



# Temperamentti

Tuija Erämies

Syyskuu 2021





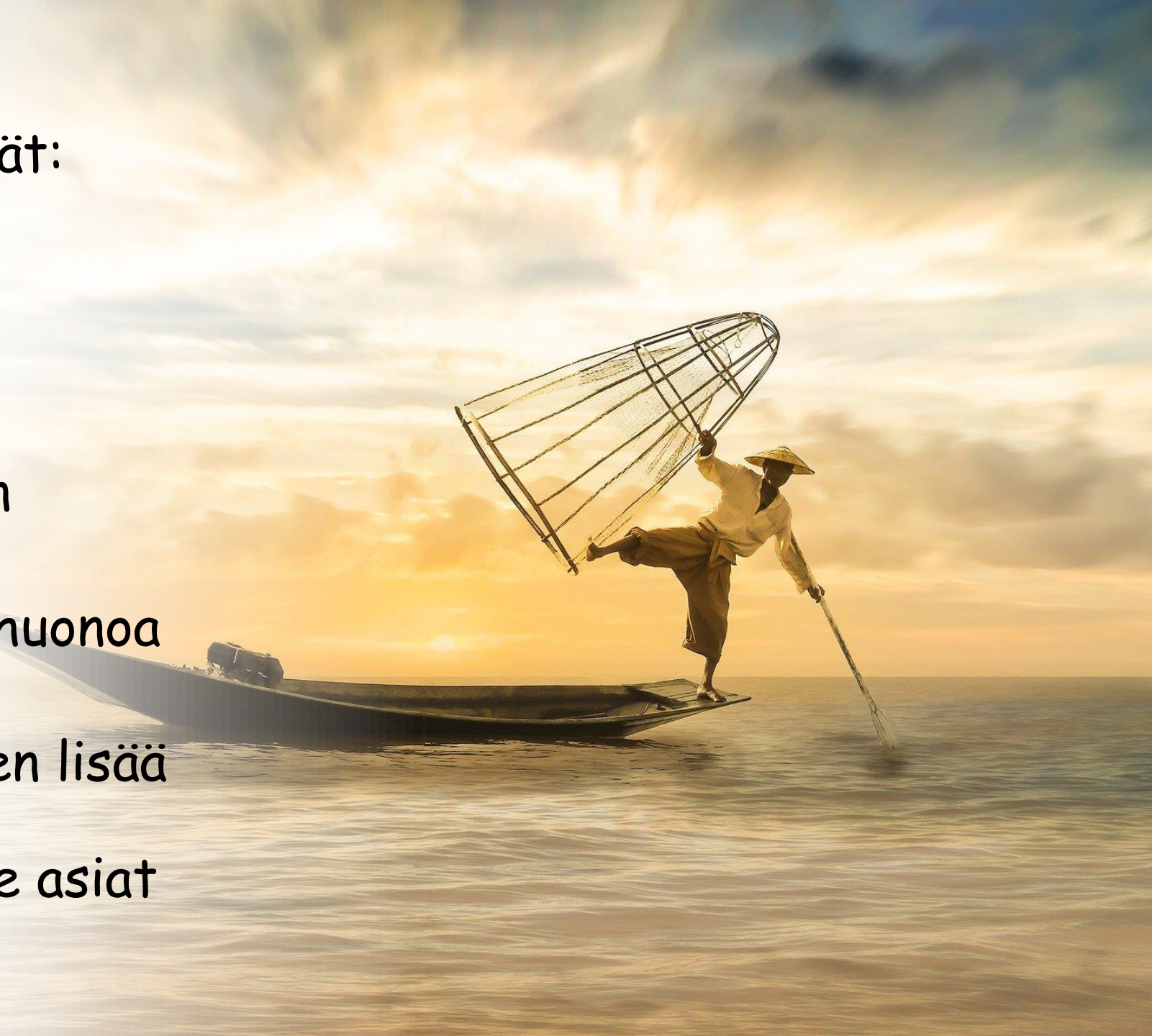
- Temperamentti kuvaa kaikenlaisia synnynnäisiä käyttäytymis- ja reagointityylejä
- Tietyiltä osin ihmisen persoonallisuus muuttuu ja kehittyy koko elämän ajan
- Synnynnäinen temperamentti luo pohjan persoonallisuudelle
- Persoonallisuus muovautuu temperamentin ja ympäristön, ennen kaikkea perheenjäsenten välisessä vuorovaikutuksessa
- Synnynnäinen temperamentti on osa jokaisen ydintä

- Temperamentti tulee esiin tilanteissa, jotka ovat meille uusia ja joihin meillä ei ole vielä opittua tai totuttua tapaa toimia
- Pieni lapsi toimii puhtaammin temperamentistaan käsin
- Aikuinen pystyy harkitsemaan käytöstään ja toimimaan muutenkin kuin temperamenttinsa sanelemana
- Temperamentti selittää, miksi toiset innostuvat helposti ja toiset puolestaan lämpenevät hitaasti
- Jokaisella temperamenttipiirteellä on hyvät ja huonot puolensa





- Ihmisten väliset temperamenttierot näkyvät:
  - Tunteiden ilmaisussa
  - Keskittymiskyvyssä
  - Häiriintyvyydessä
  - Aktiivisuudessa
  - Tavassa reagoida uusiin tilanteisiin ja ihmisiin
- Ei ole olemassa hyvää tai huonoa temperamenttia
- Temperamentin tunteminen lisää itsetuntemusta ja auttaa ymmärtämään, miksi kokee asiat tietyllä tavalla





## Temperamentin arviointitaulukko (mukailtu lähteestä: Hermanson E.2019. Erilaiset temperamentit. Terveyskirjasto.)

|                                                                     |                                                    |                                                   |
|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| Aktiivisuus (liikehdintä, paikallaan olo, lähtönopeus)              | Aktiivinen                                         | Passiivinen, rauhallinen                          |
| Rytmisyys (kehon toiminnot, unen tarve yms.)                        | Säännöllinen                                       | Epäsäännöllinen                                   |
| Suhtautuminen uusiin tilanteisiin                                   | Positiivinen, kiinnostunut                         | Varautunut                                        |
| Sopeutuminen uusiin asioihin                                        | Tottuu nopeasti, mukautuu                          | Tottuminen kestää pitkään                         |
| Reagointi ärsykkeisiin (äänet, lämpötila, tekstiilien pehmeys yms.) | Ylireagoi                                          | Välinpitämätön                                    |
| Reaktioiden voimakkuus (ilo, suru, nälkä, pelko yms.)               | Voimakas, äänekäs                                  | Vaimea                                            |
| Mielialan laatu                                                     | Hyväntuulinen, optimisti                           | Ilmaisee mielipahaa herkästi, ärtynyt, pessimisti |
| Keskittymiskyky                                                     | Seuraa ympärillä tapahtuvaa, helposti häiritävissä | Keskittynyt, häiriötekijät jäävät huomiotta       |
| Sinnikkyys (palapelit, uuden opettelu yms.)                         | Yrittää peräänantamattomasti                       | Luovuttaa helposti                                |





# Lähteet

- Hermanson E. 2019. Erilaiset temperamentit. Kotineuvola. Terveyskirjasto. <https://www.terveyskirjasto.fi/kot00303>
- Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2021. Lapsen ja nuoren temperamentti. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-ja-nuoren-temperamentti/>
- Nyyti Ry. Temperamentti. <https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/itsetunto/temperamentti>
- Nyyti Ry. Temperamentti vaikuttaa siihen miten reagoit. <https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/tunne-itsesi/ymmarra-omaa-temperamenttiasi/>