

Temperamentit ja kokemukset - persoonallisuus

Opettajien koulutuspäivä, Seinäjoki
5.10.2013

www.muistikuisti.net

Sinikka Hiltunen

- FK (käännöstiede, 1992), FM (kognitiotiede, 2008)
- tulkki ja kääntäjä (venäjä, saksa) v:sta 1975
- NLP-kouluttaja v:sta 1992, NLP Trainer (2000)
- Kognitiotieteen jatko-opiskelija (5. vuosi)
 - väitösteema: Simultaani- ja konsekutiivitulkkiin muistiprosessit
- Muistikouluttaja v:sta 2002; Temp.koulutuksia v:sta 2006

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamentit tutkimuskohteena

- o Mikä ihmeen temperamentti?
 - o mitä temperamentti on ja mitä se ei ole
- o Temperamenttien kehitys, esimerkkejä
 - o kehitys lapsuuden aikana
 - o kehitys teini-iässä
 - o synnynnäisyys vs. perinnöllisyys
- o Temperamentit ja sairastumisalttius
 - o Temperamentit ja työperäinen stressi
- o Temperamentit ja oppiminen (muisti)
- o Temperamentit ja persoonallisuus

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Johdatusta aiheeseen

Joskus on **hyvin vaikeaa** ymmärtää, miksi joku ihminen käyttäytyy (tai reagoi) siten kuin käyttäytyy
esim. Dominick Arduin

© S.Hiltunen / 12.3.2010

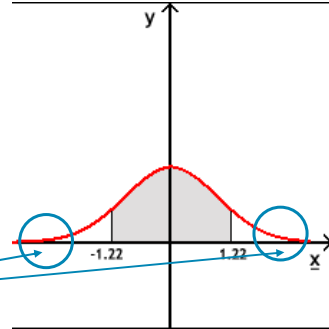
Temperamentti - mitä se on?

- joukko **synnynnäisiä** taipumuksia tai valmiuksia:
 - tapa **reagoida toistuvasti samalla tavalla samankaltaisessa tilanteessa**
 - **ulkoisiin** ärsykkeisiin ja/tai
 - **sisäisiin** ärsykkeisiin
 - **tapa**, jolla toimii, tekee asioita

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamentti - mitä se on?

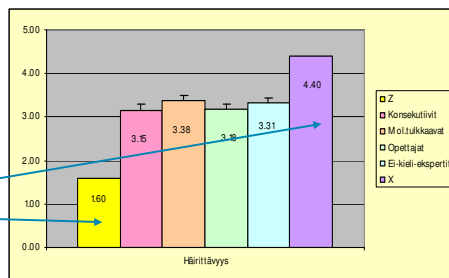
- temperamentit noudattavat normaalijakaumaa:
- poikkeavat havainnot (*outliers*) oleellisia:
 - korkea tai matala temperamenttipiirre: sijoittuu jakauman ääripäihin



© S.Hiltunen / 3.4.2012

Temperamentti - mitä se on?

- poikkeavat havainnot (*outliers*) oleellisia:
 - korkea tai matala temperamenttipiirre: sijoittuu jakauman ääripäihin



- ihmisten erilaisuus (= yksilöllisyys) johtuu temperamentista: kun kuvailemme toisiamme, käytämme usein temperamenttipiirteitä

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamentti - mitä se on?

- Ei tarkoita käyttäytymistä reaktion seurauksena:
käyttäytymistapansa ihminen **valitsee**
 - herkkyys tulla kärsimättömäksi liittyy temperamenttiin, mutta mitä ihminen NÄYTTÄÄ ulospäin, on **valinta- ja oppimis**kysymys

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Varhain ilmenevä

- jotkut piirteet synnynnäisiä:
 - aktiivisuus
- osa ilmenee hieman myöhemmin, varhaislapsuudessa:
 - ujous

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamenttien kehitys: lapsuus

Rothbart, 2007: pienten lasten temperamentteja

- **Kielteinen tunteellisuus** (*negative affectivity*):
 - pettyneisyys, pelokkuus, ärsykeherkkyys, surumielisyyys, rauhoittumiskyky pettymysten jälkeen
 - vrt. muut tutkijat: kielteinen emotionaalisuus (*negative emotionality*) – hyvin voimakas kielteinen reaktio toistuu moniin ärsykkeisiin – nk. ”hankala lapsi”
- **Tietoinen tunteiden ja tarkkaavaisuuden säätely** (*Effortful control*)

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamenttien kehitys: lapsuus

- **Itsesäätely** (*Effortful control*) – tietoinen tunteiden ja tarkkaavaisuuden säätely :
 - Tarkkaavaisuuden säätely (kyky keskittää tarkkaavaisuutensa ja siirtää se uuteen kohteeseen)
 - Ehkäisevä tunteiden säätely (kyky säädellä syntyviä reaktioita ja ehkäistä sopimattomia reaktioita)
 - Havaintoherkkyys (heikkojen ärsykkeiden havaitsemiskyky)
 - Tyytyväisyys (kyky iloita pienistä asioista, joiden uutuusarvo, toistuvuus tai monimutkaisuus ovat vähäisiä)

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamenttien kehitys: lapsuus

Kielteinen tunteellisuus:

- Rothbart, 2007: pelokas vauva
 - syällisyys, empatia, matala aggressiivisuus 6-7 v
 - parempi omatunto esikoululaisena
- Rothbart, 2012: esikoululaiset
 - kielteinen tunteellisuus aiheutti käytösongelmia, jos itsesäätely oli alhainen taaperona
- Hintsanen, 2009: Kielt.tunteell. voi olla osatekijänä myös työttömäksi joutumisessa ja pitkittyvässä työttömyydessä nuorilla aikuisilla (24–39-v)

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamenttipiirteitä

Aktiivisuus

- hyvin pysyvä ominaisuus

Lapsena:

- motorinen vilkkaus, nopeus, voimakkuus
- ehtii joka paikkaan
- kuuluu
- "patterit ei koskaan sammuu"

Matala aktiivisuus: hidasliikkeisyys

- ehkä huono koulussa: ei ehdi tekemään tehtäviä ajoissa
- saa myös tavallista alhaisempia arvoja älykkyystesteissä

Aikuisena:

- koko ajan liikkeessä
 - esim. konsertit, teatteri
- voimakas kädenpuristus
- nopea liikkeissään
 - ahmii ruokansa
 - puhuu nopeasti
- ei välttämättä tehokas (liian nopea, harkitsematon) – riippuu temperamentiprofiilista

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamenttipiirteitä

Impulsiivisuus

Korkea:

- kaikki mielessä yhtäikaa
- saa helposti uusia ideoita ja toteuttaa ne saman tien
- ei voi suunnitella, kun ei tiedä, mitä tulee vastaan
- vaihtaa suunnitelmia helposti
- järjestelmällisyys vaikeaa
- sopeutuu kaikkeen helposti

Matala:

- vastahakoinen lähtemään nopeasti, muuttamaan sovittuja suunnitelmia

© S.Hiltunen / 4.4.2012

Temperamenttien kehitys: teini-ikä

Hintsanen ym., 2010:

- 3941 nuorta, keski-ikä 15,1 v
- opettajien arvio ja oma arvio
- parempaa sosiaalista asemaa toveripiirissä ennakoit:
 - tytöt: matala ehkäisevä tunteiden säätely
 - pojat: korkea impulsiivisuus ja korkea aktiivisuus
- kielteiset tunteet ja reaktiot: puolustaa oikeuksiaan
- temperamentteilla myös yhteys itsetuntoon: suosio toveripiirissä → parempi itsetunto

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamenttien kehitys

Tutkimus laahaa jäljessä:

- mittareita ei ole kehitetty aikuisille ja
- vain vähän nuorille (teini-ikästä – nuoriin)
 - Cloninger testaa oman TCI-mittarinsa toimivuutta nuorilla eri maissa (2012-2013)
- esim. mittarit aikuisille puuttuvat kokonaan:
 - häirittevyys
 - rytmisyys
 - sopeutuvuus

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamenttipiirteitä

Säännöllisyys - rytmisyys

Korkea:

- säännölliset rytmit: nukkuminen, syöminen, suolen toiminta jne.
- järjestys tärkeää:
 - tavarat, teot, jopa ajatukset
 - keräily-järjestely: rahat, postimerkit etc.
- suunnittelu:
 - pitkä tähtäin, koko elämä
 - ei varasuunnitelmia
- muutokset hankalia – sotkevat kaiken
- tapojensa orja
 - (jos ei elämishakuinen)

Matala:

- ei mitään rytmiä: voi nukkua/syödä koska vain, missä vain
- järjestys ja suunnitelmallisuus ei ominaista

Tunnistiitko itsesi?

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamenttipiirteitä

Sopeutuvuus

- oleellista sopeutumisen **nopeus**:

Hidas sopeutuja

Lapsena:

- miten helposti nukahtaa vieraassa paikassa
- joka asiaan **Ei**
 - jos vanhemmat nopeita sopeutujia, sitä pahempi
- samat lelut, sama satu uudell.
- tulkitaan usein kiukutteluksi
 - elämä jokseenkin kurjaa
 - anna riittävästi **AIKAA** sopeutumiseen
 - luokan vaihto, opettajan vaihtuminen, opetustavan vaihtuminen – aiheuttaa vastustusta

Aikuisena:

- ei tunne vaihtelun tarvetta
- lomamatkat esimerkkinä
- tulkitaan usein hankalaksi:
 - ei voi vain **päätää** toimia nopeammin – synnynnäisyys
- **KAIKKI muutos** stressin aihe:
 - asiat pysykööt ennallaan
 - voi johtaa konservatiivisiin asenteisiin
 - riippuu profiilista

Nopea sopeutuja

- harkinta voi pettää

Tunnistitko itsesi?

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamenttipiirteitä: Cloninger (TPQ, TCI)

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Elämyshakuisuus

(*novelty seeking, NS*)

- **innostuu uusista ärsykeistä, jotka vihjaavat palkkioon tai rangaistuksen välttämiseen:**
 - innostuu uusista asioista ja muutoksista, impulsiivinen
 - innokas oppimaan/ tekemään uutta
 - näkee erilaiset asiat:
 - "miten asian voisi tehdä toisin"
 - kyllästyy rutiineihin, inhoaa sääntöjä
 - tuhlaileva, huolimaton
 - stressaantuu kaiken samanlaisena jatkumisesta: lisää ärsykeitä!
 - **MUTTA:**
 - tuhlailevaisuus...
 - voi jättää asioita kesken (sinnikkyys?)
- välttämiseen: dopamiini

Turvallisuushakuisuus

(*harm avoidance, HA*)

- **reagoi voimakkaasti kielteisiin ärsykeisiin tai niiden mahdollisuuteen (ennakointi) :**
 - välttää riskejä
 - pitää rutiineista, ohjeista
 - "tehdään kuten ennenkin"
 - suhtautuu varovaisesti kaikkeen uuteen
 - huolestunut, pessimistinen, väsynyt, varautunut
 - oppijana pääsee varmasti tuloksiin **jos** ei muutoksia
 - muutokset - stressin aihe
 - tarvitsee sopeutumisaikaa
 - suorituskyky laskee helposti: esim. oppimisympäristö
- välttämiseen: serotoniini

Temperamenttipiirteitä

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Kiitoksenkaipuu

(reward dependence; RD, Cloninger, TCI)

- reagoi intensiivisesti etenkin sosiaaliseen palautteeseen:
 - riippuvainen ulkopuolisesta myönteisestä palautteesta
- sensitiivinen, kiintyvä
- mielistelytaipumus
- "ylisosiaalinen"
- kunnianhimoinen, MUTTA:
 - tunnepohjaiset tilannearviot
 - vaihtaa mielipidettä herkästi
 - esimiehenä ei pysty ottamaan vastuuta ikävistä päätöksistä

välittäjäaine: noradrenaliini

Seurallisuus

(socialability, Buss & Plomin)

- mielummm. yhdessä kuin yksin:
 - mielihyväpalkkiot:
 - muiden läsnäolo
 - kiva tehdä yhdessä (harrastukset)
 - muiden huomion kohteena: arvostus, kiitos, palkkiot/palkinnot
 - lapsena usein lahja: pidetty, vahvistaa itsetuntoa
 - matala seurallisuus:
 - riippumaton muiden mielipit.
 - muutama hyvä ystävä

Temperamenttipiirteitä

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Sinnikkyys (persistence, Cloninger, TCI)

- pitäytyy palkkion mahdollisuutta lisäävässä käyttäytymisessä
- ei helposti häiritävissä, palaa nopeasti tehtävän pariin keskeytyksen jälkeen
- osaa hyvin keskittyä, jatkaa sinnikkäästi loppuun, kun muut ovat jo antaneet periksi
- lapsena hyvä koulutyöhön keskittyminen mutta jankkaa helposti
- joskus liika sinnikkyyskin voi olla ärsyttävää
- voi johtaa kielt.tunteisiin, jos turvallisuushakuisuus korkea tai itseohjautuvuus matala

Häiritävyys (distractibility, Windle, 1992)

- taipumus vaihtaa tarkkaavaisuuden kohdetta (häiriintyä) helposti
- unohtaa asioita, kun lähtee uuden ärsyksen perään
- lapsena helppo: voi johdattaa huomion muualle mutta unohtelee helposti
- tarttuu heti toimeen, nopea motivoitumaan
- asiat jäävät helposti kesken (JOS ei sinnikäs)
- aikuisena voi oppia tekemään monta asiaa yhtäkaa??
- keski-ikässä haitta: multi-tasking – heikompi oppimiskyky, muisti

Tunnistitko itsesi?

Temperamentiprofiili = eri temperamenttipiirteet yhdessä

usein piirteet **tukevat**
toisiaan:

- korkea seurallisuus + korkea elämyshakuisuus
- ihminen hakee innokkaasti uusia kokemuksia ja uutta tekemistä, tapaa mielellään uusia ihmisiä, on valmis koska tahansa kokeilemaan jotain uutta

joskus piirteet ovat **ristiriitaisia**:

- korkea elämyshakuisuus ja korkea turvallisuushakuisuus
- haluaisi matkustella mutta on huolestunut ja pelkää ottaa riskejä, joten jää kotiin ja on silti tyytymätön

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamentit ja ristiriidat

- Ristiriidat voivat olla sisäisiä:
 - elämyshakuisuus korkea + turvallisuushakuisuus korkea – tekisi mieli kokeilla kaikkea muttei uskalla
- Tai ristiriidat voivat olla ulkoisia:
 - hankaluuksia vuorovaikutuksessa, suvaitsevaisuudessa, esim.:
 - korkea sinnikkyys vs. korkea aktiivisuus
 - yksi ryhmästä haluaisi tehdä työn loppuun yhtäjaksoisesti, muut tarvitsevat tauon jaloitellakseen ja pohtiakseen asiaa liikkumalla

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamentit ja sairausriskit

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamentit vaikuttavat sairausalttiuteen:

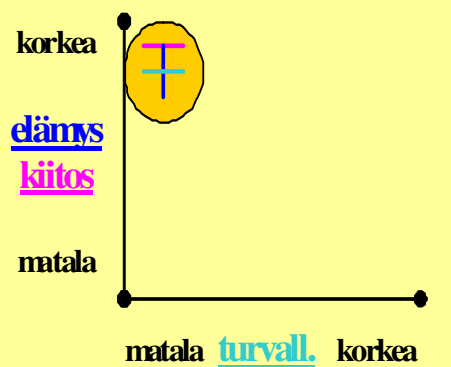
- sydänvaltimon kovettuma
- kaulavaltimon kovettuma – jo nuorilla (24–37v)
- pitkä QT-syndrooma (aih. rytmihäiriötä)
- masennus
- alkoholismi ja huumeiden väärinkäyttö
- uneen liittyvä yölläsyönti (ahmimishäiriö)
- loppuunpalaminen ja työperäinen stressi
- yleinen terveys ja hyvinvointi

Hintsanen ym., 2009: Temperamentit ja kaulavaltimon kovettuma nuorilla aikuisilla

- 1055 henkeä, keski-ikä 31,7 v (24–39 v)

- **korkea elämyshak.** + **korkea kiitoksenk.** + **matala turvall.hak.**
→ kaulavaltimon kovettumisriski suurempi

- vaikutuksen koko samaa luokkaa kuin tupakoinnin!



- Korkea kiitoksenkaipuu: miellyttämishalu → stressi ja omien tarpeiden laiminlyönti

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Hintsa ym., 2010: Temperamentit ja työstressi

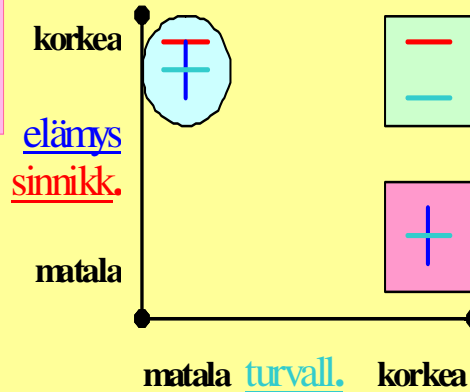
© S.Hiltunen / 3.4.2012

- 613 henkeä, keski-ikä 30-45 v

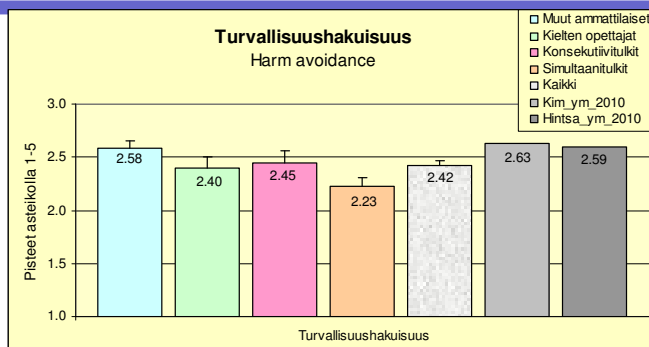
- matala elämyshak. + korkea turvall.hak. → työstressi pitkäkest.

- korkea elämyshak. + matala turvall.hak. + korkea sinnikkyys → vaikutusmahdollisuudet työssä par.

- korkea turvall.hak. + korkea sinnikkyys → vaativa työ



Temperamentit ja kielten ammattilaiset



- Eri eksperttiryhmiä temperamenttipiirteiden keskiarvot vastasivat muiden suomalaistutkimusten keskiarvoista:
 - kielten ammattilaisten turvallisuushakuisuus oli ihan vähän matalampi kuin muiden ammattilaisten mutta ero ei ollut tilastollisesti merkitsevä

Temperamentit ja muisti

© S.Hiltunen / 3.10.2013

- Cassimjee & Murphy, 2010:
 - eläm्यshakuisuus (*NS*) korreloi muistin jatkuvan päivitystehtävän kanssa (nk. 2-back)
 - turvallisuushakuisuus (*HA*) ja kiitoksenkaipuu (*RD*) korreloivat muistitehtävän reaktioaikojen kanssa (visuaalinen ylläpitotehtävä)
- Oma tutkimus (Hiltunen ym., 2013?):
 - *NS* korreloi tekstin muistamistehtävän kanssa ja
 - *HA* korreloi käänteisesti sanojen muistitehtävän kanssa – mutta vain abstrakteissa sanoissa
 - johtui ehkä siitä, että molemmat tehtävät olivat samana päivänä ja ennen kuin konkreettisten sanojen tehtävä tehtiin: ehkä outoa muistitehtävää jännitettiin
 - eläm्यshakuiset taas eivät jännitä: tulee mitä tulee!
 - kielten ammattilaiset: sinnikkys (*P*) korreloi tekstin muistamistehtävän kanssa

Temperamentit ja oppiminen

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamentit vaikuttavat arvosanoihin:

- Mulla ym. 2010: opettajien arviot oppilaan (13–19 v) taidoista ja temperamenteista vs. arvosanat:
 - aktiivisuus, sinnikkyyys, häirittevyys ja kielteinen emotionaalisuus merk.yhteydessä äidinkielen ja matematiikan arvosanoihin
 - oppimiskykyarvio (kogn.kyvvyt, motivaatio, kypsyys) toimi välittävänä tekijänä aktiivisuuden ja matikan arvosanojen välillä

Temperamenttien periytyvyys

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamenttipiirteiden periytyvyys kaksostutkimuksissa verraten korkea:

- 50–70%
 - ongelmana se, että jotkut tutkijat ovat tutkineet oikeastaan persoonallisuudenpiirteitä eivätkä temperamenttipiirteitä
- Cloninger, 2013, kaksostutkimus Ruotsissa:
 - elämyshak., turvall.hak. ja sinnikkyys (*NS, HA, P*) – vahva geneettinen vaikutus
 - kiitoksenkaipuu (*RD*) – sekä geenit että ympäristö vaikuttivat yhdessä

Temperamentit ja harmaa aine

© S.Hiltunen / 3.10.2013

- Gardini, Cloninger, & Venneri, 2009:
 - havaittu muutoksia harmaan aineen määrässä aivojen eri alueilla temperamenttipiirteestä riippuen:
 - harmaa aine – hermosolujen keskusosien ja niihin kiinnittyvien synapsien määrä
 - verrattuna valkeaan aineeseen – aksonien määrään (signaalin kuljetus muihin hermosoluihin)

Temperamenttien periytyvyys

© S.Hiltunen / 3.4.2012

Eräiden hermovälittäjäaineiden reseptoreita koodaavien geenien ja temperamenttipiirteiden välillä on havaittu yhteyksiä:

- elämyshakuisuus ja dopamiini
- turvallisuushakuisuus ja serotoniini
- kiitoksenkaipuu ja asetyylikoliini

Tulokset ristiriitaisia:

- Serotoniinin yhteys huolestuvaan persoonallisuuteen (*HA - harm avoidance*) on kaikkein parhaiten todistettu

Selityksiä useita:

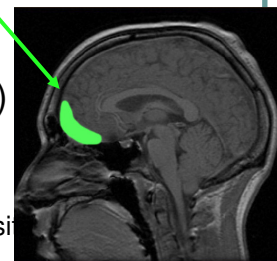
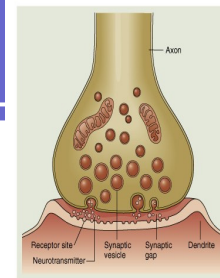
- vain pientä osaa geeneistä tutkittu
- Keltikangas-Järvinen, 2009: dopamiini- ja serotoniinijärjestelmät muokkaavat herkkyyttä ympäristötekijöille

MUTTA myös eläimillä on löydetty varovainen (HA) ja rohkea (NS) temperamentti: mehiläiset, kalat, mustekalat, hiiret, koirat, simpanssit...

Välittäjäaineiden toimintamekanismeja

serotoniini

- tiettyjen aivoalueiden tai hermotojen aktivaatio
 - esim. **OFC – orbito-frontaalialue**:
 - tunteet, päätöksenteko, palkitsevuus:
 - lähellä olevat palkkiot – mielihyvä
- serotoniini ja turvallisuushak.(*HA*)
 - yhteys tietyn geenialleelin (reseptorin) välillä:
mitä enemmän serotoniinia (reseptoreita), sitä turvallisuuksuuskaisempi



© S.Hiltunen / 3.4.2012

Geenit vs. temperamentti

MITEN geenit "aiheuttavat" temperamentin kehityksen matalaksi tai korkeaksi?

Salo ym. 2011:

- serotoniinireseptorin geeni 2A, genotyypit T/T, T/C ja C/C
- T/T:n kantajat: lapsuuden hoivaympäristö vaikutti eniten:
 - jos äiti hoivasi lapsena paljon → kiitoksenkaipuu korkea mutta välttelevä varhaislapsuuden kiintymystapa matala
 - jos äiti hoivasi lapsena vähän → kiitoksenkaipuu matala mutta välttelevä varhaislapsuuden kiintymystapa korkea
- vastaavaa vaikutusta ei havaittu C-alleelin kantajissa

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamentit ja persoonallisuus

Tutkijoiden mielipiteet ristiriitaisia:

- Costa & McCrae, 2001:
temperamenttipiirteet sama asia kuin persoonallisuuspiirteet:
 - pers.piiirteet esiintyvät useissa kulttuureissa
 - Big Five -piirteet (plus dominanssi) on havaittu myös simpansseissa
 - pers.piiirteet periytyvät: 2/3 varianssista selittyy perinnöllä

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamentit ja persoonallisuus

Tutkijoiden mielipiteet ristiriitaisia:

- Wachs & Kohnstamm, 2001: temperamenttipiirteet eri asia kuin persoonallisuuspiirteet:
 - temperamentti vaikuttaa ympäristöön
 - lapsen piirre muokkaa vanhempien käytöstä
 - piirre vaikuttaa siihen, miten lapsi ympäristön kokee:
 - pelokas lapsi → jopa neutraalit ärsykkeet pelottavia
 - ympäristö vaikuttaa temperamenttiin
 - hyvä parisuhde → lapsen sinnikkyys kasvaa
 - huono parisuhde → lapsen kielt.neg. kasvaa
 - äiti saa sosiaalista tukea → lapsen kielt.neg. vähenee

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamentit ja persoonallisuus

- Rothbart, 2007: temperamentti ja kokemukset ”kasvavat” persoonallisuudeksi:
 - sosiaalistuminen:
 - lapsen omat käsitykset itsestä, muista, maailmasta
 - arvot, asenteet, selviytymiskeinot

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamentti ja ympäristö

Tilanne antaa merkityksen:

- **Goodness of fit - kannustavuus**
 - ympäristö ylläpitää ja tukee piirrettä
 - perhe ja kulttuuri (mikro- ja makrotaso)
 - kun esim. kulttuuri arvostaa piirrettä, se säilyy pysyvämpänä
- **Poorness of fit - lannistavuus**
 - yksilön ja ympäristön välinen ristiriita
 - STRESSI
 - jatkuva epämiellyttävä olo: "en kuulu joukkoon"

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Temperamentit ja persoonallisuus

© S.Hiltunen / 3.10.2013

MITEN ympäristö vaikuttaa temperamenttiin?

- **Josefsson, Jokela ym. 2012:**
 - seurantatutkimus 1983–2001, 18 v.:
 - vanhempien (etenkin äitien) hoivatavat ja kotiympäristö vaikuttivat enemmän Cloningerin TCI-mittarin luonteenpiirteisiin (itseohjautuvuus ja yhteistyökykyisyys) kuin temperamenttipiirteisiin

Temperamenttien muuttuminen iän myötä

© S.Hiltunen / 3.10.2013

- **Keltikangas-Järvinen ym. 2012:**
 - seurantatutkimus 1997,2001 ja 2007, 20–45 v:
 - elämishakuisuus laski ja sinnikkyys nousi hieman, ennakoivat persoonallisuuden muutosta
 - luonteenpiirteet kypsyivät:
 - itseohjautuvuus ja yhteistyökykyisyys olivat nuorissa ikäluokissa korkeampia ja henkisyys matalampi kuin vanhemmissa ikäluokissa

Persoonallisuuden piirteet – Big Five (Costa & McCrae, 1976)

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Avoimuus (Openness)

– mielikuvitus, estetiikka, tunteet, toimet, ideat, arvot

Tunnollisuus (Conscientiousness)

– pätevyys, järjestys, velvollisuudentunto, pyrkii saavutuksiin, itsekuuri, harkitsevuus

Ekstraversio (Ekstraversion)

– lämpö, seurallisuus, jämäkkyys, aktiivisuus, jännityshakuisuus, myönteiset emootiot

Miellyttävyyys (Agreeableness)

– luottamus, suoruus, altruismi, mukautuvuus, vaatimattomuus, hellämielisyys

Neuroottisuus (Neuroticism)

– huolestuneisuus, vihamielisyys, masennus, itsetietoisuus, impulsiivisuus, haavoittuvuus

O
C
E
A
N

De Fruyt ym., 2000: Cloningerin TCI:n ja Big Five:n välillä paljon päällekkäisyyttä

Temperamentit - yhteenvetoa

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Kielteinen emotionaalisuus – voimakkaat kielteiset reaktiot kaikkeen
Itsesäätely – tunteiden ja tarkkaavaisuuden säätely
Aktiivisuus – motorinen aktiivisuus
Impulsiivisuus – kaikki mielessä yhtäaikaan
Säännöllisyys, rytmisyys – järjestys, aikataulut ja rytmit tärkeitä
Sopeutuvuus – sopeutuu nopeasti
Elämishakuisuus – elämykset tärkeitä
Turvallisuushakuisuus – välttää riskinottoa, harmeja
Kiitoksenkaipuu – tarvitsee ulkopuolista myönteistä palautetta
Seurallisuus – mieluummin yhdessä kuin yksin
Sinnikkyys – tavoite säilyy mielessä, ei anna periksi
Häirittävyys – herkkä huomaamaan kaikkia ärsykeitä
Myönteinen emotionaalisuus – voimakkaat myönteiset reaktiot kaikkeen
Varautuneisuus, ujous – varovainen uusissa tilanteissa
Sensitiivisyys – herkkä sosiaalisille vihjeille, usein myös aistiherkkyys

Mietittäväksi

© S.Hiltunen / 3.10.2013

Entäpä Dominick
Arduin?

- Mitkä temperamentti-
piirteet voisivat
selittää hänen
toimiaan?

- aktiivisuus
- impulsiivisuus
- säännöllisyys
- sopeutuvuus
- elämishakuisuus
- turvallisuushak.
- kiitoksenkaipuu
- sinnikkyys
- sosiaalisuus
- häirittävyys
- varautuneisuus, ujous
- sensitiivisyys

Temperamentti: Lähteitä

© S. Hiitonen / 20.1.2012

- Keltikangas-Järvinen Liisa, 2010: Temperamentti ja koulumenestys
- Keltikangas-Järvinen Liisa, 2008: Temperamentti, stressi ja elämänhallinta
- Keltikangas-Järvinen Liisa, 2010: Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot
- Keltikangas-Järvinen Liisa, 2010: Tunne itsesi, suomalainen
- Keltikangas-Järvinen Liisa, 2010: Hyvä itsetunto
- Keltikangas-Järvinen Liisa, 2004: Temperamentti - ihmisen yksilöllisyys
- Metsäpelto Riitta-Leena & Feldt Taru, 2009 (toim.): Meitä on moneksi. Persoonallisuuden psykologiset piirteet
- Möttönen, L. & Hintsanen, M., 2011: Liittykö työstressin kokeminen yksilön temperamenttiin? Psykologia, 46 (04)
- Posner, M.I. & Rothbart, M.K., 2007: Educating the Human Brain
- Zentner, M. & Shiner, R.L. (toim.), 2012: Handbook of Temperament
- Cloningerin TCI:n tarkempi kuvaus:
- http://psychobiology.wustl.edu/joomla/index.php?option=com_content&view=article&id=70&Itemid=85