



TANQIDIY NAZAR, TAHLILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'UYALAR



TEMPERAMENT TIPIGA MOS JUFT TANLASH-OILAVIY MUNOSABATLAR MUSTAHKAMLIGI OMILI SIFATIDA

Komilova Ruhshona Asrorjon qizi

O'zbekiston davlat jahon tillar universiteti talabasi

Komilov Abdulaziz Abrorjon o'g'li

Toshkent davlat transport universiteti talabasi

Ashurov Asrorjon Komilovich

Buxoro davlat texnika universiteti dotsenti

Oila jamiyatning eng muhim bo'g'ini hisoblanib, undagi ahillik va barqarorlik er-xotin orasidagi psixologik mutanosiblikka bog'liqdir. Insonlarning temperament tiplari ularning ruxiy holati va o'zaro munosabat tarzini belgilaydi. Shuning uchun temperamentga mos juft tanlash oilaviy munosabatlarning mustahkamligi va uyg'unligini ta'minlovchi muhim psixologik omil hisoblanadi. Temperament turlarining o'ziga xos xususiyatlarini anglash va ularning o'zaro mosligini hisobga olish oilada o'zaro tushunish, sabr-toqat va mehr-oqibatni shakllantirishga xizmat qiladi.

Temperament—odamning turg'un va tug'ma individual xususiyatlari majmuasidir. Temperament psixofiziologik hodisa hisoblanadi. Chunki u insonning ruhiy (psixik) va jismoniy (fiziologik) holatlari o'rtasidagi bog'liqlikni ifodalaydi. Temperament tug'ma va o'zgarmasdir, shuning uchun inson qaysi temperament egasi bo'lsa, umrining oxirigacha o'sha temperamentda qoladi. [1] Temperament aqliy salohiyat yoki insoniylik fazilatlariga qarab ham bo'linmaydi. Shu bois ham barcha tip vakillari ichida turlicha iqtidor va xislatlarga ega insonlarni korishimiz mumkin. Ya'ni bir xil temperamentga ega insonlarning 1 qobilyatli va qobilyatsizi, ishchan va dangasasi, kirishuvchan yoki odamovi kabi vakillari bo'lishi mumkin. Rus fiziologi, I.P.Pavlovning fikriga ko'ra, temperament-bu inson nerv tizimining tug'ma xususiyatlariga asoslangan, ruhiy dunyosi, emotsional tezkorlik darajasi va faoliyat jarayonidagi turg'unligini belgilovchi muhim omil hisoblanadi. Pavlov temperamentlarni tadqiq qilishda oliy nerv tizimi faoliyatining qo'zg'aluvchanlik va tormozlanishiga ko'ra tadqiqot olib bordi. I.Pavlov nazariyasi o'rganilgandan so'ng asab tizimining 4 turi bor ekanligi aniqlandi va uning tadqiqot natijasi Geppokrat nazariyasi bilan juda ham o'xshash edi. Nerv tizimi quvvati va o'zirligiga ko'ra ikki turga ajratadi. I.Pavlovning tadqiqotlariga ko'ra, nerv tizimining tulari temperament xarakteri bo'yicha ham Geppokrat nazariyasiga mos.

1. Kuchli va muvozanatsiz tur—hayajon ustunlik qiladi—xolerik.
2. Mobil tur-baquvvatligi va kuchi bilan ajralib turadi-sangvinik
3. Inert turi-kuchi va osoyishtaligi bilan ajralib turadi-flegmatik.
4. Zaif Turi-Melanxolik [2].

Temperament turlariga tasnif



TANQIDIY NAZAR, TAHLILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G‘OYALAR



Xolerik. jizzaki, qiziqqon, chaqqon, beqaror, hissiy reaksiyaga boy odam. U juda harakatchan. Juda katta ish qobiliyatiga ega xolerik biror ishni qiziqib tez boshlaydi-yu, oxiriga etkazmay tez orada tashlab qo‘yadi. Xolerik hech qachon bir maromda ishlay olmaydi, goh g‘ayrat bilan, goh imillab ishlaydi. Ehtiyotkorlik, matonat va chidam talab qilinadigan vaziyatlarda xolerik qiyin ahvolga tushib qoladi. Xolerikning jahlini chiqarish juda oson. Xolerik ham kuchli tipga kiradi. Bu tipga kiruvchi temperament egalari o‘zlarining harakatchan, serjahl va chaqqonliklari bilan ajralib turishadi. Ayniqsa, ular tortishuvlarda juda topqir, kutishni yomon ko‘radi va har bir ishga xovliqmalik bilan yondashishadi. Bundan tashqari, bu tip vakillari muammoli va tortishuvli jarayonlarda osonlikcha arazlashmaydi, balki sherigini xafa qilib qoyishi mumkin. Eng asosiysi, ularning o‘zlariga bo‘lgan ishonchi nihoyatda baland va doim nima istayotganliklarini bilishadi. Ko‘p qichqirish, bahslashish, qo‘rqmasdan yangi narsalarga intilish yosh bolalarda xolerik temperament borligini ko‘rsatadi [3].

Sangvinik tipiga kiruvchi insonlar juda xushchaqchaq, gapga chechan va hissiyotga beriluvchi bo‘ladi. Ular sezilarli darajada psixik aktivlikka ega, atrofida ro‘y berayotgan voqealarga o‘z munosabatini bildiruvchi, qiziqish va taassurotlarini hadeb o‘zgartirishga va boyitishga harakat qiluvchi tip vakillaridir. Qolaversa, sangviniklar hayoti davomida yuzaga keluvchi turli qiyinchilik, muvaffaqiyatsizlik va kamchiliklarni qolgan tip egalariga nisbatan oson yengib o‘tadi.

Flegmatik—vazmin, bosiq, kamharakat va hissiyotini jilovlab tura oladigan odam. Flegmatik odatda kamgap bo‘lib, har qanday ishni shoshmasdan boshlaydi, biroq oxiriga etkazib qo‘yadi, murakkab yoki janjalli vaziyatlarda ortiqcha hissiyotga berilmaydi. Agar sangvinik tez yonib, tez so‘nadigan alangaga o‘xshasa, flegmatik sekin olov olib, uzoq yonadigan alangadir. Tez javob berish zarur bo‘lgan vaziyatlarda flegmatik ko‘p incha vaqtni boy berib qo‘yadi. Bunda sangvinik ustun keladi. Qat‘iylik, iroda va sabr-toqat talab qilinadigan ishlarda esa flegmatik ustun. Flegmatikni kuldirish ham, jahlini chiqarish ham qiyin. Flegmatik kuchli tipga kiradi. Bu tip vakillari sokin, o‘ylab ish ko‘ruvchi, harakatlari sekin, ammo juda ishonchli va barqaror insondir. Ularning asab tizimi kuchli rivojlangan, lekin sust qo‘zg‘aluvchidir. Shuning uchun flegmatiklar tip vakillari odatda tinch, osoyishta, hissiyotlarini deyarli ko‘rsatmaydigan, ammo ich-ichidan chuqur his qiladigan odamlardir. Ular qanaqa vaziyat bo‘lishiga qaramay vaziyatda o‘zini yo‘qotmaydi, shoshilmay, puxta o‘ylab qaror qabul qiladi. Flegmatik tipdagi odamlar intizomni yoqtiradi. Ular bir ishni boshlasalar, uni ehtiyotkorlik bilan, lekin sifatli tarzda yakunlaydilar. Shoshilinch qarorlar, kutilmagan o‘zgarishlar yoki shovqinli muhit ularni charchatadi. Shu sababli flegmatiklar odatda barqaror, tinch muhitda ishlashni ma‘qul ko‘radi va bu ularning samaradorligini oshiradi. Bu tip vakillari muloqotda yetakchilik ko‘rsatmaydi, ammo juda sadoqatli va ishonchli do‘stlardir.

Melanxolik—bu chuqur his-tuyg‘ularga ega, mulohazali va sokin insondir. Ular odatda juda sezgir, boshqalarning kayfiyatini tez his qiladigan, mayda detallarni e‘tibordan chetda qoldirmaydigan shaxslardir. Bu tip vakillari g‘amgin, zaif, yig‘loqi va jur‘atsiz odam. U





TANQIDIY NAZAR, TAHLILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'UYALAR



salga xafa bo'ladi, jiddiyroq 100 % xolerik yoki 100 % flegmatik xususiyatlari bilan kelishi kam uchraydi. Masalan, kimdir 70 % xolerik bo'lsa, unda 30 % melanxolik tip alomatlarini yoki 75 % flegmatik tipiga 25 % sangvinik tipini eslatuvchi xususiyatlar qo'shib kelishi mumkin. Biroq bitta odamda ikkita temperament tipi 50/50 bo'lib kelmaydi. Melanxoliklar ko'proq ichki dunyosiga sho'ng'ib yashaydi, shuning uchun ularning fikrlari chuqur, hislari esa samimiy bo'ladi. Bunday odamlar odatda tinchlikni, barqarorlikni va yolg'izlikni yoqtiradilar. Ular og'ir-bosiq, ammo ichki dunyosi juda boy. Melanxolik insonlar ba'zan o'ziga bo'lgan ishonchsizlik yoki ortiqcha xavotirlar sababli o'z imkoniyatlarini to'laligicha namoyon qila olmasligi mumkin, ammo ularda kuchli empatiya va fidoyilik mavjud. To'g'ri muhit va to'g'ri odamlar orasida ularning qirralari ochiladi va ular timsolida fidoyi va sadoqatli insonlarni ko'rishimiz mumkin.

Gipokratning klassik to'rt temperamentini:

Gipokrat inson temperamentini to'rt xilga bo'lgan:

1. Sangvinik: Faol, quvnoq, hissiy barqaror. Tez motivatsiya oladi, ammo qiziqishi tez so'nadi. Odamlar bilan yaxshi muloqotda bo'ladi, optimistik.

2. Melanxolik: Hissiyotlari chuqur, ichki his-tuyg'ulariga e'tiborli. Kamroq muloqotga kirishadi, sezgir va ehtiyotkor. Stressga nisbatan sezgir, ba'zan o'ziga ishonchsiz.

3. Xolerik: Juda energiyali, tezkor va qattiqqo'l. Hissiyotlarini ochiq ifodalaydi, lekin ba'zida agressiv bo'lishi mumkin. Qattiq intiluvchan, ammo ko'pincha o'zini boshqarish qiyin.

4. Flegmatik: Sokinvachcha, muvozanatli va sabrli. Ko'p energiya talab qilmaydigan faoliyatlarga qiziqadi. Stressga bardoshli va mustaqil ishlashga qodir. Temperamentning zamonaviy tadqiqotlari. Zamonaviy psixologiyada temperamentni biologik va neyrofiziologik asoslar bilan bog'lashga harakat qilinadi.

Eysenck, Kettel, va boshqa olimlar temperamentni o'rganishda quyidagilarga e'tibor qaratgan:

Eysenck temperamentni ikki asosiy o'lchov bo'yicha tasniflagan:

1. Ekstraversiya – introversiya. Ekstravertlar odamlar bilan faol muloqot qilishga intiladi. Introvertlar esa ko'proq yolg'izlik va ichki mulohazani afzal ko'radi. Nevrotizm (barqarorlik – hissiy o'zgaruvchanlik)

2. Nevrotiklar stress va his-tuyg'ulariga sezgir bo'ladi. Barqarorlar esa muvozanatli va salbiy his-tuyg'ulardan tez chiqib ketadi. Flegmatiklar (kuchli, irodali, bosiq).

Oila qurishda temperamen tuyg'unligi katta ahamiyatga ega. Chunki turmush o'rtoqlarning hissiy muvofiqligi, muloqot darajasi va bir-birini tushunish ko'p jihatdan ularning temperamentiga bog'liq. Masalan, sangvinik, flegmatik tipdagi insonlar bir-birini to'ldiradi. Sangvinik hayotga faol yondashsa, flegmatik unga sokinlik va barqarorlik olib kiradi. Xolerik va flegmatik tipdagi juftlikda ham muvozanat hosil bo'lishi mumkin, chunki flegmatik turmush o'rtoq xolerikning tezkor va hissiy reaksiyalarini yumshatadi. Melanxolik va sangvinik tiplar o'rtasida esa ijobiy muvofiqlik kuzatiladi, chunki sangvinik sherigi melanxolikning hissiy holatini barqarorlashtiradi va unga ijobiy ruh bag'ishlaydi.



TANQIDIY NAZAR, TAHLILY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'UYALAR



Biroq juftliklarda xolerik yoki ikkala sangvinik bo'lgan oila a'zolari o'rtasida raqobat, tortishuv va ziddiyatlar ko'proq yuzaga keladi. Psixologik moslikni mustahkamlash uchun har bir inson o'z turmusho 'rto'g'ining temperament xususiyatlarini tushunishi va qabul qilishi lozim. Turli temperamentlar o'rtasidagi farqlarni tan olish, sabr-toqatli bo'lish, muloqotni ochiq va samimiy olib borish, hissiyotlarni boshqarish, bir-birini qo'llab-quvvatlash kabi psixologik yondashuvlar oilaviy muhitni sog'lom saqlashda muhim ahamiyat kasb etadi [4].

Xulosa qilib aytganda, temperament tipi va mos juft tanlash oilaviy munosabatlarning mustahkamligi, muvozanati va barqarorligini ta'minlovchi muhim psixologik omildir. Ideal oila bir-birini to'ldiruvchi, farqlari uyg'unlashgan va hissiy jihatdan bir-birini qo'llab-quvvatlay oladigan shaxslardan tashkil topadi. Shu bois har bir inson turmush o'rtoqlar o'rtasidagi temperament mosligini to'g'ri tushunib, o'zaro muvofiqlikni shakllantirishga e'tibor qaratishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. <https://asab.cc/uz/jenciklopediya/2232-temperament-va-uning-tiplari.html>
2. D.Abdirayimova-Uzbekistan language and culture, 2024-aphil. tsuull.uz3.<https://zamin.uz/uz/hayot-tarzi/28682-temperamentingiz-aysi-turga-mansub.html>
3. Mardiyeva Shaxnoza Amirovna, Qurbonazarova Durdona Isomiddin qizi TEMPERAMENT TIPIGA MOS JUFT TANLASH -OILAVIY MUNOSABATLAR MUSTAHKAMLIGINI TAMINLOVCHI PSIXOLOGIK OMIL SIFATIDA// Ilm-fan xabarnomasi/ Volume10,issue2,Noyabr 2025
4. <https://zamin.uz/uz/hayot-tarzi/28682-temperamentingiz-aysi-turga-mansub.html>
5. <https://arxiv.uz/uz/documents/referatlar/maktabgacha-va-boshlang-ich-ta-lim/oila-psixologiyasi-fanining-predmeti-vazifalari>