가 될 수 있다. 담즙질답게 좀처럼 만족할 줄 모르는 데다 우울질의 완벽주의 성향까지 갖고 있다.

**담즙점액질**

담즙점액질은 외향적 기질 가운데 가장 차분한 기질 조합이다. 재빠르고 활동적이고 열정적인 데다 침착하고 태연하고 담담한 면이 섞여 있다. 담즙점액질은 이제까지 살펴본 다른 외향적인 기질들처럼 재빨리 상황 속에 뛰어들지 않고 좀더 신중하고 차분하다. 처음에는 그렇게 보이지 않을지라도, 길게 보면 대단히 유능한 사람이다.

담즙점액질은 주의 깊게 계획을 세운 다음 열심히 일하는, 상당히 조직적인 사람이다. 사람들은 그와 함께 일하길 좋아한다. 분명한 목표와 세부추진 계획까지 다 세워놓고 일하면서도 사람들을 심하게 몰아세우지 않는다. 다른 사람들이 각자의 능력을 최대한 발휘하도록 도울 줄 알고 남에게 상처를 입히거나 이용당한다는 느낌을 주지 않는다.

혼자 일을 다 해내야 한다는 강박관념이 없고 항상 다른 사람들과 함께 하는 방향으로 생각하기 때문에 어느 기질보다 많은 일을 해낸다. 그의 모토는? 열 사람을 불러 모아 할 수 있는데 왜 혼자 열 사람 몫을 하는가?

담즙점액질은 거의 모든 분야에서 탁월한 행정가일 뿐 아니라 좋은 남편과 아버지가 된다.

그의 역량이 출중하긴 하지만 눈에 띄는 약점이 없는 건 아니다. 그는 벌컥 화를 내지는 않지만 적개심과 앙심을 품는다. 담즙질의 날카로운 비아냥거림은 점액질의 우아함으로 어느 정도 무마된다. 가시 돋친 말을 유머로 교묘하게 포장한다. 상대방은 농담인지 조롱인지 알 수 없게 된다.

담즙점액질은 그 누구보다 완고하고 고집이 세다. 회개하거나 잘못을 인정하기 어려워한다. 그 결과 자신이 잘못한 사람에게 사과하지 않고 “보상하려” 든다. 소심한 점액질의 특성 때문에 담즙질의 진취성이 억눌려 잠재력을 충분히 발휘하지 못 할 수도 있다.

**우울다혈질**

우울다혈질은 유능한 학자이고 교직, 그것도 고등학생이나 대학생을 가르치는 일에 누구보다 적임이다. 우울질 특성 덕에 잘 알려지지 않은 사실을 찾아내고 세부사항까지 정확히 사용하는 한편, 다혈질 특성 덕에 학생들과 잘 통한다. 흔히 사회과학이나 신학, 철학, 문학 등을 전공한다.

우울다혈질은 때로 컴퓨터나 사무기기나 학습 교재 등을 판매하는 업무를 맡는다. 그런 일은 상세 정보와 사실을 잘 전달해야 하고, 상대적으로 스트레스가 적다. 그는 유능한 변호사나 의사감이다.

우울다혈질은 대단히 유능하지만 보통은 다른 사람 밑에서 일한다. 자기 사업을 시작하거나 조직을 설립할 만한 배짱은 없다.

우울다혈질은 좋은 배우자와 충실한 부모가 된다. 다만 배우자와 자녀를 있는 모습 그대로 받아들이고 비판을 자제하는 법을 배워야 한다.

일반적으로 그는 재능이 많고 청중의 마음을 사로잡는 연주가의 자질이 다분하다. 많은 위대한 연기자와 오페라 스타, 컨트리 뮤직 가수들이 우울다혈질이다. 오늘날의 포크송과 발라드 대부분은 우울다혈질의 작품이다. 우울다혈질은 재미있는 사회자나 교인들과 잘 지내는 목회자가 된다. 또 화가가 되면 그림을 잘 그릴 뿐 아니라 자신의 작품을 잘 판다. 물론 팔 생각이 있을 때의 얘기다.

우울다혈질은 감정의 기복이 아주 흥미롭다. 상황이 흡족할 땐 엄청 행복감을 느낀다. 그러나 상황이 안 좋아지거나 거절당하거나 모욕감을 느끼거나 마음이 상하면 자기 연민의 바다에 잠겨버린다. 우울질이 두드러진 다른 기질조합과 마찬가지로 우울다혈질도 생각의 흐름을 잘 다스려야 한다.

쉽게 감동하는 탓에 눈물을 잘 흘리고 다른 사람들에게 가혹하게 굴 수 있다. 일이 뜻대로 풀리지 않을 때는 완고해지고 비협조적으로 나올 수도 있다. 물론 바람직하지 않고 도움될 것도 없는 처사이다.

스스로 만든 초라한 자화상 때문에 자신의 잠재력을 제대로 발휘하지 못하고 두려움과 불안에 사로잡히기도 한다. 스스로 인식하고 있는 것보다 훨씬 유능하지만 좀처럼 밖으로 드러나지 않으니 사람들은 대개 그의 재능을 알아차리지 못한다.

**우울담즙질**

우울담즙질은 우울질 특유의 감정의 기복이 담즙질의 의지력과 결심으로 다소 안정감을 찾은 형태이다. 이 사람은 거의 모든 작업을 가질 수 있다. 완벽주의자에다 추진력도 갖추고 있다.

특히 조사와 정확성을 요하는 법률 분야에서 탁월한 변호사가 된다. 어느 누구보다 사건 준비를 배 이상 열심히 하기 때문에 좀처럼 지지 않는다. 의사인 경우 최신 의학용어까지 꿰고 있고 환자들에게도 중요한 사실들을 분명히 각인시킨다. 위대한 교향악단 지휘자와 합창단 지휘자들 중 다수가 우울담즙질이다.

강력한 리더십 자질을 갖추고 있고 “이사장” 노릇을 즐기며 준비 없이 회의에 참석하는 법이 없다. 교육계에 몸담은 경우 교실을 떠나 교육행정가가 되는 경우가 많다.

정치권에 입문하기도 하고, 스포츠 분야의 많은 슈퍼스타들(특히 야구투수들)또한 우울담즙질이다.

우울다혈질과 달리 우울담즙질은 자신의 이름을 내건 조직이나 기관을 설립하고 소란스럽지 않으면서 자연스럽고 효율적으로 운영할 수 있다. 많은 선교기관, 대학, 기독교 단체의 설립자들이 성령 충만한 우울담즙질이다.

우울담즙질의 타고난 약점은 생각과 감정과 입에서 드러난다. 그는 정말 만족시키기가 너무나 어려운 사람이다. 사람(자기 자신도 포함)이나 사물에 대해 부정적으로 생각하기 시작하면 도저히 같이 지내기 어려운 타입이 된다. 우울담즙질의 감정은 생각의 흐름에 따라간다. 우울질이 섞인 다른 두 기질조합만큼 우울증에 오래 빠져있지는 않지만, 우울증에 빠지는 속도는 오히려 더 빠를 수 있다.

우울질과 담즙질은 자기 학대와 증오와 비판에 시달리는 두 가지 기본 기질이다. 이 두 가지가 우울담즙질에서 만났으니 상황이 어려울 때 이 사람이 죽을 생각까지 하는 것도 이상할 것이 없다.

우울담즙질은 가족에 대한 불만을 “과장하고” 집 안팎에서 그들에게 몹쓸 말을 해서라도 실수를 바로잡아야 한다고 느낀다.

우울담즙질은 분노와 복수심이라는 꿍한 마음 때문에 놀라운 잠재력에 걸맞게 살지 못한다.

**우울점액질**

세계 최고의 학자들은 우울점액질이었다. 그들은 앞서 살펴본 두 우울질처럼 쉽사리 적개심을 품지 않고 일반적으로 다른 사람들과도 잘 지낸다. 재능 많고 내성적인 이 사람은 우울질의 분석적 완벽주의에다 점액질의 조직적 효율성을 모두 갖추고 있다. 연구와 조사에 필요한 혼자만의 조용한 환경에서 활력을 얻는 성격 좋은 인도주의자이다.

우울점액질은 대개 철자에 대단히 민감하고 수학도 잘한다. 고등교육뿐 아니라 의학과 약학, 치의학, 건축, 장식, 문학, 신학, 그 외 다른 많은 “지적” 분야에서 두각을 드러낸다. 또한 존경받는 작가이자 철학자, 과학자이며 건축과 음악, 예술계의 거장이다. 극히 꼼꼼하고 정확한 우울점액질은 훌륭한 회계사와 부기계원과 공인회계사가 된다. 의학이나 치의학분야에서 전문의가 되는 이들도 드물지 않다.

세계의 중요한 발명과 의료계의 발견을 이루어낸 사람 대부분이 우울점액질이다.

우울점액질은 두려움과 불안과 부정적인 자화상에 유난히 쉽게 무너진다. 위대한 재능과 역량을 가진 사람들이 자신을 하찮게 여기는 자기 생각의 희생자가 될 수도 있다.

우울점액질은 보통 조용한 편인데 복수심을 품다 증오에 사로잡힐 수도 있다. 감정의 기복이 심하면서도 완고하고, 외고집에다 비타협적이 되기도 한다.

우울점액질은 양심에 따라 행동하려는 마음이 강하다. 그렇다 보니 다른 사람들의 압력에 놀려 이런저런 일들을 떠맡느라 에너지와 창의력을 소진하기도 한다. 어려운 사람들을 돌아보느라 가족에게 많은 시간을 할애하지 못하는 경우도 있다.

**점액다혈질**

열두 가지 기질 조합 중에서 가장 오랫동안 지내기 쉬운 유형은 점액다혈질이다. 붙임성 있고, 유쾌하고, 협조적이고, 사려 깊고, 사람을 소중히 여기고, 원만하고, 믿을 수 있고, 재미있고 유머감각도 있다. 애 어른 할 것 없이 이웃의 사랑을 듬뿍 받는다.

판매업종을 직업으로 택하는 경우는 드물지만 강매에 대한 부담만 없다면 판매도 잘할 수 있다. 교육계로 진출하는 경우가 많고 행정이나 회계, 역학, 공학 분야에서도 뛰어나다. 장의사 과학자, 통계학자, 라디오 아나운서, 카운슬러, 목회자, 수의사, 농부, 건설노동자도 많다.

대개 가족들과 평온한 생활을 즐기고 배우자와 자녀들을 사랑한다.

점액다혈질의 약점은 다른 기질처럼 두드러지지 않으나, 늘 함께 살아야 하는 사람에게는 그리 사소한 문제가 아니다. 그것은 점액질답게 별로 아쉬울 게 없고 다혈질답게 자제력이 부족하여 잠재력을 충분히 살리지 못하는 경우가 많다는 것이다. 학교를 중퇴하고 좋은 기회를 흘려버리며 “너무 많은 노력”이 필요한 일은 피하곤 한다. 빈둥거리며 고독을 즐기고 세월이 지나는 것에도 그리 개의치 않다가 고만고만하게 살아가는 경향이 있다.

두려움과 염려는 점액다혈질에게 터무니없는 불안감을 불러일으키는 또 다른 골칫거리다. 조금만 더 믿음을 가지면 소심함과 자멸적인 불안을 떨치고 변화될 수 있는데 점액다혈질은 오히려 자기 껍질을 단단하게 만들고 자신과 가족에게 유익한 활동을 외면하여 굴러오는 복을 차버린다.

**점액담즙질**

점액질 중 가장 활동적인 유형이 점액담즙질이다. 그래도 점액질이 두드러진 사람이라 활동가가 되긴 어렵다. 다른 점액질과 마찬가지로 함께 지내기 무난하고 모임의 탁월한 리더가 되기도 한다. 적절한 훈련을 받으면 유능한 십장이나 부사장, 회계사, 교육가, 기획가, 그리고 거의 모든 건축 분야의 노동자가 될 수 있다. 점액질은 경청할 줄 알고 다른 사람에게 진정한 관심을 보이기 때문에 좋은 상담가의 자질이 있다.

점액담즙질이 다른 사람들을 위해 봉사하는 일은 거의 없지만, 자신이 책임자로 있는 조직적인 사무실 안에서는 대개 일급 전문가이다. 그의 조언은 실제적이고 유용하다. 언제나 옳은 일만 할 사람이지만 좀처럼 정해진 틀을 벗어나진 않는다.

점액담즙질의 약점은 언뜻 명백하지 않지만 가정에서 서서히 그 모습을 드러낸다. 그도 역시 다른 점액질들처럼 아쉬운 게 없고 두려움이 많다. 게다가 완강하게 고집을 피우고 뜻을 굽히지 않는다. 다른 사람들에게 분통까지 터뜨리진 않지만 반항하거나 비협조적으로 나온다.

점액담즙질은 싸움이나 시위를 벌이진 않는다. 그러나 그들의 숨은 분노와 고집이 종종침묵으로 표출된다.

점액담즙질은 종종 “작업장”이나 “둥지”로 물러가 혼자 조용히 시간을 보낸다. 밤마다 텔레비전 속으로 빠져들기도 한다. 안 그래도 이기적이라 할 만큼 앉아있기 좋아하는 사람이 나이가 들수록 점점 더 수동적이 되어간다. 자신은 편안하게 오래 살 가능성이 높지만, 가족의 필요와 관심을 생각해야 한다. 그리고 적극적인 사람이 되고자 애써야 한다.

**점액우울질**

점액우울질은 모든 기질조합 중에서 가장 품위 있고 부드럽고 조용하다. 좀처럼 화를 내거나 적개심을 품지 않고 사과할 말은 아예 하지도 않는다.(그건 무엇보다도 말이 많지 않기 때문이다.) 곤경을 자초하거나 다른 사람들을 난처하게 하지 않고 언제나 적절한 행동만 한다. 또, 소박한 옷차림에, 믿을 수 있고, 정확하다.

점액우울질은 자비를 베풀어 남을 돕는 방면에 재능이 있다. 사회생활을 시작하면 함께 일하는 동료들의 필요를 잘 헤아리게 된다.

그는 깔끔하고 조직적으로 일한다. 사진 촬영과 출력, 목록 작성과 분석, 레이아웃, 광고, 역학, 교육, 제약, 치의학, 시계 제작, 도목수일(일하는 속도가 느리기 때문에 개별 작업은 거의 맡지 않는다), 유리세공, 도배와 페인트칠, 그 외 세밀한 작업과 대단한 인내가 필요한 일들을 잘 소화해낸다. 점액우울질은 점액질답게 집안일을 잘하고 여력이 있는 대로 집안 곳곳을 수리한다.

약점을 살펴보자면, 점액우울질 아버지는 자녀들이 생산적이고 절제할 줄 아는 어른이 되는 데 필요한 징계를 소홀히 하는 경향이 있다. 좀처럼 인정되지 않는 사실이지만, 자녀들이 자라면서 부모에게 말대꾸하고 불순종하는 것을 방치하는 수동적인 아버지는 불합리한 징계로 자녀의 원한을 사는 독재자 부모만큼이나 자녀를 노엽게 한다. ‘

점액우울질 남자의 아내가 남편의 수동적인 성향을 파악하고 그가 가장 역할을 하도록 재치 있게 기다려 주면 두 사람은 행복한 가정과 부부관계를 누릴 수 있을 것이다.

점액우울질의 다른 약점들은 두려움과 이기심, 부정적 사고방식, 비판, 건전한 자아상의 결핍에서 나온다.

대부분의 점액우울질은 어떤 활동에 참여하는 데 지나친 거부감을 갖는다. 도에 지나치게 빠져 버리거나 말려들면 어쩌나 겁을 내어 무슨 일이건 거의 자동적으로 거부한다. 내적으로는 동기 부여가 안 되는 기질이므로 자기에게 벅차다 싶을 정도의 책임을 떠맡을 필요가 있다. 그러한 외적 자극 덕분에 큰일을 이룰 수 있을 것이다.

**결 론**

이상의 4대기질은 기질에 대한 기본 분류법이다. 한 기질유형만 가진 사람은 없다.

모든 인간은 이상의 네 기질들을 모두 조금씩 갖고 있다. 우리는 즐겁게 살고 싶고, 자기 뜻과 목표를 성취하고 싶으며 완벽하고 옳게 그리고 평안하게 살기를 원한다. 그러나 각자는 주된 기질(=1차기질 )과 보조기질(=2차기질)을 보통 6:4 내지 8:2 정도로 갖고 있다.

그러므로 우리는 우리의 선천적 기질을 잘 알고 이해하고 잘 계발하여 우리의 생각과 대화와 일상생활과 직업과 또 삶을 통하여 특별히 자신을 잘 이해하고 사랑했으면 좋겠다. 그 바탕에서 또 다른 사람들도 이해하고 사랑하고 그들과 친밀한 관계를 형성하도록 힘쓰고, 무엇보다 자신의 직업을 선택하는 데 참고가 될 것이다.

그리고 우리의 육체의 체질을 우리 힘으로 변화시킬 수 없듯이 우리의 기질을 우리가 바꿀 수는 없다. 각 기질마다 강약점을 모두 갖고 있다. 또 각 기질 간의 우열은 없다. 그러므로 우리는 자신의 기질을 충분히 알고 이해하는 것이 지혜로우나, 거기에 또한 지나치게 집착해서도 안 된다. 보다 중요한 것은 기질보다는 인격이기 때문이다.

|  |
| --- |
| 12가지 기질 유형  전주기린로교회 청년회  송 영 길 |

1. 다혈담즙질

✍ 장점：외향적, 열정적, 적극성, 개방적

✍ 약점：정도 이상의 말로 약점 노출, 강한 자아의식, 분노, 고집, 혈압주의

✍ 훈련：집중력, 계획성, 자제력을 길러 준다.

✍ 인물：베드로

✍ 은사：자비, 전도, 목양, 가르침, 권면, 예언, 주는 은사, 돕는 은사, 믿음, 지식, 분별, 지혜, 다스림

- 따뜻하고, 열정적이며, 순발력이 뛰어남

- 사교성이 풍부하고, 지도력이 있음

- 가장 강한 외향적인 사람

- 카리스마와 함께 사람들과 잘 사귈 수 있게 됨

- 지도자 유형

- 외판원의 특성

- 솔직하여 말이 많고 화를 잘 낸다.

- 다혈질의 부주의한 면과 담즙질의 고집스러운 궤변이 결합한 까닭에 창조적인 도덕심을 갖지 못하고, 자신의 행동을 정당화시키는 경향이 있다.

2. 다혈우울질

✍ 장점：연극, 탤런트, 음악, 과학 뛰어남. 잠재 능력이 많다, 협조자, 사교가.

✍ 단점：의지가 약하다, 몽상적, 감정 변화의 기복이 심함, 거짓말, 이간질, 충동적.

✍ 훈련：타인의 긍정적인 호의를 받아들임, 사랑과 격려가 필요하다.

✍ 인물：다윗

✍ 은사：자비, 전도, 예언, 가르침, 권면, 목양, 주는 은사, 지혜, 지식, 분별, 돕는 은사, 다스림, 믿음

- 감정의 변화가 심한 대단히 감정적인 사람

- 동정심이 많아 다른 사람의 인생에 도움을 줌

- 몽상가적임

- 자기도취와 쉽게 화를 잘 내고 두려움이 많음

- 다른 사람에게 인정받는 것을 중요하게 여김

- 독창적임

- 창의력과 비판분석력이 뛰어나며, 재능이 많음

- 풍부한 상상력

- 새로운 일을 시도하는 솔선력이 강하며 논리적

- 사고력에 있어서는 몽상가

- 다른 사람의 슬픔을 진심으로 함께 함

- 때로는 남에게 비평을 가함으로써 다른 이들로부터 소외되며 이기심, 거만, 상대에 대한 적대감을 불러일으킬 수 있음

3. 다혈점액질

✍ 장점：상냥, 태평, 풍부한 유머, 친화력, 애완동물을 좋아함.

✍ 단점：무절제, 강한 식욕, 목표의식 결여, 실수 반복

✍ 훈련：자제력과 적당한 훈육, 음식 절제 ✍ 인물：아볼로

✍ 은사：자비, 전도, 목양, 가르침, 예언, 권면, 지혜, 주는 은사, 지식, 돕는 은사, 분별, 다스림, 믿음

- 사람들이 가장 쉽게 좋아할 수 있는 사람

- 근심, 걱정 없고 풍부한 유머를 가지고 있음

- 자기 동기부여보다는 환경이나 상황에 지배됨

- 가정적이고 자녀를 무척 사랑한다.

- 삶을 너무 안일하게 여기는 경향

- 마음이 따뜻하고, 이야기하기 좋아함

- 친절하고, 낙천적임

- 동정심이 많고 어떤 상황이든 잘 적응함

- 수용력이 강하고 사교적임

- 주위 사람이나 일어나는 일에 대하여 관심 많음

- 사람이나 사물을 다루는 사실적인 상식이 풍부함

- 친구를 좋아하며, 긴 설명을 싫어함

- 오관으로 보고, 듣고, 만질 수 있는 생활의 모든 것을 즐김

- 진지함을 요할 때 그러하지 못함

4. 담즙다혈질

✍ 장점：외향적, 활동가, 노력가, 결단력, 강한 의지, 근면, 운동 선수

✍ 약점：고집, 자만, 독단, 편견, 성급.

✍ 훈련：남을 공경하는 마음, 약한 자를 돌봄, 험담 삼가, 포용력

✍ 인물：야고보

✍ 은사：가르침, 권면, 다스림, 예언, 지식, 분별, 전도, 믿음, 주는 은사, 목양, 지혜, 돕는 은사, 자비

- 천성적으로 다른 사람들과 잘 사귈 수 있는 능력

- 건설적

- 목적의식이 분명

- 주위 사람들에게 훌륭한 동기부여를 함

- 활동으로 지배된 삶

- 자신과 취미나 능력이 같지 않는 사람은 인정하려 하지 않음

- 독단적이며 자신이 시작한 일을 다른 사람이 끝내주기 원함

- 일 때문에 가정적이지 못하다.

- 열성이 많고, 모험심이 강하며, 천성적인 사교성

- 도전할 때 두려움이 없고 무한한 힘을 나타냄

- 시작하지 말아야했던 계획을 끝까지 고집하는 경향

- 자기 자신을 매우 솔직하다고 생각함

- 논쟁할 때 정확한 근거로 한 것이 아니어도 확신을 가지고 논쟁을 함

- 추상적인 아이디어나 개념에 대해 별로 흥미 없음

- 성급한 행동으로 다른 사람에게도 피해를 줌

- 다른 사람의 의견에 귀를 기울일 필요가 있음

5. 담즙우울질

✍ 장점：독립심, 생산적인 능력, 분석력.

✍ 단점：분노, 고집, 비판, 거친 언어(잠 13：3), 독재자, 간섭자.

✍ 훈련：부드러운 애정 표시, 이해심을 길러 주어야 함

✍ 인물：바울

✍ 은사：가르침, 권면, 예언, 다스림, 지식, 지혜, 분별, 전도, 주는 은사, 목양, 믿음, 자비, 돕는 은사

- 매우 근면하고 유능한 사람

- 목적의식이 분명하고 섬세한 면을 지니고 있음.

- 타고난 지도자적인 기질

- 명령형의 독재형

- 심각할 정도의 적의나 분노를 품기 쉬움

- 엄격한 훈육형의 아버지가 되기 쉬움

- 매사에 철저하며, 사리분별력이 뛰어남

- 일처리에 있어서 신중하며 책임감이 강함

- 영리하고, 분석적인 마음을 소유하고 있음

- 특별한 일을 할 수 있는 철저한 지도자로 자신을 계발시킴

- 어떤 사실에 확신이 없다면 절대로 논쟁하지 않음

- 모든 일에 있어서 매우 경쟁적이나 일하는 습관에 있어서는 불규칙적임

- 때로는 빈정대는 말투로 사람들을 당황하게 만듦

6. 담즙점액질

✍ 장점：안정, 계획과 실천을 조화, 경영가.

✍ 약점：실수를 인정하지 않음, 가시돋힌 유머, 고집, 완고, 남을 곤경에 빠뜨림, 갑상선.

✍ 훈련：이기심을 버림, 양보하는 습관.

✍ 인물：디도

✍ 은사：가르침, 권면, 다스림, 예언, 지식, 지혜, 분별, 주는 은사, 목양, 전도, 믿음, 돕는 은사, 자비.

- 계획과 열성적인 직업 수행을 잘 조화시키는 조직가

- 다른 사람들이 능력을 발휘할 수 있도록 도와 줌

- 표현하지는 않지만 분노와 모진 마음을 품고 있음

- 고집 세고 완고한 사람, 실수를 잘 인정치 않음

- 신중하고, 조용하고, 차분함

- 친근하고, 책임감이 있으며, 헌신적임

- 성급, 활동적, 격렬한 기질과 함께 조용하고, 냉정하고, 흥분하지 않는 기질로 혼합되어 있음

- 목표가 뚜렷하고 분명하기 때문에 주위 사람들이 그와 함께 혹은 그를 위해 일하기를 좋아함

- 한 번 행한 것은 마음을 바꾸기가 매우 어려움

- 때론 신랄한 말과 비평 대신에 말의 가시는 영리하게 감춰서 유머로 나타낸다. 기질 중에서 고집 세고 완고하다.

7. 우울다혈질

✍ 장점：천부적인 예술가, 창조자, 학자, 헌신자, 순교자

✍ 단점：자기관용 부족, 비판적인 자세, 비사교적, 완고함, 심각한 자기 연민

✍ 훈련：감사하는 마음, 운동 노력, 사랑과 관용

✍ 인물：세례 요한, 엘리야

✍ 은사：예언, 권면, 지혜, 전도 목양, 자비, 가르침, 지식, 다스림, 주는 은사, 돕는 은사, 불별, 믿음.

- 천부적인 재능을 가진 사람

- 음악가, 미술가로써의 특징, 훌륭한 학자

- 쉽게 눈물을 흘리고 모든 것을 심각하게 생각함

- 비이성적인 비판을 하고 다른 사람에 대해서도 까다롭게 대함

- 통찰력․직관력이 뛰어나며, 예술적 재능이 뛰어남

- 독창성과 천부적인 재능을 가졌음

- 우울질적인 탐구심과 다혈질적인 창의력이 조화됨

- 기분에 좌우되는 복합성을 보여 주는 감정의 창조자

- 환경의 영향을 받아 상상으로도 행복한 분위기를 나타내기도 함

- 일이 잘못되거나 거절당하고, 모욕당하고, 상처를 입는다면 자기 연민의 결과로 젖어들기도 함

- 감정의 변화에 따라 쉽게 눈물을 흘림

- 자신을 비하해 모든 것을 심각하게 생각하기도 함

- 완벽주의적 경향이 있어서 이상적이고 비실제적인 방법으로 일이 진행되지 않으면 협조하지 않는 경향

8. 우울담즙질

✍ 장점：강력한 지도자, 지휘자, 다방면의 능력자, 세심한 분석력.

✍ 약점：짜증, 이기심, 피해의식, 적대감, 거역, 만족함이 없음.

✍ 훈련：칭찬과 격려, 정돈, 감사하는 마음

✍ 인물：누가, 모세

✍ 은사：예언, 권면, 가르침, 지혜, 다스림, 목양, 자비, 지식, 분별, 전도, 주는 은사, 믿음, 돕는 은사

- 강력한 지도력을 가짐, 세심한 분석력과 완벽성

- 오케스트라와 합창단의 지휘자

- 자기 자신에 대한 만족하지 않음

- 자기 학대, 적대감, 비평의 성향

- 조울증에 걸리기 쉬움

- 신중하고, 집중력이 강하며, 현실적임

- 실질적이고 현실감각이 뛰어나며 일을 조직하고, 계획하여 추진시키는 능력이 있음

- 자기 의지와 결심에 의해 안정되어 있음

- 타고난 지도자로써 일의 목표를 설정하고, 지시하고 결정하고 이행하는 능력이 있음

- 인간관계에 있어서 스스로 자신의 마음이나 감정 그리고 말투를 드러냄

- 한 번 어떤 것이나 어떤 사람(자신 포함)에 대해 부정적으로 생각하기 시작하면 함께 있기가 어려움

- 지나친 자기 학대, 적대감, 비평의 성향을 나타냄

9. 우울점액질

✍ 장점：친화성, 발명가, 수학자, 의학자, 예술성.

✍ 약점：이기심, 예민, 두려움, 걱정, 낙심.

✍ 훈련：사랑, 관용, 나눔

✍ 인물：사도 요한

✍ 은사：지혜, 예언, 가르침, 권면, 자비, 목양, 자식, 다스림, 돕는 은사, 전도, 주는 은사, 분별, 믿음

- 거의 적대감을 가지지 않고 다른 사람들과 잘 사귐

- 매우 글을 잘 쓰며, 훌륭한 수학자

- 쉽게 낙심하고, 매우 부정적인 사고를 함

- 두려움이나 걱정 그리고 무능한 자기 가치의 감정, 양심적인 성향이 강함

- 조용하고, 논리와 비판분석력이 뛰어나며, 사고가 독창적임

- 말없이 다정하고 끝없는 활동범위까지 연구하고 탐구하기 위해 조용하고 혼자 있는 환경을 좋아함

- 우울질의 분석적 완전주위와 점액질의 조직적인 능력이 복합되어 내성적인 기질을 나타냄

- 빠른 이해와 높은 직관력으로 통찰하는 재능과 지적 호기심이 많음

- 세계적으로 위대한 학자, 발명, 의학적 발견 등의 분야에서 뛰어난 재능을 보임

10. 점액다혈질

✍ 장점：명랑, 협력, 모범가, 외교성, 완벽한 성격

✍ 약점：게으름, 집착, 수줍음, 소심, 덤벙댐

✍ 훈련：엄함은 자제(부모), 정리 정돈, 동기의식 고취

✍ 인물：디모데

✍ 은사：자비, 목양, 가르침, 돕는 은사, 지혜, 전도, 예언, 권면, 지식, 다스림, 분별, 주는 은사, 믿음

- 명랑하고 즐겁고 협조적이고 사려 깊음

- 친구를 잘 사귀며 외교적이고 신뢰 할 수 있음

- 장난을 좋아하고 유머가 있는 사람들

- 친절하고, 모범적이며 가정적인 사람

- 너무 순하며 동기부여의 부족

- 훈련의 부정

- 소심하며 자기 패배적

- 마음이 따뜻하고, 동정심이 많으며 장난을 좋아함

- 아이들과 어른들이 모두 좋아하며 성격을 다듬어서 나타내지 않아도 되어서 주어진 시간동안 가장 사이좋게 지낼 수 있는 느긋한 기질

- 보통 평온한 삶을 즐김

- 너무 순진하므로 점액질의 동기부여 부족과 다혈질의 훈련의 부족을 이어받음

- 많은 노력이 필요한 일은 어떤 것이든 피하려 함

11. 점액담즙질

✍ 장점：지도력, 상담가, 친화력

✍ 약점：완고, 소극성, 안주성, 자기중심

✍ 훈련：자제력 시정(TV), 표현력 개발, 양보와 협력

✍ 인물：아브라함

✍ 은사：목양, 자비, 다스림, 지혜, 돕는 은사, 가르침, 전도, 예언, 분별, 지식, 믿음, 주는 은사.

- 바른 것을 따르고, 좀처럼 규범을 벗어나지 않음

- 활동적이나 정열적이지는 않음

- 매우 완고하고 고집이 셈

- 안주하려는 경향

- 사교적이고, 차분하며, 친근함

- 책임감이 있으며, 충실함

- 쉽게 사람을 사귀고 집단에서 뛰어난 지도자의 재능을 가지고 있음

- 온유한 마음으로 좋은 상담자, 조직화된 사무실에서 제일의 전문가가 될 잠재성이 있음

- 다른 사람에게 타격을 주지는 않지만, 단순히 양보하거나 협력하는 것을 거절함

- 천성적으로 싸움을 좋아하지 않지만, 내적인 분노와 완고함은 침묵으로 나타남

- 직장에 혼자 늦게까지 남아 있거나 밤마다 TV에 마음을 빼앗기기도 함

- 나이가 들수록 이기적으로 좀 더 안주하려는 경향에 빠져 소극적으로 되는 경향이 있음

12. 점액우울질

✍ 장점：친절, 온유, 자비, 구제, 신뢰

✍ 약점：내향적인 성격, 자기 주장이 약함, 동작이 느림, 소극성, 두려움

✍ 훈련：주위 사람들의 변함없는 사랑, 규칙적인 생활, 저혈압

✍ 인물：바나바

✍ 은사：목양, 자비, 지혜, 돕는 은사, 예언, 권면, 가르침, 다스림, 전도 지식, 분별, 주는 은사, 믿음

- 주로 너무 말을 하지 않으며, 때로는 말이 너무 없어 과묵함

- 단정하고 조직적으로 일함

- 압력 밑에서 일을 잘 함

- 말없이 다정하고, 온화하며, 내적 신념이 깊음

- 12기질 줄 가장 친절하고, 온유하며 조용함

- 어떤 상황이든 화를 내거나 적대감을 품는 일이 거의 없으며, 절대로 변명하는 일이 없음

- 자기 자신이나 남들을 난처하게 하지 않음

- 항상 합당하게 행동하므로 신뢰를 줌

- 자비와 구제의 은사를 가지고 있는 경향이 있음

- 집 근처에 머물기를 좋아하고 수리하는 것을 좋아함

- 두려움, 이기심, 소극성, 비판적 성향이 있음

- 자기 정체성이 결여되기도 함

- 자신들의 과다확장이나 과잉참여를 두려워함

- 어떠한 종류의 가입이나 협력을 거부하기도 함