

SHAXS TEMPERAMENTINING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Norbayeva Risolat Xolmatovna
Qashqadaryo viloyati Nishon tumani
35-umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada shaxs temperamentining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari, uning inson faoliyati, muloqoti va jamoadagi munosabatlariga ta'siri yoritiladi. Shuningdek, temperament turlarining shaxs rivojlanishidagi ahamiyati tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: Temperament, shaxs, psixologiya, ijtimoiy munosabat, emotsiya, xulq-atvor, sangvinik, xolerik, flegmatik, melanxolik.

KIRISH

Temperament shaxsning individual psixologik xususiyatlaridan biri bo'lib, insonning hissiy reaksiyalari, harakat sur'ati va xulq-atvor dinamikasini ifodalaydi. Temperament insonning jamoadagi faoliyati, boshqa insonlar bilan munosabati va ijtimoiy moslashuviga katta ta'sir ko'rsatadi. Psixologiyada temperament asosan tug'ma biologik xususiyat sifatida qaraladi, biroq uning namoyon bo'lishida tarbiya va ijtimoiy muhit ham muhim rol o'ynaydi.

Har bir insonning temperament turi uning muloqot uslubida va faoliyatida aks etadi. Masalan, sangvinik tipdagi insonlar faol, quvnoq va kirishimli bo'lib, jamoaga tez moslashadi. Xolerik tipdagi shaxslar esa hissiyotga boy, tezkor va tashabbuskor bo'ladilar, biroq ayrim hollarda hissiy beqarorlik ham kuzatiladi. Flegmatik insonlar vazmin, sabrli va barqaror xarakterga ega bo'lib, tinch va izchil faoliyat yuritishga moyil bo'ladilar. Melanxolik tipdagi insonlar esa sezgir, ta'sirchan va chuqur hissiy kechinmalarga ega bo'ladilar.

Temperament shaxsning ijtimoiy munosabatlariga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ayrim insonlar jamoada tez faol bo'lib ketishsa, boshqalari muloqotga kirishishda ehtiyotkorlik namoyon qiladilar. Shu sababli temperamentni hisobga olish ta'lim va tarbiya jarayonida muhim ahamiyat kasb etadi.

Gippokrat temperament haqidagi dastlabki nazariyalarni yaratgan olimlardan biri hisoblanadi. Keyinchalik psixologiya fanida temperamentning biologik va psixologik asoslari keng tadqiq etilgan.

Temperament insonning kasbiy faoliyatida ham muhim rol o'ynaydi. Faollik, tezkor qaror qabul qilish yoki sabr-toqat talab qilinadigan kasblarda temperament xususiyatlari faoliyat samaradorligiga ta'sir qiladi. Shuningdek, temperamentni bilish

pedagoglar va psixologlarga individual yondashuvni to‘g‘ri tashkil etishga yordam beradi. Shaxs temperamentining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari insonning xulq-atvori, muloqoti va jamiyatdagi o‘rnini belgilovchi muhim omillardan biridir. Temperamentni o‘rganish shaxsning individual imkoniyatlarini to‘g‘ri baholash va rivojlantirishga xizmat qiladi. **KIRISH**

Inson psixologiyasi murakkab tizim bo‘lib, uning shakllanishi biologik, ijtimoiy va shaxsiy omillar bilan belgilanadi. Shaxsning ruhiy jarayonlari, hissiyotlari va xulq-atvori, xarakteri avvalo, temperament bilan chambarchas bog‘liqdir. Temperament insonning tug‘ma, nerv tizimining kuchi, muvozanati va harakatchanligiga asoslangan psixik xususiyati hisoblanadi. U shaxsning tashqi olamga munosabati, faoliyatga bo‘lgan yondashuvi hamda ijtimoiy hayotdagi o‘rnini belgilab beradi. Temperament lotincha “temperamentum” degan so‘zdan olingan bo‘lib, buning ma‘nosi “aralashma” degan manoni anglatadi.

Temperament to‘qrisidagi dastlabki ta’limotni yunon olimi Gippokrat (V asrda) yaratgan bo‘lib, uning tipologiyasi to hozirgi davrgacha qo‘llanilib kelinmoqda. Gippokrat ta’kidlashicha, inson tanasida to‘rt xil suyuqlik (sharbat) mavjud bo‘lib, ular o‘t yoki safro (yunoncha chole), qon (latincha sanguis yoki sanguinis), qora o‘t (yunoncha melas "qora", chole "o‘t"), balg‘am (yunoncha "pxlegma") kabilardan iboratdir.

- Qon (sanguis) - sanguinik temperament.
- Sariq o‘t (cholé) - xolerik temperament.
- Balg‘am (phlegma) - flegmatik temperament.
- Qora o‘t (melancholé) - melancholik temperament

Temperament 4 tipga ajratib o‘rganiladi: Quyida barcha temperament vakillarini izchil o‘rganib chiqamiz. Shuni aytish joizki, har bir inson qaysidur temperament egasi yoki unda faqat bir temperamentga mansub bo‘lmaydi. Shunchaki bu to‘rt turidan biri ustunligiga qarab ularni shu turga qarashli deyish mumkin.

Xolerik - tipdagi shaxs odatda tez hayajonlanadigan, serharakat, hissiy reaksiyalari kuchli va kayfiyati tez o‘zgaruvchan, jahldor juda harakatchan va tavakkalchi bo‘ladilar. Xolerik temperamentli insonlar energetik, jo‘shqin, faol va tezkor bo‘ladilar. Xolerikning mehnat salohiyati yuqori bo‘lsa-da, u ko‘pincha ishni jo‘shqinlik bilan boshlab, tez orada qiziqishi so‘nib, uni yarim yo‘lda qoldirib qo‘yishi mumkin. Uning faoliyati barqaror emas: ba’zan nihoyatda shiddat bilan ishlasa, ba’zan esa sekinlashib qoladi. Sabrlilik, vazminlik va bardoshlilik zarur bo‘lgan jarayonlarda xolerik odatda qiynaladi, chunki uning tabiiy holati tezkorlik va kuchli hissiylikka moyildir. Xolerikning jahlini chiqarish juda oson. Bu tip vakillari tez yonib, tez o‘chadilar. Xolerik ham kuchli tipga kiradi. Ularning yoqtirgan ranglari ham kuchli, ta’sirchan va jonli bo‘ladi. Xolerik temperamentli insonlar ko‘pchiliklari (qizil, to‘q

sariq, sariq va qora kabi to'q, murakkab) ranglarni yoqtiradilar. Ular juda intiluvchan har sohada o'zlarini sinab ko'rishga uddaburon bo'ladilar. Xoleriklarning yetakchiligi ham atrofidagilarga kuchli ta'sir qiladi va ruhlantirishga ham moyil bo'ladilar. Maqsad sari ham kuchli intiladilar, ular ishni tez boshlab, o'zlarini tez ko'rsatishga odatlangan bo'ladilar. Ammo ular tashqi olamdan kelayotgan yomon (negativ) so'z yoki tanbehlarga uzoq vaqt bardosh qilmaydilar. O'zlarini yerga urmaydilar va o'z "men" larini kuchli himoya qiladilar.

Sangvinik - quvnoq, chaqqon, tirishqoq va ta'sirchan odam. Sangvinik odatda yangi sharoit va odamlar bilan tez til topisha oladi, tashqi ta'sirlarga faol javob qaytaradi. U suhbatga kirishuvchan, so'zga chechan va muloqot jarayonida yuz ifodalari hamisha jonli bo'ladi. O'zi yoqtirgan faoliyatga ishtiyoq bilan sho'ng'iydi, biroq uzoq davom etadigan, muntazamlilik talab qiladigan ishlarni davom ettirishda qiyinchilikka duch kelishi mumkin. Sangvinikni kuldirish oson. Sangvinik kuchli tipga kiradi. Flegmatik tipdagi shaxs odatda sokin, mulohazali va o'z his-tuyg'ularini nazorat qila oluvchi insonlardir. U ko'p gapirmaydi, ishni shoshilmasdan, sekin o'ylab boshlaydi va boshlagan ishini oxirigacha yetkazishga harakat qiladi. Murakkab yoki konfliktli vaziyatlarda ham u o'ziniidora qila oladi, hissiyotlarga berilmaydi. Agar sangvinik tez alanganib, tez soviydigan bo'lsa, flegmatik asta-sekin jonlanib, uzoq muddat barqaror harakatdanamoyon bo'ladi. Lekin tezkor javob yoki chaqqonlik talab etiladigan vaziyatlarda u ba'zan sekinlik qilishi mumkin. Biroq matonat, qat'iyat va sabr-e'tibor talab etiladigan jarayonlarda aynan flegmatik ko'proq muvaffaqiyatga erishadi. Flegmatikni kuldirish ham, jahlini chiqarish ham qiyin. Flegmatik kuchli tipga kiradi.

Melanxolik - g'amgin, zaif, yig'loqi va jur'atsiz odam. Melanxolik odatda nozik qalbli, tez ranjiydigan va o'ziga ishonchi sustroq insonlardir. U murakkab vazifalarni bajarishga shoshilmaydi va ko'pincha qat'iy qaror qabul qilishda qiynaladi. Mayda to'siqlarning o'zi unga katta muammo bo'lib tuyulishi mumkin, shu sababli u ko'pincha kurashishdan voz kechadi. Bunga qarama-qarshi ravishda sangvinik va flegmatik qiyinchiliklarni nisbatan sokin va oson yengib o'tsa, xolerik esa ularni kuchli iroda va keskinlik bilan tezda bartaraf etishga intiladi. Melanxolikda ijobiy his-tuyg'udan salbiy his-tuyg'ular ustunlik qiladi. Melanxolik - temperamentning kuchsiz tipi hisoblanadi.

Galen ham Gippokrat nazariyasini rivojlantirib, temperamentni organizm va nerv tizimi bilan bog'lab o'rgangan. Galen 13 ta temperamentni ajratib ko'rsatdi. Keyinchalik esa uni qisqartirishgan. Gippokrat-Galenning temperamentlar nazariyasi hali ham san'at, fan va adabiyotga ta'sir qiladi. Insonning biror voqea yoki hodisaga hayajonlanishi, tez yoki sust harakat qilishi, hissiyotlarni qanday ifodalash darajasi va umumiy ruhiy faoliyatining dinamikasini temperamenti belgilaydi. Temperament

tug‘ma va o‘zgarmasdir. Har bir temperament vakillari- ning ijobiy va salbiy taraflari bor. Ijtimoiy muhit ishtirokchilari esa shaxsga turlicha ta’sir kuchini ko‘rsatadilar. Ammo har qaysi temperament turg‘un va barqarordir. Bu xususiyatlarning insonning mativlari, psixik holatlari, maqsad va faoliyatlarida namoyon bo‘ladi. Psixologiyada temperamentlarni tahlil qilayotganimizda temperament xususiyatlari jumlasiga ham e’tibor qaratamiz. Temperament xususiyati- yakka shxsnning psixik holati tizimini belgilovchi ruhiyatning o‘zgarmas, individual hususiyatidir. Ushbu xususiyatlar turli shakl va ma’noga ega bo‘lgan motiv (harakatga undovchi kuch)larda, psixik holatlarda, maqsadlarda, faoliyatlarda nisbatan o‘zgarmas temperamentni belgilovchi ko‘rsatkichni belgilab beradi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, insonning temperament tipi - uning tug‘ma tabiati, ichki ruhiy olami va hayotga bo‘lgan munosabatining o‘ziga xos ko‘zgusidir. Temperament shaxsning dunyoni qanday qabul qilishi, hissiyotlarga qay darajada berilishi, ijtimoiy muhitga qanchalik tez moslasha olishi va faoliyat jarayonida o‘zini qanday tutishini belgilaydi. Har bir temperament turi o‘zining takrorlanmas ruhiy holatiga ega: sangvinik - quvonch va hayotiylik timsoli, xolerik - kuch va tashabbus ramzi, flegmatik - barqarorlik va vazminlik mezoni, melanxolik esa - nozik qalb va chuqur his-tuyg‘ular ko‘rinishidir. Shu bois, temperamentni o‘zgartirish emas, balki uni tushunish, qabul qilish va to‘g‘ri yo‘naltirish muhimdir. Insonning tabiiy psixologik imkoniyatlarini yuzaga chiqarish, uning ijobiy tomonlarini kuchaytirish hamda salbiy xususiyatlarni astasekin boshqarishni o‘rgatish - tarbiya va pedagogik jarayonning asosiy vazifalaridan biridir. Temperamentni anglagan inson o‘zini anglaydi; o‘zini anglagan inson esa o‘z hayotini ongli ravishda boshqarishni o‘rganadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI :

1. G‘oziyev.E. - Umumiy psixologiya. Psixologiya mutaxassisligi uchun o‘quv qo‘llanma II -kitob Toshkent - 2002
2. Baratov. SH. R, Olimov.L.Y va bosh...- Psixologiya nazariyasi va tarixi. “O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati” nashriyoti. Toshkent-2019.
3. Kleynmen.P.-Psixologiya 101-”Hamroh books”, “ Qalam nashr”. Toshkent.2023
4. Xaydarov. F.I. Xalilova. N.I.- Umumiy psixologiya. Toshkent. 2010
5. Д. Д. Ориббоева, М. М. Адашалиева Вопросы внедрения и развития инклюзивного образования в странах центральной азии // «Ёш олимлар ахборотномаси» - «Вестник молодых ученых». 2025. №. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/voprosy-vnedreniya-i-razvitiya-inklyuzivnogoobrazovaniya-v-stranah-tsentralnoy-azii> (дата обращения: 13.10.2025).
6. Ziyonet