

## TEMPERAMENTNING PSIXOLOGIK VA NERV-FIZIOLOGIK ASOSLARI, ZAMONAVIY YONDASHUVLAR

**Turayeva Nasiba Xamidovna**

O'zbekiston Milliy Universiteti, Ijtimoiy fanlar fakulteti,

Psixologiya mutaxassisligi 1-kurs magistri.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17683711>

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada temperament mavzusining dastlabgi ta'limoti va uning asoschisi Gippokratning qarashlari, temperament xususiyatlarini ilmiy izohlab bergan olim I.I.Pavlovning yondoshuvlari, temperamentning nerv-fiziologik va psixologik asoslari o'rtasidagi farqlar, uning biologik va neyrofiziologik mexanizmlari, shuningdek, zamonaviy ilmiy yondashuvlar tahlil qilinadi. Temperamentning shaxs rivojlanishi, emotsional barqarorlik va ijtimoiy moslashuv jarayonlariga ta'siri mavjud ilmiy adabiyotlar asosida yoritiladi.

**Kalit so'zlar:** Gippokrat, temperament, psixofiziologiya, shaxs, emotsional barqarorlik, Big Five, Kagan, Limbik tizim, Ekstraversiya – introversiya, , kognitiv jarayonlar.

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются ранние учения о темпераменте и взгляды его основателя Гиппократа, а также научные подходы И.П. Павлова, который дал физиологическое объяснение свойствам темперамента. Анализируются различия между нервно-физиологическими и психологическими основами темперамента, его биологические и нейрофизиологические механизмы, а также современные научные подходы. На основе существующей научной литературы раскрывается влияние темперамента на развитие личности, эмоциональную стабильность и процессы социальной адаптации.

**Ключевые слова:** Гиппократ, темперамент, психофизиология, личность, эмоциональная стабильность, Big Five, Кэган, лимбическая система, экстраверсия – интроверсия, когнитивные процессы.

**Abstract.** This article examines the early teachings on temperament and the views of Hippocrates, its initial theorist, as well as the scientific approaches of I.P. Pavlov, who provided a physiological explanation of temperament traits. The differences between the neuro-physiological and psychological foundations of temperament are analyzed, along with its biological and neurophysiological mechanisms and modern scientific perspectives. Based on current scientific literature, the article highlights the impact of temperament on personality development, emotional stability, and social adaptation processes.

**Keywords:** Hippocrates, temperament, psychophysiology, personality, emotional stability, Big Five, Kagan, limbic system, extraversion–introversion, cognitive processes.

### Kirish

Temperament psixologiya fanining shaxs psixikasini tizimli ravishda o'rganuvchi muhim bo'limlaridan biridir. U insonning emotsional reaksiyalari, xulq-atvori, faolligi, moslashuvchanligi va shaxsiy o'ziga xosligini belgilovchi biologik asoslangan xususiyatlar majmuasidir. Gippokrat (mil.avv. V asr) va I.P. Pavlov (1849-1936) ular ikkisi turli zamonlarda yashab o'tgan bo'lsalarda, ularning olib borgan ilmiy tadqiqotlari bir-birini to'ldirgan holda inson psixologiyasini o'rganishda ilmiy bilimlarga oydinlik kiritildi va ularning temperament

to'g'risidagi nazariyalari xozirgi davrgacha ko'plab olimlar uchun fundamental ilm manbai sifatida qo'llanilib kelinadi. Ularning ilmiy manbalari kelgusida xam psixologiya sohasida yanada yangi kashfiyotlarga asos bo'lib xizmat qilishini inkor etib bo'lmaydi.

Gippokrat nazariyasi "to'rt suyuqlik" (gumo'ral nazariya)ga asoslangan bo'lib ular quyidagicha izohlanadi;

1. Qon (sangvis) — ko'p bo'lsa sangvinik
2. Safro (xole) — ko'p bo'lsa xolerik
3. Qora o't (melas xole) — ko'p bo'lsa melanxolik
4. Shilimshiq (flegma) — ko'p bo'lsa flegmatik

Gippokrat ta'riflariga ko'ra temperament xususiyati quyidagicha;

Sangvinik Quvnoq, harakatchan, ijtimoiy, tez moslashuvchi

Xolerik Tez qo'zg'aluvchi, impulsiv, hissiyotlari kuchli

Melanxolik Sezgir, ehtiyotkor, tez ranjiydigan

Flegmatik Sokin, barqaror, vazmin, sekin harakatchan

Gippokrat nazariyasining mohiyati - Temperament tana suyuqliklarining muvozanati bilan belgilanadi. Asosiy e'tibor fiziologik jarayonlarga berilgan. Psixologiyadan ko'ra tibbiy-biologik yondashuv mavjud. I.P. Pavlov temperamentni nerv tizimi xususiyatlari bilan tushuntirgan. U temperamentni bosh miya po'stlog'idagi qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining kuchi, harakatchanligi va muvozanati bilan bog'ladi.

Pavlov bo'yicha nerv tizimi xususiyatlari

1. Kuchli yoki kuchsiz (qo'zg'alish/tormozlanish kuchi)
2. Muvozanatli yoki nomuvozanatli
3. Harakatchan yoki sust

Pavlov ta'riflariga ko'ra tip nerv tizimi xususiyati tavsifi quyidagicha;

Sangvinik Kuchli, muvozanatli, harakatchan Faol, ijtimoiy, barqaror

Xolerik Kuchli, nomuvozanatli Tez qo'zg'aladi, impulsiv, hissiyot kuchli

Flegmatik Kuchli, muvozanatli, sust Vazmin, tinch, sekin lekin qat'iy

Melanxolik Kuchsiz Tez charchaydi, ta'sirchan, nozik

Pavlov nazariyasining mohiyati - temperamentning asosiy manbai — nerv tizimi tipologiyasi, tanada suyuqliklar emas, balki fiziologik nerv jarayonlari hal qiluvchi omil xisoblanadi va bu ilmiy tajriba (itlarda shartli reflekslar) bilan asoslangan.

Ikkala olim ham bir xil 4 tipni nomlagan, ammo Pavlov ularni nerv tizimi mexanizmi bilan tushuntirib bergan. Qadimgi yunon tabiblari temperamentni organizmdagi sharbatlar muvozanati bilan bog'lagan bo'lsalar, zamonaviy ilmiy yondashuvlar uning genetika, asab tizimi va neyrobiologik omillar bilan bog'liqligini ilmiy asoslab bermoqda. Bugungi tadqiqotlar temperamentni shaxs rivojiga ta'sir etuvchi muhim psixobiologik indikator sifatida ko'rib chiqadi.

### **Metodlar**

Maqolada mavjud ilmiy manbalar, psixologik konsepsiyalar va zamonaviy neyropsixologik tadqiqotlar tahlil qilindi. Turli mualliflar (Gippokrat, Pavlov, Eysenck, Buss & Plomin, Kagan) tomonidan taklif etilgan nazariyalar taqqoslanib, temperamentning biologik asoslari va shaxs rivojiga ta'sir mexanizmlari o'rganildi.

Zamonaviy fMRI va EEG tadqiqotlari sharhi temperamentning miya faoliyati bilan bog'liqligini ochib berishga imkon berdi.

Natijalar

1. Temperamentning biologik asoslari

Temperamentning shakllanishida markaziy asab tizimi yetakchi rol o'ynaydi. Pavlovning fiziologik qarashlariga ko'ra, asab jarayonlarining kuchi, muvozanati va harakatchanligi temperament tipini belgilaydi. Zamonaviy neyrobiologik tadqiqotlar esa quyidagilarni ko'rsatadi:

Genetik omillar temperamentning 40–60% qismini belgilaydi.

Limbik tizim emotsional reaktivlikni boshqaradi.

Prefrontal korteks impuls nazorati va ijtimoiy moslashuvni ta'minlaydi.

Neyrotransmitterlar (dopamin, serotonin, noradrenalin) temperament turini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi.

2. Klassik temperament tipologiyalari

Gipokratcha tipologiya temperamentni xolerik, sangvinik, flegmatik va melanxolik kabi to'rt guruhga bo'ladi. Ushbu tasnif ilmiy asosga ega bo'lmasa ham, psixologik amaliyotda motivatsiya, emotsional reaktivlik va muloqot xususiyatlarini izohlashda hanuz qo'llaniladi.

Eysenck modeli esa temperamentni uch asosiy o'lchov orqali aniqlaydi:

Ekstraversiya – introversiya

Neyrotizm

Psixotizm

Bu yondashuv individual farqlarni fiziologik asoslangan shaklda tushuntiradi.

3. Zamonaviy temperament konsepsiyalari

a) Big Five modeli

Zamonaviy psixologiyada temperament va shaxs o'zaro integratsiyalashgan tizim sifatida talqin qilinadi. Katta Beshlik modeli quyidagi faktorlarni o'z ichiga oladi:

Ekstraversiya

Kelishuvchanlik

Vijdonlilik

Neyrotizm

Ochiqlik

Bu model shaxsning ijtimoiy, kognitiv va emotsional xususiyatlarini har tomonlama yoritib beradi.

b) Bolalar temperamentiga doir yondashuvlar (Kagan)

Jerom Kagan bolalardagi temperamentning erta shakllanishi va ularning o'sish davomida qanday rivojlanishini o'rganib, “tormozlangan” va “faol” temperament turlarini ajratadi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bolaning erta temperament xususiyatlari katta yoshdagi ijtimoiy moslashuvga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

c) Buss va Plomin psixobiologik modeli

Bu model temperamentni uch asosiy komponent orqali tushuntiradi:

1. Faollik

2. Emotsionallik

3. Ijtimoiylik

Mazkur yondashuv ayniqsa bolalar psixologiyasida keng qo'llaniladi.

4. Temperamentning shaxs rivojiga ta'siri

Tahlillar quyidagi xulosalarni beradi:

Temperament erta bolalikdan barqaror namoyon bo'ladi.

Emotsional barqarorlik past bo'lgan shaxslar stressga chidamsiz bo'lishi mumkin.

Ekstravert shaxslar ijtimoiy muhitga tez moslashadi.

Temperament tarbiya, muhit va ta'lim orqali qisman o'zgarishi mumkin.

### **Muhokama**

Temperament tug'ma biologik xususiyat bo'lsa-da, uning tashqi ifodalanishida muhitning o'rni katta. Shaxsning hayotiy tajribasi, tarbiya, oilaviy muhit va ijtimoiy sharoit temperamentning namoyon bo'lish darajasini shakllantiradi. Bugungi ilmiy yondashuvlar temperamentni qat'iy emas, balki o'zgaruvchan, rivojlanishga ochiq dinamik tizim sifatida baholamoqda. Big Five modeli temperamentni kengroq kontekstda izohlash imkonini bersa, neyro-ilmiy izlanishlar bu jarayonning biologik mexanizmlarini yanada chuqur ochib bermoqda.

### **Xulosa**

Xulosa qilib aytish mumkin-ki, temperament shaxsning psixologik tuzilmasida muhim o'rin tutadi va uning individual xulq-atvori, emotsional reaksiyalari hamda moslashuv jarayonlarini belgilovchi asosiy omillardan biridir. Biologik omillar yetakchi rol o'ynasa-da, muhitning ta'siri temperamentning tashqi ko'rinishini sezilarli darajada shakllantiradi.

Zamonaviy psixologiyada temperamentni o'rganish Big Five modeli, neyropsixologik tadqiqotlar va psixobiologik nazariyalar asosida yanada boyib bormoqda.

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR**

1. P.I.Ivanov, M.E.Zufarova. "Umumiy Psixologiya" Toshkent-2021.
2. Pavlov, I. P. (1951). Vysshaya nervnaya deyatel'nost' temperament. Moskva: AN SSSR nashriyoti.
3. Strelau, J. (1998). Temperament: A psychological perspective. New York: Plenum Press.
4. Buss, A. H., & Plomin, R. (1984). Temperament: Early developing personality traits. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
5. Cloninger, C. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. Archives of General Psychiatry, 50(12), 975–990.
6. Chess, S., & Thomas, A. (1987). Origins and evolution of behavior disorders: From infancy to early adult life. Harvard University Press.
7. Rothbart, M. K. (2007). Temperament, development, and personality. Current Directions in Psychological Science, 16(4), 207–212.
8. Eysenck, H. J., & Eysenck, M. W. (1985). Personality and individual differences: A natural science approach. New York: Plenum.
9. Zentner, M., & Shiner, R. (2012). Handbook of temperament. New York: Guilford Press.
10. Uzbekiston Milliy Ensiklopediyasi (2010). Temperament. Toshkent.