

## GIPPERAKTIV BOLALARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

**Axmadaliyeva Shaxnoza Maxamadxanifovna**

Andijon viloyati Andijon tumani  
maktabgacha va maktab ta'limi  
bo'limiga qarashli 16-umumiy o'rta talim maktabi  
amaliyotchi psixologi

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada giperaktivlik, giperaktiv bolalar bilan ishlashdagi muammolar, giperaktiv bolalar psixologiyasi, o'smirlik davrida intellektual va psixik rivojlanish xususiyatlari haqida fikr yuritiladi.

**Kalit so'zlar:** O'smir, giperaktivlik, psixologik xususiyatlari, diqqat, psixologiya.

Hozirgi vaqtda giperaktivlik muammosi dolzarbdir, chunki har yili giperaktiv bolalar soni ortib bormoqda. Giperaktiv bolalar bilan ishlaydigan o'qituvchilar, ularning sabrsiz, izchil emas, impulsiv, jahldor va bezovta ekanligini ta'kidlashadi. Giperaktiv bolalar buzg'unchi, qarama-qarshilik va ba'zan buzg'unchi xatti-harakatlar bilan ajralib turishi mumkin.

Giperaktivlik - bu haddan tashqari faollik va impuls nazoratining yomonligi. Giperaktivlik o'z vaqtida tashxis qo'yish, shuningdek, psixologik va pedagogik tuzatishni talab qiladigan muammodir. Guruh o'qituvchilari giperaktiv bolalarning jamiyat hayotiga moslashishi jarayonida yetakchi rol o'ynaydi. Zamonaviy o'qituvchi giperaktiv bolaning fiziologik va psixologik xususiyatlarini bilishi va giperaktiv bolalar bilan ishlashni tashkil etishning amaliy usullariga ega bo'lishi kerak. Giperaktiv bolalar bilan psixologik-pedagogik ishlarni tashkil qilishda asosiy e'tibor bolaning ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratiladi:

- diqqatni jamlash;
- boshlagan ishingizni oxirigacha yetkazing;
- harakatlaringizni nazorat qilish;
- mushaklarning kuchlanishini bartaraf etish;
- hissiy ko'rinishlaringizni nazorat qiling;
- kattalar va tengdoshlar bilan o'zaro munosabatlarda xulq-atvor repertuarini kengaytirish.

Giperaktiv bolalar bilan ishlash uch yo'nalishda tashkil etilgan:

1. Kamchilik funksiyalarini rivojlantirish (diqqat, xatti-harakatlarni nazorat qilish, vosita nazorati).
2. Kattalar va tengdoshlar bilan muloqot qilish uchun maxsus ko'nikmalarni mashq qilish.
3. Agar kerak bo'lsa, g'azab bilan ishlang.

Giperaktiv bolalarda asosan tartibsizlik, gapga quloq tutmaslik, beparvolik, unutulchanlik, dangasalik xarakterlari kuzatiladi. Ular har bir gapning ma'nosini so'raydi, ko'p bezovtalanadi (barmoqlari bilan narsalarni chaladi, o'rindiqlarni qimirlatadi, u yoqdan bu yoqqa ko'p yuguradi, doimo qayergadir intiladi), boshqa bolalarga nisbatan kam uxlaydi va juda mahmadona bo'ladi. Bundan tashqari, savolni oxirigacha eshitmay turib, javob berishni boshlaydi, o'z navbatini toqat qilib kutolmaydi, suhbatni buzib aralashib turadi, qoidalarga bo'ysunmaydi va o'zini boshqara olmaydi.

Giperaktiv bolalar bilan mashg'ulotlarni tashkil qilishda psixolog maxsus ishlab chiqilgan korreksion-rivojlantiruvchi dasturni qo'llashi mumkin. Giperaktiv bolalarga yordam berishda ularning ota-onalari va o'qituvchilari bilan ish olib borish hal qiluvchi ahamiyatga ega. Kattalarga bolaning muammolarini tushuntirish zarur, uning qiliqlari ataylab qilinmasligini anglatish, ularning yordam va qo'llab-quvvatlashisiz bunday bola o'zidagi bor qiyinchiliklarni yengib o'ta olmasligini ko'rsata olish kerak. Psixolog giperaktiv bolalarning ota-onalariga tarbiyaviy ta'sir etishning aniq usullariga amal qilishlarini tushuntirishi kerak.

Ular shuni esda tutishlari lozimki, bolani holatining yaxshilanishi “unga bo‘lgan muloyim, xotirjam va izchil munosabatga bog‘liqdir”.

Bunday bolalarni tarbiyalashda ota-ona ikkita keskinlikka yo‘l qo‘ymasliklari kerak: haddan ziyod rahm - shafqat ko‘rsatish va bir tomonidan esa uning oldiga u bajara olmaydigan ortiqcha aniqlik, shafqatsizlik va jazolar bilan uyg‘unlashgan katta talablarni qo‘ymaslik.

Psixolog olimlardan M. Rotterning ko‘rsatishicha, bunday bolalar maktabga chiqqach jiddiy qiyinchiliklarga duch keladilar. Chunki o‘qish faoliyati diqqat funksiyasi rivojlanishiga yuqori talablarni qo‘yadi. Shuning uchun ham DEGS bolalar maktab talablarini bajara olmaydilar. Qoida bo‘yicha o‘smirlik yoshida bunday bolalarda diqqatning nuqsonlari saqlanib qoladi, lekin giperaktivlik yo‘qoladi va ko‘pincha faollikning susayishi, psixik faoliyatning inertligi va istakning yetishmasligi bilan almashadi.

## **GIPERAKTIV BOLA BILAN ISHLASH QOIDALARI**

- Farzandingiz bilan kechqurun emas, kunning boshida ishleng.
- Bolaning ish yukini kamaytiring.
- Ishni qisqaroq, lekin tez-tez bo‘lgan davrlarga ajrating. Jismoniy tarbiya daqiqalaridan foydalaning.
- Dramatik, ifodali o‘qituvchi bo‘ling.
- Mashg‘ulotlar paytida bolani kattalar yoniga qo‘ying.
- Qisqa, aniq va aniq ko‘rsatmalar bering.
- Mukofot va jazolarning moslashuvchan tizimidan foydalaning.
- Bolaga tanlash imkoniyatini bering.
- Tinchlaning, g‘azabingizni nazorat qiling
- Bolani injiqliklaridan chalg‘itib qo‘ying.
- Tanlovni taklif qiling (hozirda mumkin bo‘lgan boshqa faoliyat).
- Kutilmagan savol bering.
- Bola uchun kutilmagan tarzda munosabat bildiring (hazil qiling, bolaning harakatini takrorlang).
- Bolaning harakatlarini qat‘iyan taqiqlamang.
- Bolaning nima demoqchi ekanligini tinglang (aks holda u sizni eshitmaydi).
- Bolani suratga oling yoki u yaramas bo‘lgan paytda uni oynaga olib boring.
- Farzandingiz bilan o‘yin vaqti, yurish davomiyligi va boshqalar haqida oldindan kelishib oling.
- Dars boshlanishidan oldin, bola topshiriqni bajarishda o‘zi uchun nimani xohlashini aytishi mumkin.

O‘qituvchilar tomonidan bir qator psixologik va pedagogik tavsiyalarni amalga oshirish ularga giperaktiv bola bilan samarali muloqot qilishda yordam beradi. O‘z navbatida, bu bolaning psixo-emotsional holatiga ijobiy ta‘sir qiladi. U muloqot va o‘yin ko‘nikmalarini rivojlantiradi. Diqqat barqarorligi yuqori bo‘ladi. U o‘z xatti-harakatlarini nazorat qila oladi.

Hozirgi kunda diqqat yetishmasligi va giperaktivligi sindromi bir qator olimlar tomonidan o‘rganilgan. Ularning ko‘rsatishicha, bu sindromning kelib chiqishiga onaning homiladorlik davrida va tug‘ruq jarayonidagi qiyinchiliklar, bu davrda noto‘liq ovqatlanish va ko‘p asabiylashish, ota va onaning spirtli yoki narkotik moddalarni qabul qilish, ilk bolalikdagi somatik kasalliklar ( og‘ir diatez, dispepsiya ) jismoniy va psixik jarohatlar sabab bo‘lishi mumkin. Bu bolalarning asab tizimi shunday tuzilganki, ham emotsional, ham jismoniy ortiqcha zo‘riqish, charchoq belgisi bo‘lgan maqsadsiz faollikni yanada rivojlanishiga imkon beradi. Shuning uchun DEGS li bolalarga aerobika ko‘rishidagi jismoniy mashqlar tavsiya etiladi. Ular yurak qon-tomirlarini va nafas tizimining faoliyatini yaxshilaydi, chidamlilikni oshirishga yordam beradi. Bundan tashqari bu bolalar kuchli ifodalangan emotsional tarkibli o‘yinlarni o‘ynamasliklari kerak. Sportning suzish, changida uchish turlari foydalidir.

---

**Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati**

1. Psixologik xizmat. Z.T.Nishonova. Toshkent, 2014 y.
2. Psixologik xizmat. Psixokorreksiya. Z.T.Nishonova. Toshkent, 2018 .
3. Ontogenez psixologiyasi. E.Goziev. Toshkent, 2010 y.
4. Osmirlik davrida psixodiagnostika va psixokorreksiya. Z.T.Nishonova va boshqalar. Oquv qollanma.
5. 4. [www.cyberleninka.ru](http://www.cyberleninka.ru)