

## TEMPERAMENT

**Mambetiyarova Venera Reyimbaevna**

Qoraqalpoq Davlat Universiteti Pedagogika va Psixologiya kafedrası assistant.

**Seytmuratov Erlan Zaripbay uli**

Qoraqalpoq Davlat Universiteti Chimboy fakulteti Amaliy psixologiya yo'nalishi talabasi.

**Jan'abaeva Gulbanu Salamat qizi**

Qoraqalpoq Davlat Universiteti Chimboy fakulteti Amaliy psixologiya yo'nalishi talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14453024>

**Annotatsiya.** Ushbu maqola temperamentning asosiy turlari, ularning xususiyatlari va inson shaxsiyati bilan bog'liq o'rnini haqida so'z yuritadi.

Temperament — insonning tug'ma hissiy va psixologik xususiyatlari bo'lib, ijtimoiy munosabatlar, faoliyat va hissiy reaksiyalarni shakllantiradi. Maqolada to'rt asosiy temperament turi: sangvinik, xolerik, flegmatik va melankolik keltirilgan va har bir turga xos xususiyatlar va afzalliklar muhokama qilinadi. Shuningdek, temperamentni tushunish va anglashning shaxsiy rivojlanishdagi ahamiyati ta'kidlanadi.

**Kalit so'zlar:** Temperament; Sangvinik; Xolerik; Flegmatik; Melanholik; Shaxsiyat; Psixologik xususiyatlar; Inson psixologiyasi; Hissiy reaksiyalar; Shaxsiy rivojlanish.

## TEMPERAMENT

**Abstract.** This article discusses the main types of temperament, their characteristics and their role in human personality. Temperament is the innate emotional and psychological characteristics of a person that shape social relationships, activities and emotional reactions. The article presents four main types of temperament: sanguine, choleric, phlegmatic and melancholic, and discusses the characteristics and advantages of each type. It also emphasizes the importance of understanding and comprehending temperament in personal development.

**Keywords:** Temperament; Sanguine; Choleric; Phlegmatic; Melancholic; Personality; Psychological characteristics; Human psychology; Emotional reactions; Personal development.

## ТЕМПЕРАМЕНТ

**Аннотация.** В данной статье говорится об основных типах темперамента, их характеристиках и их месте по отношению к личности человека. Темперамент — это врожденные эмоционально-психологические характеристики человека, которые формируют социальные отношения, деятельность и эмоциональные реакции. В статье представлены четыре основных типа темперамента: сангвиник, холерик, флегматик и меланхолик, а также рассмотрены особенности и преимущества каждого типа. Также подчеркивается важность понимания и понимания темперамента в личностном развитии.

**Ключевые слова:** Темперамент; сангвиник; Холерик; Флегматик; Меланхолия; Личность; Психологические характеристики; Психология человека; Эмоциональные реакции; Личное развитие.

## Kirish

Har bir inson o'ziga xos xususiyatlarga ega bo'lib, bu xususiyatlar uning hissiy holati, ijtimoiy munosabatlari va xatti-harakatlarini shakllantiradi. Bu tabiiy farqlar shaxsiyatning bir qismi sifatida paydo bo'lib, uning «temperament» deb ataladigan asosiy jihatlari ta'sir qiladi.

Temperament — insonning tugʻma hissiy va psixologik xususiyatlarining toʻplamidir, u kishining harakatlarini, qaror qabul qilishini va atrof-muhitga qanday munosabatda boʻlishini belgilaydi. Insonning temperamentini tushunish va anglash, uning oʻzini toʻgʻri rivojlantirishiga, boshqalar bilan samarali aloqalar oʻrnatishiga yordam beradi. Maqolada temperamentning toʻrt asosiy turi — sangvinik, xolerik, flegmatik va melankolik — hamda ularning ijtimoiy va psixologik jihatlari haqida soʻz yuritiladi. Ushbu turli temperamentlar oʻrtasidagi farqlarni anglash, insonning shaxsiy va ijtimoiy hayotini yaxshilashda muhim ahamiyatga ega.

Temperament — insonning tugʻma hissiy va psixologik holatini belgilovchi, uning oʻzini tutish va boshqalar bilan oʻzaro aloqalarini tashkil etuvchi xususiyatlar yigʻindisidir. Har bir odamda oʻziga xos temperament boʻlib, bu uning hissiy reaksiyalari, energiya darajasi, ijtimoiy munosabatlarga nisbatan munosabati va xatti-harakatlarini shakllantiradi.

### **Temperamentning tarixi**

Temperament haqidagi tushuncha qadimgi yunon faylasuflari va shifokorlari tomonidan rivojlantirilgan. Aristotel va Galenning taʼlimotlariga koʻra, temperament insonning toʻrt asosiy suyuqligi bilan bogʻliq edi: qonni, sariq safro, qora safro va balgʻam. Bu suyuqliklarning har biri insonning temperamentiga taʼsir qilgan deb hisoblangan. Galen bu gʻoyalarni rivojlantirib, temperamentni toʻrtta asosiy turga ajratgan: sangvinik, xolerik, flegmatik va melankolik.

### **Toʻrt asosiy temperament turi**

1. Sangvinik: Sangviniklar ijtimoiy, energiyaga boy va optimistik insonlar hisoblanadi.

Ular yangi odamlar bilan tanishishni, muhokama qilishni va guruhda faoliyat yuritishni yoqtiradilar. Sangviniklar tezda yangi imkoniyatlarni qidirib, oʻzgarishlarga moslashishga qodir.

Ular juda ijobiy va hazilkash boʻlishadi, ammo baʼzida oʻz maqsadlariga yetishda diqqatni jamlashda qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin. 2. Xolerik: Xoleriklar qatʼiyatli, tashkilotchi va maqsadga yoʻnaltirilgan shaxsiyatlarga ega. Ular tezda harakat qilishni, muammolarga yechim topishni va boshqaruvni yoqtiradilar. Xoleriklar koʻpincha rahbarlik sifatlariga ega boʻlib, ularda kuchli ishtiyoq va intilish mavjud. Biroq, ular baʼzida sabrsizlik va xushmuomalalikni yoʻqotishlari mumkin. 3. Flegmatik: Flegmatiklar sokin, barqaror va tinch insonlardir. Ular oʻz his-tuygʻularini koʻrsatishda ehtiyotkor boʻlib, inqirozli vaziyatlarda ham sabrli qolishadi. Flegmatiklar odatda oʻzaro munosabatlarida ishonchli va xotirjamdirlar, ammo baʼzida passivlik va qaror qabul qilishda sekinlik koʻrsatishlari mumkin. 4. Melankolik: Melankoliklar ichki dunyosiga koʻproq eʼtibor beradigan, chuqur hissiyotli va tafakkurli insonlardir. Ular koʻpincha nozik va murakkab hissiyotlarga ega, shu bilan birga, ijodkorlik va chuqur fikrlash xususiyatlariga ega.

Melankoliklar juda ham masʼuliyatli va mehnatkash boʻlishi mumkin, ammo baʼzida haddan tashqari oʻzini sinab koʻrishlari va noxush holatlar haqida qaygʻurishlari mumkin.

### **Temperament va Shaxsiyat**

Temperament va shaxsiyat oʻrtasidagi farqni tushunish muhimdir.

Temperament tugʻma xususiyat boʻlib, odatda oʻzgarishsiz qoladi, shu bilan birga shaxsiyatni shakllantirishda muhim rol oʻynaydi. Shaxsiyat esa koʻproq hayot tajribasi, tarbiya va atrof-muhit taʼsiri bilan shakllanadi. Temperamentning har bir turi oʻziga xos afzalliklari va kamchiliklariga ega boʻlib, ular insonning turli vaziyatlarda qanday munosabatda boʻlishini belgilaydi.

### **Temperamentni anglashning muhimligi**

Temperamentni anglash va qabul qilish, o'z-o'zini rivojlantirish uchun muhimdir. Inson o'zining temperamentini tushunib, uning kuchli tomonlarini samarali ishlatish va zaif tomonlarini yaxshilash imkoniyatiga ega bo'ladi. Masalan, sangvinik kishilar o'zlarining ijtimoiy faoliyatini yanada samarali qilishlari mumkin, xoleriklar esa rahbarlik qobiliyatlarini rivojlantirishi mumkin.

Flegmatiklar tinch va barqaror muhitda ishlashni afzal ko'rishadi, melankoliklar esa ijodiy va hissiy faoliyatlarni rivojlantirishlari mumkin.

### **Xulosa**

Temperament - insonning shaxsiyatining muhim tarkibiy qismi bo'lib, har bir shaxsni noyob qiladi. Har bir temperament turi o'zining ijobiy va salbiy tomonlariga ega, ammo ular bir-birini to'ldirib, muvozanatni yaratadi.

Temperamentni tushunish va qabul qilish, o'zaro munosabatlarda muvaffaqiyatli bo'lish va o'z salohiyatini to'liq namoyon etish uchun juda muhimdir. Shaxsiy o'sish va rivojlanishda temperamentning rolini inobatga olish, insonning hayotida ko'plab imkoniyatlarni ochib beradi.

### **REFERENCES**

1. Oskinbaeva, G. (2023). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF SELF-DEVELOPMENT DURING THE STUDENT PERIOD. *Modern Science and Research*, 2(7), 359–362. Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/science-research/article/view/22238>
2. Davletbaevna O. G. TALABALIK DAVRIDA O'ZINI O'ZI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. – 2023.
3. Venera, Mambetiyarova. "PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN CHILDREN AND PARENTS IN ADOLESCENCE." *European International Journal of Pedagogics* 4.05 (2024): 16-19.
4. Venera, Mambetiyarova. "Socio-Psychological Features of Relationships of Children and Their Parents." (2023).
5. Go'zal D., Gulsevar J. OILADA O'SMIRLAR TARBIYASI //THEORY AND ANALYTICAL ASPECTS OF RECENT RESEARCH. – 2023. – T. 2. – №. 19. – С. 41-44.
6. Dauletova G. M. MOSLASHISHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK SIFATLARI //Педагогика и психология в современном мире: теоретические и практические исследования. – 2023. – Т. 2. – №. 14. – С. 37-40.
7. Go'zal D. O.'SMIRLAR ORGANIZMIDA RO'Y BERADIGAN O'ZGARISHLAR //THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY. – 2023. – Т. 1. – №. 6. – С. 50-55.
8. Muratbayevna, Dauletova Gozal, and Madaminova Nargiza Qurbanbayevna. "BOLANING RIVOJLANISH DAVRI PSIXOLOGIYASI." *Scientific Impulse* 1.1 (2022): 33-35.
9. Dauletova, G. M. "Personality development in adolescence." *Science and Education in Karakalpakstan* 114 (2023).
10. Даулетова, Г. (2023). ЎСМИРЛИК ЁШИДА ШАХСНИНГ РИВОЖЛАНИШИ. Журнал «Вестник физической культуры и спорта» Нукусского филиала Узбекского

государственного университета физической культуры и спорта, 1(1), 102–105.  
извлечено от <https://science.uzdjtsunf.uz/index.php/science/article/view/194>

11. Dauletova, G. M. "O'SMIRLIK YOSHDAGI PSIXOLOGIK O'ZGARISHLAR."  
ХАБАРИШЫСИ 3 (2022): 81.