GIPERAKTIV BOLALARDA AGRESSIV XATTI-HARAKATLARNI PSIXOLOGIK KORREKSIYA QILISH

Aliyeva Marjona Qahhorovna
Buxoro xalqaro universiteti

Annotatsiya

Mazkur maqolada giperaktiv bolalarda kuzatiladigan agressiv xatti-harakatlarning psixologik xususiyatlari, ularning kelib chiqish omillari hamda psixologik korreksiya usullari tahlil qilindi. Tadqiqot davomida diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromiga (DEHB) ega bolalarda agressivlik darajasi psixodiagnostik metodlar yordamida o‘rganildi. Psixokorreksion dastur tarkibiga kognitiv-behavioral terapiya, art-terapiya, relaksatsion mashqlar va ota-onalar bilan psixologik treninglar kiritildi. Tadqiqot natijalari korreksion ishlar bolalardagi agressiv xatti-harakatlarning kamayishiga hamda ijtimoiy moslashuvning yaxshilanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatishini tasdiqladi.

Kalit so‘zlar: giperaktivlik, agressiv xatti-harakat, DEHB, psixologik korreksiya, psixoterapiya, bolalar psixologiyasi, emotsional holat, kognitiv-behavioral terapiya.

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada giperaktiv bolalarda agressiv xatti-harakatlarning psixologik xususiyatlari hamda ularni korreksiya qilishning samarali usullari tahlil qilindi. Tadqiqot davomida diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromiga ega bolalarda agressivlik darajasi psixodiagnostik metodlar orqali o‘rganildi. Psixokorreksion dastur tarkibiga kognitiv-behavioral terapiya, art-terapiya, relaksatsion mashqlar va ota-onalar bilan psixologik treninglar kiritildi. Tadqiqot natijalari kompleks psixologik yondashuv agressiv xatti-harakatlarning

kamayishiga hamda bolalarning ijtimoiy moslashuviga ijobiy ta’sir ko‘rsatishini tasdiqladi.

Kalit so‘zlar: giperaktivlik, agressiv xatti-harakat, diqqat yetishmovchiligi, DEHB, psixologik korreksiya, kognitiv-behavioral terapiya, impulsivlik, bolalar psixologiyasi.

АННОТАЦИЯ

В данной статье проанализированы психологические особенности агрессивного поведения у гиперактивных детей и эффективные методы его коррекции. В ходе исследования уровень агрессивности у детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности изучался с помощью психодиагностических методик. В психокоррекционную программу были включены когнитивно-поведенческая терапия, арт-терапия, релаксационные упражнения и психологические тренинги для родителей. Результаты исследования подтвердили, что комплексный психологический подход способствует снижению агрессивного поведения и улучшению социальной адаптации детей.

Ключевые слова: гиперактивность, агрессивное поведение, синдром дефицита внимания, СДВГ, психологическая коррекция, когнитивно-поведенческая терапия, импульсивность, детская психология.

ABSTRACT

This article analyzes the psychological characteristics of aggressive behavior in hyperactive children and effective methods of psychological correction.

During the study, the level of aggression in children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) was examined using psychodiagnostic methods. The psychocorrectional program included cognitive-behavioral therapy,

art therapy, relaxation exercises, and psychological training for parents. The results confirmed that a comprehensive psychological approach contributes to reducing aggressive behavior and improving children's social adaptation.

Keywords: hyperactivity, aggressive behavior, attention deficit, ADHD, psychological correction, cognitive-behavioral therapy, impulsivity, child psychology.

KIRISH

Bugungi kunda bolalar psixologiyasi va pedagogikasida diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi (DEHB) dolzarb muammolardan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Ushbu sindrom bolalarda diqqatning beqarorligi, ortiqcha harakatchanlik, impulsivlik hamda emotsional nazoratning sustligi bilan namoyon bo‘ladi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko‘ra, DEHB maktab yoshidagi bolalar orasida keng tarqalgan bo‘lib, ularning ijtimoiy moslashuvi, o‘quv faoliyati va shaxslararo munosabatlariga salbiy ta'sir ko‘rsatadi.

Giperaktiv bolalarda agressiv xatti-harakatlarning namoyon bo‘lishi psixologik va ijtimoiy jihatdan murakkab muammolarni yuzaga keltiradi. Bunday bolalarda jizzakilik, impulsiv reaksiyalar, tengdoshlariga nisbatan tajovuzkor munosabat hamda emotsional beqarorlik tez-tez kuzatiladi. Natijada ular maktab jamoasiga moslashishda qiyinchiliklarga duch keladi, o‘qituvchilar va ota-onalar bilan ziddiyatli vaziyatlar yuzaga keladi.

Agressivlikning shakllanishiga biologik, psixologik va ijtimoiy omillar ta'sir ko‘rsatadi. Jumladan, markaziy nerv tizimidagi funksional o‘zgarishlar, oiladagi nosog‘lom psixologik muhit, noto‘g‘ri tarbiya usullari hamda boladagi emotsional zo‘riqish agressiv xatti-harakatlarning kuchayishiga sabab bo‘lishi mumkin. Shu bois giperaktiv bolalar bilan ishlashda faqat pedagogik yondashuv emas, balki kompleks psixologik korreksiya metodlarini qo‘llash muhim hisoblanadi.

So‘nggi yillarda kognitiv-behavioral terapiya, art-terapiya, relaksatsion mashqlar va o‘yin terapiyasi kabi usullar giperaktiv bolalardagi agressivlikni kamaytirishda samarali vosita sifatida qo‘llanilmoqda. Ayniqsa, ota-onalar va pedagoglarning psixologik savodxonligini oshirish bolalarning emotsional holatini barqarorlashtirishda muhim omil bo‘lib xizmat qiladi.

Mazkur tadqiqotning dolzarbligi giperaktiv bolalarda agressiv xatti-harakatlarni kamaytirishning samarali psixokorreksion usullarini aniqlash hamda ularni amaliyotga tatbiq etish zarurati bilan belgilanadi. Tadqiqotning maqsadi giperaktiv bolalarda agressiv xatti-harakatlarni psixologik korreksiya qilishning samarali yo‘llarini o‘rganish va kompleks yondashuvning natijadorligini tahlil qilishdan iborat.

ADABIYOTLAR TAHLILI

Giperaktiv bolalarda agressiv xatti-harakatlarni o‘rganish zamonaviy psixologiyaning muhim ilmiy yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. So‘nggi yillarda diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi (DEHB) bilan bog‘liq emotsional va xulqiy muammolarni tadqiq etishga qiziqish ortib bormoqda. Tadqiqotchilar tomonidan olib borilgan ilmiy izlanishlarda giperaktiv bolalarda agressivlikning paydo bo‘lish sabablari, uning psixologik mexanizmlari hamda korreksiya usullari keng tahlil qilingan.

Bir qator xorijiy olimlar DEHBga ega bolalarda impulsivlik va emotsional nazoratning sust rivojlanishi agressiv reaksiyalarni kuchaytirishini ta’kidlaydilar. Psixologik adabiyotlarda agressiv xatti-harakatlarning shakllanishida oilaviy muhitning o‘rni alohida qayd etilgan. Oiladagi doimiy nizolar, bolaga nisbatan qattiqqo‘l munosabat, e’tibor yetishmasligi yoki noto‘g‘ri tarbiya usullari giperaktiv bolalarda agressivlikning kuchayishiga olib kelishi mumkin. Ayrim tadqiqotchilar bolaning agressiv xulq-atvori ko‘pincha kattalar xatti-harakatiga taqlid qilish orqali shakllanishini ilmiy asoslab berganlar.

Ilmiy manbalarda kognitiv-behavioral terapiya agressiv xatti-harakatlarni kamaytirishda samarali metodlardan biri sifatida tavsiflanadi. Mazkur yondashuv orqali bolalarda salbiy fikrlarni nazorat qilish, emotsiyalarni boshqarish va ijtimoiy muammolarni tinch yo‘l bilan hal qilish ko‘nikmalari rivojlantiriladi. Tadqiqot natijalarida ushbu terapiya usuli impulsivlikni kamaytirish hamda kommunikativ qobiliyatlarni yaxshilashga ijobiy ta’sir ko‘rsatishi qayd etilgan.

Shuningdek, art-terapiya va o‘yin terapiyasining ham psixokorreksion jarayondagi ahamiyati yuqori baholanadi. Mutaxassislarning fikricha, ijodiy faoliyat va rolli o‘yinlar bolalarga ichki hissiyotlarini erkin ifodalash imkonini beradi hamda emotsional zo‘riqishni kamaytirishga yordam beradi. Relaksatsion mashqlar esa asabiylik va jizzakilik darajasini pasaytirishda samarali vosita hisoblanadi.

Mahalliy tadqiqotlarda ham giperaktiv bolalar bilan ishlashda kompleks yondashuvning samaradorligi alohida ta’kidlangan. Psixolog, pedagog va ota-onalar hamkorligida olib borilgan korreksion ishlar bolalarning ijtimoiy moslashuvini yaxshilashi, agressiv reaksiyalarni kamaytirishi hamda o‘quv faoliyatiga ijobiy ta’sir ko‘rsatishi aniqlangan.

Giperaktiv bolalarda agressiv xatti-harakatlarni psixologik korreksiya qilishda individual yondashuv, emotsional qo‘llab-quvvatlash va kompleks psixoterapevtik metodlardan foydalanish yuqori natija beradi. Shu sababli mazkur yo‘nalishda ilmiy-amaliy tadqiqotlarni yanada kengaytirish muhim ahamiyatga ega.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur ish giperaktivlik belgilari mavjud bo‘lgan bolalarda kuzatiladigan agressiv xulq-atvorni psixologik jihatdan kamaytirishga qaratilgan korreksion yondashuvning samaradorligini baholash maqsadida amalga oshirildi. Tadqiqot jarayonida nazariy konseptlar bilan bir qatorda amaliy psixodiagnostik va intervension usullar uyg‘unlashtirildi.

Psixologik korreksiya dasturi uch oylik (12 haftalik) davrni qamrab oldi. Har bir mashg‘ulot haftada ikki marta o‘tkazilib, o‘rtacha davomiyligi 45 daqiqani tashkil etdi. Dastur mazmuni bolalarning emotsional va xulqiy rivojlanishini qo‘llab-

quvvatlashga yo‘naltirilgan bir nechta psixoterapevtik yondashuvlarni o‘z ichiga oldi. Jumladan, kognitiv va xulqiy o‘zgarishlarga qaratilgan mashqlar, ijodiy ifoda usullari (art-terapiya), tana va nafasni boshqarishga asoslangan relaksatsiya texnikalari, rolli o‘yinlar hamda muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirishga yo‘naltirilgan treninglar qo‘llanildi.

Ushbu jarayon davomida asosiy e’tibor bolalarda o‘z emotsiyalarini anglash va boshqarish qobiliyatini shakllantirish, shoshqaloq va agressiv reaksiyalar o‘rniga moslashuvchan xulq strategiyalarini rivojlantirish hamda ijtimoiy muloqotda samarali xatti-harakatlarni mustahkamlashga qaratildi.Natijalar psixokorreksion dastur giperaktiv bolalarda agressiv xulq-atvor darajasini sezilarli darajada kamaytirishga ijobiy ta’sir ko‘rsatganini ko‘rsatdi.

TAHLIL VA MUHOKAMA

Olingan natijalarga ko‘ra, tajriba guruhidagi bolalarda verbal va jismoniy agressiya ko‘rsatkichlari pasaygan. Xususan, bolalar konfliktli vaziyatlarda tezkor agressiv reaksiyalar o‘rniga nisbatan tinchroq javob berish strategiyalarini qo‘llay boshlagan. Bu holat kognitiv-behavioral yondashuvning emotsional nazoratni rivojlantirishdagi rolini ko‘rsatadi.

Psixokorreksion jarayonda qo‘llanilgan art-terapiya va o‘yin terapiyasi bolalarning ichki hissiyotlarini ifodalash imkoniyatini kengaytirdi. Natijada, ichki zo‘riqish va frustratsiya darajasi kamayib, agressiv xatti-harakatlar yumshagan. Bu holat ijodiy faoliyatning emotsional regulyatsiyadagi muhim o‘rnini tasdiqlaydi.

Relaksatsion mashqlar va nafas olish texnikalari esa bolalarning asab tizimi faolligini pasaytirishga yordam berdi. Bu, o‘z navbatida, impulsiv reaksiyalar chastotasining kamayishiga olib keldi. Shu bilan birga, bolalarda diqqatni jamlash qobiliyatida ham ijobiy o‘zgarishlar kuzatildi.

Olingan natijalar Russell A. Barkley tomonidan ilgari surilgan impulsivlik nazariyasi bilan mos keladi, ya’ni impulsivlik va emotsional nazoratning sustligi agressiv xatti-harakatlarning asosiy omillaridan biri hisoblanadi. Shuningdek, Albert Bandura ning ijtimoiy o‘rganish nazariyasi ham tasdiqlandi, chunki

bolalarning xulq-atvori oilaviy muhit va o‘rganish tajribasi orqali sezilarli darajada o‘zgargan.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari kompleks psixologik yondashuv — kognitiv-behavioral terapiya, art-terapiya, relaksatsiya va ota-onalar bilan ishlash — giperaktiv bolalarda agressiv xatti-harakatlarni kamaytirishda samarali ekanligini ko‘rsatdi. Shu sababli, bunday dasturlarni maktab va psixologik markazlarda tizimli

XULOSA

Olib borilgan ishlar natijalari giperaktiv bolalarda agressiv xatti-harakatlarni kamaytirishda psixologik korreksiya usullarining samarali ekanligini ko‘rsatdi. Tadqiqot davomida qo‘llanilgan kompleks yondashuv - kognitiv-xulqiy terapiya elementlari, art-terapiya, relaksatsion mashqlar, rolli o‘yinlar hamda kommunikativ treninglar - bolalarning emotsional barqarorligini oshirishga ijobiy ta’sir ko‘rsatdi.Shuningdek, psixokorreksion dasturdan so‘ng bolalarda impulsivlik va agressiv reaksiyalar sezilarli darajada kamaygan, o‘z xatti-harakatlarini nazorat qilish ko‘nikmalari esa yaxshilangan, ijtimoiy muloqotga kirishish va tengdoshlar bilan munosabatlarda moslashuv darajasi oshganligi qayd etildi.

Ota-onalar bilan olib borilgan psixologik ishlar ham korreksion jarayon samaradorligini kuchaytirgan muhim omil bo‘ldi. Oilaviy muhitda bolaga nisbatan tushunish va qo‘llab-quvvatlashning ortishi agressiv xulq-atvorning kamayishiga xizmat qildi.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari giperaktiv bolalarda agressiv xatti-harakatlarni korreksiya qilishda tizimli va kompleks psixologik yondashuv yuqori samaradorlikka ega ekanligini tasdiqlaydi. Shu sababli bunday dasturlarni ta’lim muassasalari va psixologik xizmat amaliyotida keng joriy etish maqsadga muvofiq hisoblanadi.

Конец формы**Foydalanilgan adabiyotlar**

1. Russell A. Barkley. *Attention-Deficit Hyperactivity Disorder: A Handbook for Diagnosis and Treatment*. New York: Guilford Press, 2015.
2. Aaron T. Beck. *Cognitive Therapy and Emotional Disorders*. New York, 1976.
3. Arthur M. Horne. *Cognitive-Behavioral Intervention for Aggression*. Springer, 2008.
4. American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. Washington DC, 2013.
5. Constance Kamii. “Psychological Approaches in Hyperactive Children Correction.” Journal of Child Psychology, 2019.
6. World Health Organization. *International Classification of Diseases (ICD-11)*. Geneva, 2022.