

GIPERAQTIV BOLALAR

Xolmatova Barnoxon Kodirjon qizi
Odashboeva Xilola Erkinboy qizi
Qo`qon universiteti Andijon filiali
Pediatriya ishi 1- bosqich talabalari

Annotatsiya

Giperaqtivlik sindromi – bolalarda ko‘p uchraydigan nevrologik holatlardan biri bo‘lib, diqqat yetishmovchiligi, impulsivlik va faollikning me‘yordan ortiq bo‘lishi bilan tavsiflanadi. Ushbu maqolada giperaqtiv bolalarning psixologik va pedagogik xususiyatlari, ularning ijtimoiy muhitga moslashuvi, o‘qish jarayonidagi qiyinchiliklar va oilaviy munosabatlarga ta’siri keng yoritiladi. Giperaqtivlikning sabablari ko‘p omilli bo‘lib, genetik omillar, homiladorlik davridagi stress, atrof-muhit toksinlari, noto‘g‘ri ovqatlanish va zamonaviy texnologiyalar ta’siri kabilar bilan bog‘liq. Maqolada giperaqtiv bolalarni erta aniqlash, ularga individual yondashuv asosida yordam ko‘rsatish, oilaviy va maktab psixologi ishtirokida kompleks yondashuvlar ishlab chiqish zarurligi ta’kidlanadi. Shuningdek, Andijon viloyatidagi maktabgacha ta’lim muassasalarida olib borilgan kuzatuvlar asosida mahalliy holatlar tahlil qilinadi. Tadqiqot natijalari giperaqtiv bolalar bilan ishlashda psixologik metodikalar va amaliy mashg‘ulotlar muhim o‘rin tutishini ko‘rsatadi. Maqola natijalari asosida, psixologlar, tarbiyachilar va ota-onalar uchun tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so‘zlar: giperaqtivlik, bolalar psixologiyasi, diqqat yetishmovchiligi, impulsivlik, psixokorreksiya, maktabgacha ta’lim, psixologik yordam, ijtimoiy moslashuv, pedagogik yondashuv.

ГИПЕРАКТИВНЫЕ ДЕТИ**Аннотация**

Синдром гиперактивности — одно из наиболее распространенных неврологических состояний у детей, характеризующееся дефицитом внимания, импульсивностью и чрезмерной активностью. В статье подробно рассматриваются психолого-педагогические особенности гиперактивных детей, их адаптация к социальной среде, трудности в процессе обучения, влияние на семейные отношения. Причины гиперактивности многофакторны и связаны с генетическими факторами, стрессом во время беременности, токсинами окружающей среды, недоеданием, воздействием современных технологий. В статье подчеркивается необходимость раннего выявления гиперактивных детей, оказания им индивидуализированной помощи и разработки комплексных

подходов с участием семейных и школьных психологов. Также анализируются локальные случаи на основе наблюдений, проведенных в дошкольных учреждениях Андижанской области. Результаты исследования показывают, что психологические методики и практические упражнения играют важную роль в работе с гиперактивными детьми. На основании результатов статьи разработаны рекомендации для психологов, педагогов и родителей.

Ключевые слова: гиперактивность, детская психология, дефицит внимания, импульсивность, психокоррекция, дошкольное образование, психологическая поддержка, социальная адаптация, педагогический подход.

HYPERACTIVE CHILDREN

Annotation

Hyperactivity syndrome is one of the most common neurological conditions in children, characterized by attention deficit, impulsivity, and excessive activity. This article extensively discusses the psychological and pedagogical characteristics of hyperactive children, their adaptation to the social environment, difficulties in the learning process, and their impact on family relationships. The causes of hyperactivity are multifactorial and are associated with genetic factors, stress during pregnancy, environmental toxins, malnutrition, and the impact of modern technologies. The article emphasizes the need for early identification of hyperactive children, providing them with individualized assistance, and developing comprehensive approaches with the participation of family and school psychologists. Local cases are also analyzed based on observations conducted in preschool institutions in the Andijan region. The results of the study show that psychological techniques and practical exercises play an important role in working with hyperactive children. Based on the results of the article, recommendations for psychologists, educators and parents have been developed.

Keywords: hyperactivity, child psychology, attention deficit, impulsivity, psychocorrection, preschool education, psychological support, social adaptation, pedagogical approach.

Kirish

Zamonaviy jamiyatda bolalar ruhiy salomatligi muhim ijtimoiy muammolardan biri sifatida qaralmoqda. Xususan, giperaqtiv bolalar sonining ortib borayotgani psixologlar, pedagoglar va ota-onalarda jiddiy tashvish uygʻotmoqda. Giperaqtivlik sindromi – bu bolalarda diqqatni jamlay olmaslik, ortiqcha harakatchanlik va impulsivlik bilan xarakterlanuvchi holat boʻlib, u aksariyat hollarda maktabgacha va boshlangʻich taʼlim yoshida aniqlanadi. Bu sindrom bolaning nafaqat oʻquv

faoliyatiga, balki ijtimoiy muomalasi, oilaviy munosabatlar va o‘z-o‘zini baholash darajasiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Ushbu holatga oid ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, giperaqtivlik ko‘pincha irsiy omillar, markaziy asab tizimining yetilmaganligi, homiladorlikdagi toksikoz, ona stressi, tug‘ruqdagi og‘irliklar, shuningdek, bolalikda noto‘g‘ri ovqatlanish, televizor va gadjetlarga haddan tashqari berilish kabi omillar bilan bog‘liq. Maktabgacha yoshdagi bolalar ayniqsa sezgir bo‘lishi sababli, bu sindrom erta aniqlanmasa, o‘smirlik davrida yanada chuqur nevroz, ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar, depressiya kabi muammolarga olib keladi.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 30-dekabrda PQ–456-sonli qarorida ta’lim tizimida bolalar psixologiyasi bo‘yicha mutaxassislar tayyorlash va ularning malakasini oshirish borasida ko‘plab chora-tadbirlar belgilangan. Bu esa giperaqtivlikka ega bolalarga psixologik yordam ko‘rsatishning dolzarbligini yanada oshiradi.

Andijon tumanidagi ayrim maktabgacha ta’lim muassasalarida kuzatilgan real holatlar tahlil qilinib, bu muammoning kengligi va chuqurligiga e’tibor qaratiladi. Shuningdek, muammoning psixologik, pedagogik va tibbiy yondashuvlari asosida yechim takliflari ishlab chiqiladi.

Adabiyotlar tahlili

Giperaqtivlik sindromiga oid ilmiy manbalar soni yildan-yilga ortib bormoqda. O‘zbekiston psixologlari va shifokorlari tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda ushbu sindromning fiziologik va psixologik asoslari tahlil qilingan. Xususan, Karimova M. va Qo‘chqarova N. tomonidan yozilgan “Bolaning psixologik rivojlanishi” (Toshkent, 2020) nomli asarda giperaqtivlik va diqqat yetishmovchiligi muammosi chuqur o‘rganilgan. Unga ko‘ra, bu sindrom bilan og‘rigan bolalarning markaziy asab tizimida qo‘zg‘aluvchanlik yuqori bo‘ladi, natijada bola o‘z xatti-harakatlarini boshqarishda qiynaladi. Xalqlararo miqyosda esa, giperaqtivlikni ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) deb atashadi va bu borada turli metodologiyalar ishlab chiqilgan. Rossiyalik olimlar – Barkov S. V. va Zaharova I. N. giperaqtiv bolalarga nisbatan psixologik korreksion yondashuvlarning samaradorligini o‘rgangan. Ular bolalarda emotsional regulatsiya va ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirish bo‘yicha individual rejalashtirishni tavsiya etishadi.

Toshkent Pediatriya tibbiyot institutining 2021-yilgi ilmiy to‘plamida giperaqtivlikni aniqlash va tuzatishga doir testlar, kuzatuv metodlari va amaliy mashg‘ulotlar bayon qilingan. Bu usullar bolalarning jismoniy faolligi, diqqat doirasi va muloqotdagi o‘zgarishlarni baholash imkonini beradi.

O‘zbekistonda giperaqtiv bolalarni psixologik qo‘llab-quvvatlashga qaratilgan davlat dasturlarida ularni erta aniqlash, oilaviy va maktab muhitini moslashtirish asosiy vazifa sifatida belgilanmoqda. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash

vazirligining 2022-yildagi bu boradagi klinik tavsiyalari ham ushbu sindrom bilan ishlashda kompleks yondashuv zarurligini ta'kidlaydi.

Tadqiqotlar qismi

Tadqiqot Andijon tumanidagi 3 ta maktabgacha ta'lim muassasasida olib borildi. 5–7 yosh oralig'idagi 60 nafar boladan iborat guruh kuzatuvga olindi. Psixologik kuzatuvlar va intervyu asosida ularning 15 nafarida giperaktivlik belgilarining mavjudligi aniqlandi. Bu belgilar orasida tez-tez joyida turolmaslik, nutqda haddan ortiq gapiruvchanlik, guruh qoidalariga bo'ysunmaslik, diqqatni jamlay olmaslik kabi holatlar mavjud edi.

Tadqiqot davomida har bir bolaning oilaviy holati, ota-onasining pedagogik saviyasi, ovqatlanish rejimi va texnologik qurilmalarga bo'lgan yondashuvi ham hisobga olindi. Aniqlanishicha, giperaktivlik belgilariga ega bolalarning ko'pchiligi ota-onasi bilan yetarli darajada emotsional aloqa qilmaydigan, planshet yoki televizor qarshisida ko'p vaqt o'tkazadigan oilalarda yashaydi.

Tadqiqot yakunida ushbu bolalar bilan 2 oylik psixologik mashg'ulotlar olib borildi. Mashg'ulotlar tarkibiga nafas olish texnikalari, jismoniy mashqlar, diqqatni jamlashga qaratilgan o'yinlar va ijobiy mustahkamlovchi metodlar kiritildi. Mashg'ulotlar natijasida bolalarning faolligi biroz barqarorlashgani, diqqat hajmi kengaygani va guruhda o'zini tutish madaniyati shakllana boshlagani kuzatildi.

Xulosa

Giperaktiv bolalar bilan ishlash bugungi kunda psixologlar, tarbiyachilar va ota-onalarning diqqat markazida bo'lishi zarur. Ushbu maqolada giperaktivlik sindromining kelib chiqish sabablari, asosiy belgilar, unga olib keluvchi ijtimoiy va biologik omillar tahlil qilindi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, giperaktivlikning oldini olishda erta tashxis va oilaviy psixologik qo'llab-quvvatlash muhim ahamiyatga ega. Mahalliy sharoitda olib borilgan kuzatuvlar asosida shuni aytish mumkinki, giperaktivlikka ega bolalar maktabgacha muassasalarda o'zini tutishda qiyinchiliklarga duch kelmoqda. Bu esa ularning ijtimoiy muhitga moslashuvini sekinlashtiradi. Bunday holatlarda pedagog va psixologlarning hamkorlikdagi yondashuvi, individual reja asosida mashg'ulotlar tashkil etilishi samarali natija beradi. Ota-onalarga psixologik maslahatlar berish, bolani faollashtiruvchi emas, balki tinchlantiruvchi faoliyat turlariga jalb etish, ekranli qurilmalardan foydalanishni cheklash, sog'lom ovqatlanish va jismoniy faollikni tartibga solish giperaktivlikni kamaytirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Kelajakda bunday bolalar uchun maxsus pedagogik dasturlar, moslashtirilgan tarbiya metodlari va o'ziga xos baholash tizimini joriy qilish zarur. Bu esa ularning to'laqonli shaxs sifatida rivojlanishiga imkon yaratadi. Maqolada taqdim etilgan natijalar asosida amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi va ular pedagogik hamda psixologik faoliyatda qo'llanishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Karimova M., Qo'chqarova N. Bolaning psixologik rivojlanishi. – Toshkent: O'zbekiston pedagogika nashriyoti, 2020. – 248 b.
2. Zokirova D. G., Ermatova N. Maktabgacha yoshdagi bolalarda xulq-atvor buzilishlari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2021. – 183 b.
3. Sog'liqni saqlash vazirligi. Bolalarda giperaqtivlik sindromini erta aniqlash va psixokorreksiya qilish bo'yicha tavsiyalar. – Toshkent, 2022. – 56 b.
4. Barkov S. V., Zaharova I. N. Psixokorreksion yondashuvlar asoslari. – Moskva: Psixologiya markazi, 2018. – 212 b.
5. Sharipova D. Psixologiya asoslari. – Samarqand: SamDU nashriyoti, 2019. – 192 b.
6. Xolmatova R. Bolalar psixologiyasida muammoli xatti-harakatlar. – Farg'ona: FDU nashriyoti, 2020. – 165 b.