

MAKTAB PSIXOLOGLARINING GIPPERAKTIV O'QUVCHILAR BILAN OLIB BORADIGAN PSIXOKORREKSION ISHLARI

Sharipova Odinoxon Akmal qizi

Navoiy viloyati Xatirchi tumani

20-IDUM psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktab o'quvchilarida juda ko'p kuzatilayotgan gipperaktivlik, hamda ulardagi irodaviy xususiyatlarini shakllantirish yoshlarni tarbiyalashda hisobga olinishi kerak bo'lgan ijtimoiy, biologik va psixologik omillarga bog'liq holda shakllanadi. Har yili bunday xulq atvorli bolalarning umumiy soni ortib bormoqda va ilmiy sohada yaxshi rivojlanilgan bo'lishiga qaramay, tuzatish masalasi dolzarb bo'lib bormoqda. Mazkur maqolada o'quvchilar bilan olib boriladigan psixokorreksion va profilaktik ishlar mazmuni hamda ular bilan ishlashda psixologik tavsiyalar haqida fikr mulohazalar keltirib o'tilgan.

Kalit so'zlar: gipperaktiv, irodaviy sifatlar, xulq-atvor, diqqat yetishmasligi, biologik omillar, ijtimoiy muhit, o'smirlik davri, yosh xususiyatlari, xulq-atvor, neyropsixologik xususiyatlari, g'ayri-ijtimoiy harakatlar.

Kirish Bugungi kunda umumiy o'rta ta'lim muassasalaridagi o'quvchilarning giperaktivlik belgilari bilan rivojlanayotgan bolalarni juda ko'pchiligini tashkil qilayotganini ko'rishimiz mumkin. Bunday holatlar bolalarning hatti-harakatlari va muvaffaqiyatsizliklardan boshlanishi bilan belgilanadi. Muvaffaqiyat tuyg'usining yetishmasligi ikkinchi darajali hissiy tanglikni keltirib chiqaradi va o'z-o'zini hurmat qilishni kamaytiradi. O'smirlik davrida ko'plab bolalarda xatti-harakatlarning buzilishi ko'payishi mumkin. Yillar davomida giperaktivlikni tuzatishning pedagogik usullarining nochorligi tobora aniq bo'ldi. Axir, aniq yoki bilvosita, bu usullar ushbu muammoning manbai sifatida ta'limdagi kamchiliklar haqidagi eski g'oyaga tayangan, ayni paytda uning psixopatologik tabiati boshqacha yondashuvni talab qilgan. Tajriba shuni ko'rsatadiki, giperaktiv bolalarning maktabdagi muvaffaqiyatsizligi nohaq ularning aqliy zaifligi bilan bog'liq va ularning intizomini sof intizomiy usullar bilan tuzatib bo'lmaydi. Asab tizimidagi buzilishlarda giperaktivlik manbalarini izlash va shunga mos ravishda tuzatish choralarini rejalashtirish kerak. Ushbu sohadagi tadqiqotlar olimlarni bu holatda xatti-harakatlarning buzilishining sababi asab tizimidagi qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlaridagi nomutanosiblik degan xulosaga keldi. Ushbu muammo uchun "mas'uliyat joyi" ham mahalliyashtirilgan - retikulyar shakllanish. Markaziy asab tizimining ushbu bo'limi inson energiyasi, vosita faoliyati va hissiyotlarni ifodalash, miya yarim korteksiga va boshqa ustki tuzilmalarga ta'sir

qilish uchun "mas'uldir". Turli xil organik kasalliklar tufayli retikulyar shakllanish haddan tashqari qo'zg'aluvchan holatda bo'lishi mumkin.

Asosiy qism Hozirgi vaqtda xulq-atvori buzilgan va ular bilan bog'liq o'rganish qiyinchiliklari bo'lgan bolalarning muammolari ayniqsa dolzarbdir. Bunday bolalar o'zlarining bezovtaligi, e'tiborsizligi, baland ovozi, doimiy harakati bilan psixologlarning e'tiborini tortadi. Doimiy hayajonlangan, bezovta bo'lib, sinfdoshlariga o'qituvchining topshirig'ini bajarishga, dars mavzusi ustida ishlashga diqqatni jamlashga to'sqinlik qiladi, doimiy ravishda o'z ishlari bilan band bo'ladi, ularni joyida ushlab turish, topshiriqni tinglashga majbur qilish qiyin va undan ham ko'proq uni oxirigacha to'ldiring. Ular haddan tashqari faollik va dürtüsellik tufayli o'qituvchilar uchun noqulaydir. Va zamonaviy ta'lim tizimi giperaktiv bolalar bilan ishlashga moslashtirilmagan. Giperaktiv bolalar sonining ko'payishi bilan ularning ta'lim samaradorligi muammosi dolzarb bo'lib, muhokama qilinadi. Agar bir necha yil avval boshlang'ich sinflarda bir sinfdan 1-2 nafar giperaktiv bola bo'lgan bo'lsa, hozirda o'quvchilarning taxminan 20-30 foizi shu guruhga to'g'ri keladi. Ko'pincha, barcha mavjud xulq-atvor muammolari bilan, bunday bolalarning aql-zakovati saqlanib qoladi, ular maktab o'quv dasturini muvaffaqiyatli o'zlashtirishlari mumkin, ammo buning uchun maktab muhitining talablari bolaning imkoniyatlariga mos kelishi kerak. Bolaning aqliy va shaxsiy rivojlanishining asoratlari, qoida tariqasida, ikkita omilga bog'liq:

- ta'lim-tarbiyadagi xato va kamchiliklar;
- asab tizimiga qo'zg'alish va tormozlanishdagi nomutanosiblik.

Ko'pincha, bu ikkala omil bir vaqtning o'zida harakat qiladi, chunki kattalar ko'pincha bolaning asab tizimining xatti-harakatlaridagi qiyinchiliklarga asos bo'lgan xususiyatlarini kam baholaydilar yoki e'tiborsiz qoldiradilar va bolani turli xil noto'g'ri tarbiyaviy ta'sirlar bilan "to'g'rilash" ga harakat qiladilar. Shuning uchun ota-onalar o'qituvchilarni bezovta qiladigan bolaning xatti-harakatlarining haqiqiy sabablarini aniqlay olish va u bilan ishlash usullarini belgilash juda muhimdir. Buni amalga oshirish uchun bolalarning aqliy rivojlanishidagi ushbu buzuvchi belgilarini aniq tasavvur qilish kerak, ularning bilimlari bola bilan ishlashni to'g'ri qurishga va muayyan asoratlarning og'riqli shakllarga aylanishini aniqlashga imkon beradi. Ma'lum bo'lishicha, giperaktiv bolalar o'zlarining buday hatti-xarakatlarini namoyon bo'ishi uchun yetarli darajada sharoit bo'lishi kerak. Agar uyda doimiy tortishish yoki boshqa tarbiyaviy choralar orqali o'zini bunday tutishi qat'iyan man etilgan bo'lsa, maktabda ular ancha giperaktiv bo'ladi. Aksincha, agar maktab ularga qattiqqo'l bo'lsa ular uyda juda faol bo'lishadi. Shu sababli ota-onalar va o'qituvchilar hamkorlikda faoliyat olib borsa maqsadga muvofiq bo'ladi.

Giperaktiv bolaning o'qituvchilari va psixologlari uchun psixologik tavsiyalar. Giperaktiv bolalarni tuzatish bo'yicha maktab dasturi bolalarga

o'rganishdagi qiyinchiliklarni yengishga yordam beradigan kognitiv tuzatishga tayanishi kerak.

- 1) Diqqat yetishmasligi giperaktivligi buzilgan bolalarning neyropsikologik xususiyatlarini o'rganish.
- 2) Giperaktiv o'quvchilar bilan yakka tartibda ishlash. Giperaktiv bola doimo psixologning ko'z o'ngida, sinfning markazida, doska oldida bo'lishi kerak. Giperaktiv bola uchun sinfdagi eng yaxshi joy o'qituvchi stoli qarshisidagi yoki o'rta qatordagi birinchi stoldir.
- 3) Jismoniy tarbiya va dam olishni kiritish bilan dars rejimini o'zgartirish.
- 4) Giperaktiv o'quvchilarning energiyasini foydali yo'nalishga yo'naltirish: doskani yuvish, daftarlarni tarqatish va hokazo.
- 5) O'quvchi bilan kechki payt emas, kunning boshida ishlash maqsadga muvofiqdir.
- 6) O'qituvchilar giperaktiv o'quvchilari bilan ko'proq muloqatda bo'lishi kerak.
- 7) Taktil aloqadan foydalaning (massaj, teginish, silash elementlari).
- 8) Sinfda chalg'ituvchi obyektlarning minimal soniga ega bo'lish maqsadga muvofiqdir.
- 9) Ichki xotirjamlikni saqlang.

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash joizki har bir o'sib kelayotgan farzandlarimiz bizning kelajagimiz eng avvalo biz o'zimiz ularga o'rnak bo'lishimiz kerak. Shunday ekan ularga bor mehrimizni, e'tiborimizni berib ularga ta'lim-tarbiya berishimiz kerak. Bu yo'lda kuchli sabr toqat va matonatli bo'lishimiz o'zimizga ishongan holda bolalarni qo'llab quvvatlashimiz, turli xil telefon va gadjetlardan asrashimiz hozirgi kundagi eng xavfli bo'lgan axborot hurujidan yoshlarimizda psixologik immunitet xosil qilishimiz kerakligini unutmaylik.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Ерофеева М.В. «Психологическое консультирование родителей по проблеме гиперактивности ребенка» Санкт-Петербург 2020 г.
2. Sirotyuk A.L. Diqqat etishmasligi giperaktivlik buzilishi. - M.: TC Sphere, 2002 yil.
3. Романчук О.И. Синдром дефицита внимания и гиперактивности у детей / Пер. с украинского. — М.: Генезис, 2010.
4. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике. - СПб.: Издательство "Питер", 2000. - 528 с.
5. Osipova A.A., Malashinskaya L.I. Diqqatni tashxislash va tuzatish: 5-9 yoshli bolalar uchun dastur. - M.: TC Sphere, 2001 yil.
6. <https://www.maam.ru/detskijasad/psihologo-pedagogicheskaja-rabota-s-giperaktivnymi-detmi-v-usloviyah-dou.html>
7. <https://multiurok.ru/files/psixologho-piedagoghichieskaia-rabota-po-korriek.html>