

SHAXSLARDA TEMPERAMENTNI ANIQLASH HAMDA XARAKTER XUSUSIYATLARINI RIVOJLANTIRISH

Aliqulova Nargiza Mustafayevna

*Jizzax viloyati Zarbdor tumani MMTB ga
qarashli 3 - maktab amaliyotchi psixologi*

Joniqulova Munavvara Shuxrat qizi

*Jizzax viloyati Zarbdor tumani MMTB
ga qarashli 3-maktab amaliyotchi psixologi*

Annotatsiya: *Temperament turli madaniyatlar va ijtimoiy sharoitlarda qanday o'zgarishini o'rganish uchun kross-kulturaviy tadqiqotlar o'tkazish mumkin. Bu metod temperamentning madaniy ta'sirlarni qanday qabul qilishini aniqlashga yordam beradi.*

Kalit so'zlar: *temperament, xarakter, shaxsiy fazilatlar, tarbiya*

KIRISH

Hayotning turli sohalaridagi dinamik o'zgaruvchan sharoitlar inson uchun uning faoliyatiga, shu jumladan quyidagi jihatlarga ta'sir qiladi, shaxsiy holatiga, ish faoliyatiga, bajarilgan ishning samaradorlik sifatiga, atrof-dagi odamlar bilan boladigan munosabatlarga. Bugungi shidat bilan rivojlanayotgan jamiyatda stress omillari, turli hildagi konfliktlar mojarolar bilan to'lib toshgan, shaxsning ichki noqulayligi xolatlarini va salbiy hissiyotini keltirib chiqaradigan talablar xavotirlar. SHaxs qiyin hayotiy vaziyatlarga tushib, mavjud bilim va shaxsiy tajribasidan foydalanib, u moslashishga harakat qiladi atrof-muhitga va ruhiy holatini yaxshilashga intiladi. F.Berezin moslashuvni ikkita muhim jihatni ajratib ko'rsatd: inson va atrof-muhit o'rtasidagi eng maqbul munosabatlarni o'rnatish va aqliy va fiziologik xolatlarda etarli muvofiqlikni yaratish xususiyatlari. Ko'pgina adaptatsiya reaksiyalarning rivojlanishida ikkitasini xam kuzatish mumkin bolib bunda: "shoshilinch" nomukammal moslashuvning dastlabki bosqichi va undan keyingi bosqich mukammal" uzoq muddatli " moslashish bosqichidir. Shoshilinch moslashish reaksiya stimuli boshlangandan so'ng darhol paydo bo'ladi va amalga oshiriladi faqat oldindan tuzilgan tayyor fiziologik asosdagi mexanizmlar. Moslashuvning ushbu bosqichida tananing faoliyati davom etadi uning fiziologik imkoniyatlari chegarasida deyarli to'liq funktsional zaxirani safarbar qilish, shuning uchun moslashuvchan effekt to'liq amalga oshirilmaydi va doimiy bo'lmasligi mumkin. Uzoq muddatli moslashuv asta-sekin uzoq muddatli moslashuv natijasida yuzaga keladi yoki atrof-muhit tasiri natijasida:—shoshilinch —moslashuvning takroriy takrorlanishiga asoslanadi ba'zi o'zgarishlarning asta-sekin miqdoriy to'planishi, organizmda moslashtirilmagan

moslashganga aylanadi. Shunday qilib, jarayon moslashuvlar, ya'ni "shoshilinch "bosqichdan" uzoq muddatli " bosqichga o'tish yangi sharoitlarda tananing (shaxsning) doimiy hayotiy vaziyatlarga, o'zgaruvchan sharoitlarda uning yashash doirasini va o'zini tutish erkinligini kengaytiradi.

Shaxs temperamentini o'rganish metodlari turli yo'nalishlarda amalga oshiriladi, ulardan ba'zilari ilmiy, ba'zilari esa amaliy. Quyida ba'zi asosiy metodlarni keltiraman:

1. So'rovnomalar va testlar

Temperamentni o'rganishda eng keng tarqalgan metodlardan biri turli psixologik testlar va so'rovnomalardir. Misol uchun:

Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI) — bu test shaxsning psixologik holatini, temperamentini va boshqa psixologik xususiyatlarini aniqlash uchun ishlatiladi.

Eysenck Personality Questionnaire (EPQ) — bu test shaxsning temperamentini, xususan, ekstravertlik, introvertlik va neyrotizm darajasini baholashga yordam beradi.

2. Observatsiya (Kuzatish)

Temperamentni o'rganishda psixologlar ko'pincha shaxsni turli vaziyatlarda kuzatadilar. Bu metod yordamida odamning javob reaksiyalari, xatti-harakatlari va muhitga nisbatan reaksiyalar aniqlanadi. Masalan, odamning stressga qanday munosabatda bo'lishi yoki

ijtimoiy vaziyatlarda qanday harakat qilishini kuzatish.

3. Intervyular

Temperamentni o'rganish uchun intervyular o'tkazish ham foydalidir. Psixolog yoki tadqiqotchi odamni so'rab, uning o'ziga xos xulq-atvorini, his-tuyg'ularini va fikrlarini o'rganadi. Intervyular yordamida shaxsning temperamenti haqidagi ma'lumotlarni yanada chuqurroq va individual ravishda olish mumkin.

4. Lichko temperamentini baholash metodlari

Lichko tomonidan ishlab chiqilgan testlar temperamentni baholashda qo'llaniladi. Bu metodda odamning shaxsiy xususiyatlari va temperamenti turli toifalarga ajratilib, o'ziga xos belgilarga asoslangan baholashlar amalga oshiriladi. 5. Psixofiziologik usullar

Temperamentni o'rganish uchun ba'zida fiziologik usullar ham qo'llaniladi. Masalan, miya faoliyatini o'lchash, yurak urishini, qon bosimini va boshqa fiziologik o'zgarishlarni kuzatish orqali temperamentning neyrobiologik asoslarini aniqlashga harakat qilinadi.

6. Eksperimental metodlar

Temperamentni o'rganish uchun tajribalar o'tkazilishi mumkin. Bunda odamlar ma'lum sharoitlarda yoki muayyan stress faktorlari ostida sinovdan o'tkazilib, ulardan qanday javoblar olinishi kuzatiladi.

7. Kross-kulturaviy tadqiqotlar

Bu metodlarning barchasi birgalikda yoki alohida ishlatilishi mumkin, va ularning har biri shaxs temperamentini turli jihatdan o'rganish imkonini beradi. Temperament – odamning individual xatti-harakatlarini ifodalab turuvchi tug'ma va turg'un psixofiziologik xususiyatlar yig'indisi. Temperament tug'ma va o'zgarmasdir. Inson qaysi temperament egasi bo'lsa, umrbod o'sha temperamentda qoladi. Temperament tafakkur darajasi yoki insoniylik fazilatlariga qarab ham bo'linmaydi. Shu bois ham barcha temperament vakillari ichida iqtidorli va iqtidorsiz, ilmi va ilmsiz, vijdonli va vijdonsiz kishilarni uchratish mumkin.

Bolalarning xarakterini tarbiyalashda katta mas'uliyatli vazifa ota-onalar, o'qituvchilar, maktabgacha ta'lim muassasalar tarbiyachilari, kasb-xunar maktablari xodimlari zimmasiga tushadi. Xarakterni tarbiyalash shundan iboratki, tarbiyachi maktab o'quvchisiga namuna bo'lishi mumkin bo'lgan kishilarni bolaga, o'quvchiga ataylab ibrat qilib ko'rsatadi; shu kishining qilayotgan ishlari, xatti-harakatlariga tarbiyalanuvchi e'tiborini jalb etadi va bu ish xatti-harakatlarning qaysi biri yaxshi, ijobiy, qaysi biri salbiy, yomon ekanligini aytadi. Pedagog bolalarda xarakterni tarbiyalayotganida ularda tarbiyalanadigan temperamentni bilishi, har bir temperamentning ijobiy va salbiy tomonlarini bilishi zarur. Agar temperament va uning tug'ma hususiyatlari o'z xolicha qolaversa, odamda yomon xarakter xislatlari tarkib topishi mumkin. Masalan, xolerik temperament odamni cho'rtkesar, qo'pol, o'zini tuta olmaydigan qilishi mumkin. Sangvinik temperament sabotsizlikka, diqqatni bir joyga qo'ya bilmaslikka sababchi bo'lmog'i mumkin bo'lganidek, flegmatik temperament sustkashlikka, loqaydlikka olib borishi mumkin.

Melanxolik temperamentli kishida o'z kechinmalariga ortiqcha berilishlik, pismiqlik paydo bilishi mumkin. Xarakterni tarbiyalash, jumladan, temperamentning ijobiy tomonlarini o'stirishdan, uning salbiy tomonlarini va bu salbiy tomonlarni xarakterning ijobiy xislatlari bilan «almashtirishdan» iboratdir. Masalan, xolerik temperamentli bolalarni tarbiyalashda ularni o'ylab ish qilish, o'zini tuta bilish, atrofdagi odamlar bilan yaxshi muomalada bo'lishga odatlantirish va ularda shu sifatlarni o'stirishga alohida e'tibor berish lozim. Sangvinik temperamentli bolalarni sabotli bo'lishga, diqqatini bir joyga qo'ya bilishga, ishga qunt qo'ya olishga, boshlagan ishni oxiriga yetkazishga odatlantirmoq kerak. Melanxolik temperamentli bolalarni odamga ko'proq aralashishga, jamoachilikka, ildam harakat qilishga odatlantirmoq, ularda shu sifatlarni tarbiyalamoq kerak. Flegmatik temperamentli bolalarni tashabbuskorlikka, faollikka, kishilarga el bo'lishga, quvnoqlikka odatlantirmoq lozim.

Xarakterning salbiy tomonlarini yo'qotmoq uchun, ijobiy tomonlarini tarbiyalab yetkazmoq uchun tarbiyalanuvchini o'z temperamentini o'zi idora qila bilishga o'rgatish lozim, uni shunday tarbiyalash kerakki, u temperamentini o'zi idora qilish

zaruriyatini o'zi anglasin va haqiqatan uni idora qila olsin, temperamentiga bo'ysunmaydigan bo'lsin. Xarakter tarbiyasini faqat temperamentning salbiy tomonlarini ayrim ijobiy sifatlari bilan almashtirishdan iborat deb tushunish yaramaydi. Xarakterni tarbiyalashda pedagog, avvalo muayyan idealni yoki davrimizning olijanob kishilari obrazini asos qilib olmog'i lozim.

Bu ma'naviy boyligni, ahloqiy soflikni va jismoniy kamolotni o'zida garmonik holda mujassamlashtirgan yangi odamlardir. Bunday yangi odam xarakterining xislati ijtimoiy va shaxsiy hayotda halollik va rostgo'ylik, ahloqiy poklik, oddiylik va kamtarlikdir. Bizga yuksak ma'naviy fazilatiga ega bo'lgan, halol vijdonli kishilar, tetik va xushchaqchaq kishilar, qiyinchiliklardan qo'rqmaydigan, mustaqil jamiyat qurish yo'lida har qanday qiyinchiliklarga bardosh bera oladigan, ularni bartaraf qilishga tayyor turgan kishilar kerak. Bola xarakterining tarkib topishida jamoaning tarbiyaviy roli nihoyat kattadir. Inson yakka, bir-biridan ajralgan tanho hayot kechirmaydi, muayyan bir jamoada, chunonchi, muayyan oilada, maktabda, sexda, kolxozda hayot kechiradi. Jamoa shaxs bilan jamiyat o'rtasidagi bog'lovchi zvenodir. Odamning faoliyati o'yin, o'qish va mehnati xuddi mana shu jamoada voqye bo'ladi. Jamoa shaxsning eng yaqin konkret muhiti bo'libgina qolmay, balki shaxsni tarbiyalaydi ham. Bolada maktabgacha tarbiya yoshida tarkib topa boshlagan xislatlar maktab jamoasida o'sadi va yanada yaxshiroq mustahkamlanadi. To'g'ri uyushtirilgan maktab jamoasi sharoitida o'quvchilarda uyushqoqlik, intizom, saranjom-sarishtalik, o'z-o'zini tuta bilish, o'zini idora qilish, o'ziga nisbatan talabchan bo'lish kabi xarakter xislatlari tarbiyalanib yetishadi. Xarakter maktab ta'lim-tarbiyaviy ishlari va o'qituvchining har tomonlama ta'sirida, o'qituvchi boshchilik qilgan o'quvchilar jamoasi, kamolot yoshlar tashkilotlari ta'sirida, ijtimoiy foydali mehnatda tarkib topadi. Ota-onalar, o'qituvchi va tarbiyachilar boshqa tarbiyaviy ishlar bilan bir qatorda bolalarga o'z kamchiliklarini bilib olish va bu kamchiliklarni yo'qotish uchun harakat qilish hamda o'zlarida ijobiy iroda va ahloqiy sifatlarni paydo qilish ustida mashq qilish zarurligini o'qtirishlari lozim. Kishi shaxsiga xos bo'lgan yaxshi fazilatlarini o'zida paydo qilishga intilish yuqori sinf bolalarida yana ham kuchliroq bo'ladi. Bunday intilish o'z-o'zini anglashning yana ham o'sib borishi, ulardagi dunyoqarashning tarkib topishi va bu yoshdagi bola shaxsida g'oyaviy yo'nalishning shakllanishi munosabati bilan ayniqsa yaqqol ko'rinadi. Yuksak irodaviy va ahloqiy sifatlari bilan hammaga manzur bo'lgan kishilar namunasi o'z-o'zida xarakter tarbiyalashning (umuman o'z-o'zini tarbiyalashning) juda muhim vositasidir.

Vatanimiz gullab-yashnashida faol ishtirok etish jarayonida tarkib topadi. Hozirgi kunda laganbardorlik, hushomadgo'ylik, takobburlik, egaizm, tamoyilsizlik kabi salbiy illatlar o'rnini o'zaro muruvvat, hamkorlik, kishilarning hurmat qilish, ularga qo'llaridan kelguncha yordamlashish, mehr-sahovat, adolat, savobli ishlar qilish, xalol va haromni, vijdonni his qilish yaxshilik kabi ijobiy sifatlarni shakllanib

bormokda. Bizda yangicha xarakter xislatlari tarkib topmoqda. Bu kishilarning mehnatiga yangicha munosabat, jamiyat manfaatlariga sodiqlik, mehr-muruvvatli bo'lish, yordamga muhtoj kishilarga iltifotli bo'lish kabi yuksak fazilatlar shakllanmoqda. Kishilarimizning xarakter xislatlari ularni dunyoqarashi va e'tiqodlari bilan belgilanadi va ularning qiziqish, qobiliyatlari bilan mahkam bog'langandir. Dunyoqarash va e'tiqodlar Vatanimizga fidokorona muhabbat, jasorat, mehnatsevarlik, mardlik, sabot va rostgo'ylik singari xarakter xislatlarini shakllantiradi va nohakliklarga nisbatan sezgirlik singari xarakter xislatlarining vujudga kelishi, ko'proq kishining hissiyotlarida zohir bo'ladi. Kishi xarakterida markaziy o'rinni ishg'ol etadigan sifatlar mazkur odamning iroda sifatleri va ma'naviy qiyofasida ifodalanadigan sifatlardir. Kishining xarakteri uning o'ziga xos xislatlarining majmuidir. Ana shu xislatlar orasida shu kishini jamiyat a'zosi sifatida xarakterlab beruvchi xususiyatlar eng muhim ahamiyatga egadir. Shunday odamlar ham bo'ladiki, ularning hatti-harakatida hissiyot ko'proq o'rin oladi; bunday odamlar o'z hatti-xarakatlarida ko'pincha tasodifan tug'iladigan his-tuyg'ulari ta'siri ostida ish ko'radilar. Bunday odamlarning hissiyoti kuchli bo'lib, tasodifiy kayfiyat va tuyg'u-hissiyotga tez beriluvchan bo'ladilar, shu sababli ularning xarakteri hissiy xarakter deb ta'riflanadi. Ba'zi odamlarda esa irodaviy faollik undagi tuyg'u-hissiyotlar bilan birlikda «monand ravishda» namoyon bo'ladi, Masalan, mehnatsevarlik mana shunday xarakter xislatiga ega bo'lishdir. Mehnat faoliyati kishidan chidam va irodaviy zo'r berishni talab qiladi, buni esa unda mehnatga bo'lgan muhabbat hissi yengillashtiradi, mehnatni serunum qiladi.

Iroda bilan tuyg'u-hissiyotlarning mana shunday nisbati bequsur, uyg'un xarakter alomatidir. Odamlarning o'zaro, kundalik munosabatlarida ham, ish sharoitida ham kishi xarakteri to'g'risida gapirilganda, odatda, uning xarakter kuchi va mustahkamligi qay daraja namoyon bo'lishiga qarab hukm chiqariladi.

XULOSA

Kishi xarakteridagi bunday xislat avvalo uning o'z mehnat faoliyatlari va hattiharakatlarida ko'zlaydigan maqsadning aniqlik darajasidan iborat bo'ladi. Kishidagi irodaviy faollik intilishdan boshlanishi, intilishlar esa qanchalik anglab olinganligiga qarab bir-biridan farq qilishi sababli, odamlar xarakteri ham, ularda qanday intilish ustun bo'lishiga qarab, bir-birlaridan farq qiladilar. Ba'zi odamlarning qiladigan harakatlarida hali yaxshi anglab olinmagan intilish, ya'ni moyillik ustunlikni egallaydi. Bunday kishilarning intilishi, ko'pincha, noaniq, bemazmun bo'ladi. Bunday kishilar hamma vaqt nimanidir qidiradilar, nimanidir qumsaydilar, doimo ularga nimadir yetishmaydi, nimadir istaydilar, ammo uning nima ekanligini o'zlari ham bilmaydilar. Bunday odamlarni hech narsa qanoatlantirmaydi. Ularda hamma vaqt zerikish, homushlik, «nolish», «tajribasizlik»ni ko'ramiz. Bunday odamlarda, ko'pincha, ko'ngli notinchlik, bezovtalik va hovliqish bo'ladi. Bunday odamlarning

hatti-harakatlarida rejasizlik, tanglik ko'p bo'ladi. Ba'zi odamlar nimaga intilayotganliklarini anglaydilar, lekin uni amalga oshirish uchun faoliyat ko'rsatmaydilar. Ular hamisha nimanidir qumsaydilar, noliydilar, o'zlarini va atrofdagi kishilarni tanqid qiladilar. Bunday odamlar orzu-xayollar (ko'pincha, «yaxshi» niyatlar) ga beriladilar, goho-goho g'ayratlari jo'sh uradi, ammo aslida ular faoliyatsiz, sustkash bo'ladilar. Bunday xislatlar, asosan, tarixiy o'tmish kishilari xarakteri alomatlarini bo'lib, zamonamiz kishilari xarakteridan uzoqlashib bormoqda. Kishi xarakterining muhim ijobiy xislati maqsadga intilishdir, kishida muayyan hohish tariqasidagi batamom anglab olingan intilishning ustun turishidir. Bunday kishilar istaklari nima ekanligini, maqsadlari nimadalgini va unga erishish uchun nimalar qilmoqligi va qanday qilmoq lozimligini hamisha biladilar. Bunday kishilar aniq maqsadga ega bo'lib, shu maqsadga muvofiq harakat qiladilar. Iroda bilan bog'liq bo'lgan xarakter xislati ayni vaqtda aql-farosat bilan bog'liq iroda xislati hamdir.

FOYDALANILADIGAN ADABIYOTLAR

1. Nishanova Z.T. Psixoiogik maslahat: o'q u v qo'llanma. O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi. - Toshkent: «O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati» nashriyoti, 2010 y. – N 4 to'rt 2 To'rt temperament :sanguine,flegmatik,xolerik va melanxolik shaxs turlari. 2017. N 1 to'rt.231b.
2. Temprament 2017y. N 1 to'rt 11b.
3. Абрамова, Г.С. Практическая психология: учебное пособие / - Москва :
4. Прометей, 2018. - 538 с.
5. S.K.Mangal: “General Psychology” 2013y. 19b.