

Temperament va uning nazariyalari

Mazkur taqdimotda insonning temperament xususiyatlari va uni tushunishga yordam beradigan nazariyalar haqida batafsil ma'lumot beriladi.

Xomidova Mohichexra





Temperament nima?

Temperament - bu insonning tug'ma va genetik jihatdan belgilangan xususiyatlari. U shaxsning ruhiy holatiga, xatti-harakatlariga, his-tuyg'ulariga va atrofdagi dunyoga munosabatiga ta'sir qiladi.

Temperament turlarining asosiy xususiyatlari

Cholga

Tez va qizg'in his-tuyg'ular,
faollik, impulsivlik,
ta'sirchanlik.

Flegmatik

Tinchlik, xotirjamlik,
o'lchovlilik, sekinlik,
muvozanat.

Melankoliy

Xafagarchilik, qayg'u, chuqur
tuyg'ular, introversiya, o'ziga
xoslik.

Sanguinik

Quvnoqlik, optimizm,
ijtimoiylik, tez o'zgaruvchanlik,
faollik.

Gippokrat temperament nazariyasi

1

Tanadagi
suyuqliklarning ta'siri

Gippokrat inson
temperamentini to'rtta asosiy
suyuqlikning nisbati bilan
bog'lagan: qon, balg'am, sariq
safro va qora safro.

2

To'rtta asosiy
temperament turi

Sanguinik, flegmatik,
melankoliy va cholga.



Eyzenk temperament nazariyasi

Ekstraversiya va introversiya

Eyzenk temperamentni ikkita asosiy o'lchov bo'yicha tasniflagan: ekstraversiya (ijtimoiylik) va introversiya (o'ziga xoslik).

Neyrotizm va emotsional barqarorlik

Neyrotizm - bu hissiy beqarorlik, tashvish, qo'rquv, emotsional barqarorlik esa tinchlik va xotirjamlikni bildiradi.

Kalla-Gilford temperament nazariyasi



Kognitiv uslublar

Kalla va Gilford temperamentni kognitiv uslublar bilan bog'lagan, masalan, muammolarni hal qilish, ma'lumotlarni qayta ishlash, qaror qabul qilish.



Ijtimoiy xatti-harakatlar

Ular shuningdek, ijtimoiy xatti-harakatlar, masalan, boshqalar bilan aloqa qilish, hamkorlik, rahbarlik qilish kabi xususiyatlarni o'rganganlar.





Temperament tiplari va ularning xarakteristikasi

Cholga

Tezkor, faol, ta'sirchan, ijtimoiy, ba'zan impulsiv va sabrsiz.

Flegmatik

Xotirjam, muvozanatli, o'lchovli, sabrli, tinch, ba'zan sekin va passivm.

Melankoliy

Chuqur tuyg'ular, o'ziga xoslik, ba'zan xafagarchilikka moyil, ijodiy, hissiy.

Sanguinik

Quvnoq, optimist, ijtimoiy, faol, tez o'zgaruvchan, ba'zan beparvo va bezovta.



Temperament sinovlari va diagnostikasi

1

Psixologik testlar, masalan, MMPI, 16PF, temperamentni aniqlashda yordam beradi.

2

Psixolog mutaxassisining baholashi va intervyusi temperamentni tushunishda muhim rol o'ynaydi.

3

Terapevtik yondashuvlar orqali shaxsning temperament xususiyatlarini o'zgartirish va boshqarish mumkin.

Temperament va individning rivojlanishi

1

Temperament tug'ma bo'lsa-da, u hayot davomida atrof-muhitning ta'siri ostida o'zgaradi.

2

Bolaligida temperament xususiyatlari ko'proq seziladi, lekin katta yoshda o'zgarishi mumkin.

3

Temperamentni tushunish shaxsning rivojlanishini, o'ziga xosliklarini va salomatligini yaxshilashga yordam beradi.





Xulosa va tavsiyalar

Temperamentni tushunish insonning xatti-harakatlarini va shaxsiy rivojlanishini tushunishda muhim rol o'ynaydi. O'z temperament xususiyatlaringizni bilib olish hayotingizni yaxshilashga yordam beradi.