

TEMPERAMENT HAQIDA UMUMIY TUSHUNCHA

Chirchiq davlat pedagogika universiteti

Pedagogika fakulteti

Amaliy psixologiya 23/1guruh talabasi

Ergasheva Mazluma Xusan qizi

ergashevamazluma@gmail.com

Annotatsiya: ushbi maqola orqali siz temperament nima u qanday shakillanishi haqida ma'lumotga ega bo'lasiz. Bundan tashqari temperament tushunchasiga turli xil olimlarning turlicha ta'riflari bilan tanishasiz.

Kalit so'zi: *Temperament, xolerik, melenxolik, flegmatik, sangvenik.*

Temperament lotincha «*temperamentum*» degan so'zdan olingan bo'lib, uning ma'nosi «*aralashma*» demakdir.

Temperament haqidagi ta'limot dastlab qadimgi (bizning eramizdan oldingi 460-356-yillarda yashagan) grek olimi Gippokrat tomonidan yaratilgan. Uning ta'limotiga muvofiq sur'atda, keyinchalik «*temperament*» termini ham

ishlatiladigan bo'ldi, shuningdek, hamma to'rt tip temperament nomlari o'rnatilib qoldi.

Gippokrat ta'limotiga muvofiq, odamlarning temperament jihatidan turlicha bo'lishi, ulaming oiganizmidagi suyuqliklarning turlicha nisbatda bo'lishi bilan bog'liqdir. Gippokrat fikricha, odam tanasida to'rt xil suyuqlik bor. Chunonchi, o't yoki safro (grekcha — *shole*), qon (lotincha — *sandus*), (qora o't — grekcha *melanhole*) va balg'am (grekcha — *rhlegma*) bor. Bu suyuqliklarning har biri o'z xususiyatiga ega bo'lib, ularning o'z vazifasi, ishi bor. Chunonchi, o'tning xususiyati — quruqlikdir. Uning ishi — organizmdagi quruqlikni saqlab turish, ya'ni badanni quruq tutishdir. Qonning xususiyati — issiqlikdir. Uning ishi — organizmni isitib turishdir. Qora o'tning xususiyati — namlikdir. Uning ishi badan namligini saqlab turish, uning namligini tutib turishdir. Balg'am (shilimshiq modda)ning xususiyati sovuqlikdir. Uning ishi — badanni sovitib turishdir. Gippokrat fikriga muvofiq, har qaysi odamda shu to'rt xildagi suyuqlikdan biri ko'proq bo'lib, ustun turadi. Bu aralashma (lotincha — *temperamentum*) lardan qaysi biri ustun bo'lishiga qarab, odamlar temperament jihatdan har xil bo'ladilar. Xoleriklarda sariq o't ustun; sang- viniklarda — qon; melanxoliklarda — qora o't;

flegmatiklarda esa balg'am (shilimshiq modda) ustun bo'ladi, deb ko'rsatadi.

Gippokratning mana shu to'rt xil moddalar aralashmasi to'g'risidagi ta'limotidan kelib chiqqan temperament so'zi qadimgi zamonlardan beri hozirgacha saqlanib kelmoqda.

Temperament xususiyatlarining ilmiy sabablari I.P. Pavlovning yuksak nerv faoliyat tiplari haqidagi ta'limotida ochib berildi. I.P. Pavlov yuksak nerv faoliyat turlari deganda hayvon bilan odam nerv sistemasining faoliyatidagi eng muhim xususiyatlarning chatishuvini tushunar edi.

I.P. Pavlov itlar ustida ko'p tajribalar o'tkazib, reflekslarni tekshirishi

natijasida, hayvonlar nerv sistemasining a) qo'zg'alish va tormozlanishning kuchiga, b) bu jarayonlarning muvozanatiga va d) ularning ildamlilik darajasiga qarab bir-biridan farq qilishini aniqladi.

I.P. Pavlov ajratishicha, nerv sistemasining kuchi hujayralardagi fiziologik moddalarning zapas miqdori bilan belgilanadi.

Kuchli tipdagi nerv sistemasida bunday zapas ko'p miqdorda bo'lib, kuhsiz tipda ozdir.

Nerv sistemasining kuchi qo'zg'alish jarayoniga ham, shuningdek, tormozlanish jarayoniga ham tegishlidir. Nerv sistemasining kuchi, awalo, kuchli qo'zg'ovchilarga «bardosh» bera olish qobiliyatida ko'rinadi.

«Nerv jarayonlari kuchining ahamiyati shundan ravshan ko'rinib turadiki», — deydi I.P. Pavlov,— atrofda muhitda odatdan tashqari, favqulodda hodisalar, zo'r kuchga ega bo'lgan qo'zg'ovchilar ma'lum darajada tez-tez voqe bo'lib turadi, shu bilan birga, tabiiy ravishda, ko'pincha, bu qo'zg'ovchilarning ta'sirini boshqalarning talabiga va shuningdek, undan ham qudratli bo'lgan tashqi sharoitning talabiga muvofiq bosmoq, to'xtatib turmoq zaruriyati tug'iladi. Nerv hujayralari esa o'z faoliyatining bunday haddan tashqari zo'riqishiga bardosh berishi kerak».

Nerv sistemasidagi muvozanat, I.P. Pavlov ta'limotiga muvofiq, nerv sistemasining qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining kuch darajasini teng baravar holda tutib tura bilish qobiliyatida ko'rinadi. Qo'zg'alish va tormozlanish baravar darajada kuchli yoki kuhsiz bo'lganda, nerv sistemasida muvozanat bo'ladi. Shu jarayonlardan biri kuchliroq yoki kuch- sizroq bo'lsa, nerv sistemasida muvozanat bo'lmaydi.

Temperament deganda biz, odatda, kishining tabiiy tug'ma xususiyatlari bilan bog'liq bo'lgan individual xususiyatlarini tushunamiz.

I.P. Pavlov temperamentni quyidagicha ta'riflaydi: «Har bir ayrim kishining va shuningdek, har bir ayrim hayvonning ham eng umumiy xarakteristikasidir, har bir individning butun faoliyatlariga muayyan qiyofa beradigan nerv sistemasining asosiy xarakteristikasidir».

Temperament, psixologik jihatdan olganda, kishidagi hissiyotning qo'zg'alishlarida va kishidagi umumiy harakatchanlikda ko'rinadigan individual xususiyatdir.

Har qaysi kishidagi hissiyotning qo'zg'alish tezligi, kuchi va barqarorligi har xil bo'ladi. Bir xil odamlarning hissiyoti tez, kuchli qo'g'aladi va barqaror bo'ladi. Ba'zi kishilarda esa bunday qo'zg'alish sust, zaif bo'lib, uzoqqa bormaydi. Temperamentning bunday xususiyatlari kishidagi hissiyotning qo'zg'alishlari bilan birga, organizmning atrofiga muhit ta'siriga javoban ko'rsatadigan ixtiyorsiz reaksiyalarida, ayniqsa, vaqqol ko'rinadi. Bu xususiyatlar tashqi tomondan kishining mimikalarida, pantomimikalarida, har xil beixtiyor ish-harakat va imo-ishoralarida ko'rinib turadi.

Kishi hissiyotining bunday qo'zg'aluvchanlik xususiyatlari diqqatning kuchi va barqarorligida, iroda sifatlarida, aqliy jarayonlar, jumladan, nutq tezligida aks etadi. Mana shunday ixtiyorsiz faollikning qanday yuz berishiga qarab, bir xil odamlarni «tez», «betoqat», «serg'ayrat», «jo'shqin» deymiz. Ba'zilarini esa «sustkash», «lapashang» va hokazolar deb yuritamiz. Bu xildagi individual xususiyatlardan kishining temperamenti (mijozi) tarkib topadi.

Ayrim temperamentlarning alomatlari kishining bolalik chog'larida yaqqol namoyon bo'ladi.

Har bir kishining o'z temperamenti bo'ladi. Lekin har qaysi odamning temperamentlarida mana shunday individual tafovutlar bo'lishi bilan birga, bu temperamentlarning umumiy, o'xshash belgi va alomatlari ham bo'ladi. Hamma xilma-xil temperamentlarni mana shunday umumiy belgilariga qarab ajratish, ya'ni klassifikatsiya qilish mumkin.

Barcha temperamentlarni qadimdan to'rt tipga:

1) xolerik, 2) sangvinik, 3) melanxolik va 4) flegmatik temperamentga ajratiladi.

Xolerik temperament — hissiyotning tez va kuchli qo'zg'aluvchanligi, barqaror bo'lishi bilan farq qiladi. Xolerik temperamentli kishilarning hissiyotlari ularning imo-ishoralarida, mimikalarida, harakatlari va nutqlarida yaqqol ko'rinib turadi. Xoleriklar qizg'inlik va tajanglikka moyil bo'ladilar. Bunday temperamentli kishilar chaqqon, umuman harakatchan, serg'ayrat va har doim urinuvchan bo'ladilar.

Sangvinik temperament — hissiyotning tez, kuchli qo'zg'aluvchanligi, lekin beqaror bo'lishi bilan farq qiladi. Sangvinik temperamentli kishilarning kayfiyati tez-tez o'zgarib, bir kayfiyat o'ziga teskari bo'lgan ikkinchi bir kayfiyat bilan tez almashib turmog'i mumkin. Sangviniklardagi psixik jarayonlar, xoleriklardagi singari, tez o'tadi. Bu xil temperamentli kishilar ildam, chaqqon, serharakat va jo'shqin bo'ladilar. Sangvinik temperamentli kishilar tevarak-atrofdagi voqealardan tez ta'sirlanadilar va muvaffaqiyatsizliklar hamda ko'ngilsiz hodisalar uncha qattiq xafa qilmaydi. Ular ko'p ishga tez va g'ayrat bilan kirishadigan bo'ladilar, lekin ishdan tez soviydilar. Bir zayldagi ishlarni uzoq davomli sur'atda bajarishga moyil bo'lmaydilar.

Sangvinik temperamentli bolalar juda serharakat, ildam va chaqqon bo'ladilar. Ular har qanday ishga qatnashish uchun doim tayyor bo'ladilar.

Ko'pincha, bir qancha vazifalarni birdaniga bo'yinlariga oladilar. Lekin, har bir ishga ishtiyoq bilan tez kirishganliklari singari, boshlagan ishdan tez qaytishlari ham mumkin. Sangviniklar chin ko'ngildan va'dalar berishlari, lekin, ko'pincha, va'dani unutib, uni bajarmasliklari ham mumkin.

Bu xil temperamentli bolalar o'yinlarga tez va zavq bilan kirishadilar, lekin o'yin davomida, o'z rollarini tez-tez o'zgartirib turishga moyil bo'ladilar. Ular darrov xafa bo'lishlari va yig'lashlari mumkin, lekin ular xafalikni tez unutadigan bo'ladilar. Ulaming yig'isi kulgi bilan tez almashadi.

Melanxolik temperament — hissiyotning sekin, lekin kuchli qo'zg'aluvchanligi va barqaror bo'lishi bilan farq qiladi. Melanxoliklar barqaror, davomli bir kayfiyatga moyil bo'ladilar, lekin hissiyotlarining tashqi ifodasi juda zaif bo'ladi. Melanxolik temperamentli odamlar sust-kash bo'ladilar. Melanxolik temperamentli odam ishga birdan kirishmasligi mumkin, lekin bir kirishsa, boshlagan ishni oxiriga yetkazmay qo'ymaydi.

Bunday temperamentli bolalar mo'min-qobil, yuvosh bo'ladilar, ko'pincha, biron savol bilan murojaat qilsa, uyalib, tortinib javob beradilar. Ularni darrov xafa yoki xursand qilish yengil emas, lekin bir narsadan xafa bo'lsalar, bu xafalik uzoq davom etadi, barqaror bo'ladi. Ular bir ishga yoki o'yinga tez yopishib kirishmaydilar, lekin qandaydir ish yoki bir o'yin boshlasalar, bunda chidam va matonat ko'rsatadilar.

Flegmatik temperament — hissiyotning juda sekin, kuchsiz qo'zg'alishi va uzoq davom etmasligi bilan farq qiladi. Flegmatik

temperamentli kishilar hissiyotlarining tashqi ifodasi kuchsiz bo'ladi. Bu xil temperamentli odamlarni xursand qilish, xafa qilish yoki g'azablantirish ancha qiyin.

Flegmatiklarning psixik jarayonlari sust bo'ladi. Bu xil temperamentli odamlar nihoyat og'ir, yuvosh, bosiq, harakatlari salmoqli bo'ladi. Agar bir faoliyatga kirishsalar, uni qat'iyat bilan davom ettiradilar.

Flegmatik temperamentli bolalar yuvosh, mo'min qobil bo'ladi. Ular ko'pchilikka aralashmaydigan, tortinchoq va hech kimga tegmaydigan, bironi ranjitmaydigan bo'ladilar. Agar bironi ular bilan urish chiqarmoqchi bo'lsa, o'zlarini chetga olishga harakat qiladilar. Ular shovqin-suronli, harakatli o'yinlarga moyil bo'lmaydilar. Bu xil temperamentli bolalar

jizzaki bo'lmaydilar va odatda ular o'yin-kulgilarga moyil emaslar.

Flegmatik temperamentli kishilar (bolalar) tashabbus ko'rsatishga moyil bo'lmaydilar, lekin ular faoliyati yo'lga qo'yilsa, ancha qunt bilan ish ko'radilar, yaxshi o'qib ketishlari mumkin.

Har qaysi odam temperamentini batamom bir tip doirasigagina «sig'dirib» bo'lmaydi, albatta. Tip tushunchasining o'zi faqat bir-birlariga o'xshash bir guruh odamlarigagina o'z ichiga olishligini nazarda tutadi. Har qaysi odam temperamentida o'ziga xos individual xususiyatlari bo'ladi, bu xususiyatlarni batamom muayyan bir temperament tipiga kiritib bo'lmaydi. Bu xu-

susiyatlar ayni individual xususiyatlardir, ya'ni shu shaxsning o'zigagina xos xususiyatdir.

Xulosa: Hozirgi kunda temperamentlarni aniqlashning juda ko'p usullari mavjud. Yuqorida temperamentlarning turlarini va bu turga kiradigan insonlar qanaday xususiyatlarga ega ekanligi haqida bilib oldik. Temperamentlarni aniqlashda har xil metodikalardan foydalansak bo'ladi. Lekin "temperamentlarni tezkor diagnostika qilish" orqali esa, insonlarni qo'lini ushlagan holda, qo'lining tuzilishi orqali u shaxs qaysi temperament vakili ekanligini bilib olishimiz mumkin. Bulardan tashqari, insonning yuz tuzilishi, ko'zlarining joylashuvi, burun va lab o'rtasidagi masofaning joylashuviga qarab temperamentlarni aniqlashimiz mumkin. Munosabat orqali ham temperamentni aniqlab uni qanday inson ekanligini aytishimiz mumkin.

FOYDALANGAN ADABIYOTLAR;

- 1). UMUMIY PSIXOLOGIYA P.I.Ivanov,M.E.Zufarova Toshkent-2008
- 2)Umumiy psixologiya M.G.Davletshin,S.M.To'ychiyev Toshkent-2002
- 3)Umumiy psixologiya F.I.Xaydarov,N.I.Xalilova Toshkent- 2010