

BOLALARDA DIQQAT YETISHMOVCHILIGI VA GIPERAKTIV LIK SINDROMINI PSIXOLOGIK KORREKSIYA QILISH**Aliyeva Marjona**

BXU I bosqich magistranti.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19877575>

Annotatsiya. Ushbu tezisdagi bolalarda diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi (DYGS), uning psixologik xususiyatlari hamda korreksiya qilish yo'llari o'rganilgan.

Tadqiqotda ushbu sindromning bolaning diqqat jarayonlari, xulq-atvori va ijtimoiy moslashuviga ta'siri tahlil qilingan. Shuningdek, psixologik korreksiya qilishda kompleks yondashuvning samaradorligi ko'rib chiqilgan. Ishda kognitiv-xulq-atvor terapiyasi, o'yin terapiyasi, art-terapiya va diqqatni rivojlantiruvchi mashqlar kabi metodlardan foydalanish imkoniyatlari yoritilgan. Olingan natijalar DYGSga ega bolalarda psixologik yordamning samarali usullarini aniqlashga yordam beradi.

Kalit so'zlar: Diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi (DYGS), bolalar, psixologik korreksiya, diqqat, giperaktivlik, impulsivlik, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi, o'yin terapiyasi, art-terapiya, o'zini boshqarish, psixodiagnostika, kompleks yondashuv.

Аннотация. В данной тезисной работе изучаются синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) у детей, его психологические особенности, а также пути коррекции. В исследовании проанализировано влияние данного синдрома на процессы внимания, поведение и социальную адаптацию ребёнка. Кроме того, рассмотрена эффективность комплексного подхода в психологической коррекции. В работе освещены возможности использования таких методов, как когнитивно-поведенческая терапия, игровая терапия, арт-терапия и упражнения, направленные на развитие внимания.

Полученные результаты способствуют выявлению эффективных способов психологической помощи детям с СДВГ.

Ключевые слова: Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), дети, психологическая коррекция, внимание, гиперактивность, импульсивность, когнитивно-поведенческая терапия, игровая терапия, арт-терапия, саморегуляция, психодиagnostika, комплексный подход.

Abstract. This thesis examines attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) in children, its psychological characteristics, and ways of correction. The study analyzes the impact of this syndrome on a child's attention processes, behavior, and social adaptation. In addition, the effectiveness of a comprehensive approach to psychological correction is considered. The paper highlights the possibilities of using such methods as cognitive-behavioral therapy, play therapy, art therapy, and exercises aimed at developing attention. The obtained results help identify effective methods of psychological assistance for children with ADHD. **Key words:**

Keywords: Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), children, psychological correction, attention, hyperactivity, impulsivity, cognitive-behavioral therapy, play therapy, art therapy, self-regulation, psychodiagnosis, integrated approach.

Bugungi kunda bolalar orasida uchraydigan psixonevrologik va psixologik muammolar ichida diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi alohida o'rin egallaydi. Ushbu holat bolaning nafaqat o'quv faoliyatiga, balki uning oiladagi, tengdoshlari orasidagi va jamiyatdagi munosabatlariga ham ta'sir qiladi. Diqqatni jamlay olmaslik, o'ta serharakatlik, impulsiv xatti-harakatlar, vazifalarni oxirigacha bajara olmaslik, tartib-intizomga rioya qilmaslik kabi belgilar

bolada psixologik qiyinchiliklarni yuzaga keltiradi. Natijada bolaning o'ziga bo'lgan ishonchi pasayadi, o'qishga qiziqishi susayadi va ijtimoiy moslashuvi qiyinlashadi.

Diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi ko'p hollarda erta yosh davrida namoyon bo'ladi. Bunday bolalar odatda bir faoliyat turidan ikkinchisiga tez o'tadi, uzoq vaqt davomida bir ishga e'tibor qaratishda qiynaladi, kattalar ko'rsatmalariga to'liq amal qilmaydi va o'z xatti-harakatlarini boshqarishda qiyinchilik sezadi. Shu sababli mazkur sindromni o'z vaqtida aniqlash va unga mos psixologik korreksiya choralarini ishlab chiqish muhim hisoblanadi.

Diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi bolaning markaziy psixik jarayonlari faoliyatida ma'lum buzilishlar bilan kechadi. Ayniqsa diqqatning barqaror emasligi, eslab qolish va idrok etishdagi qiyinchiliklar, o'zini nazorat qilish darajasining pastligi ushbu holatning asosiy psixologik belgilaridan sanaladi. Bunday bolalar topshiriqni tinglay turib ham uning mazmunini to'liq anglamasligi, ishni boshlab qo'yib, tezda chalg'ib qolishi mumkin. Bu esa o'qituvchi va ota-onalarda "intizomsiz", "beparvo" yoki "tarbiyasi qiyin" degan noto'g'ri tasavvurlarni paydo qiladi.

Aslida esa DYGSga ega bolalarda xatti-harakatlarning nazoratsizligi ko'pincha ichki psixologik boshqaruv mexanizmlarining yetarli shakllanmaganligi bilan bog'liq bo'ladi. Ular ko'pincha o'z his-tuyg'ularini boshqarishda ham qiyinchilikka duch keladi. Tez jahli chiqish, sabrsizlik, navbat kutolmaslik, gap orasiga aralashish, o'z impulsini to'xtata olmaslik holatlari bunga misol bo'la oladi. Shu jihatdan olganda, bu sindrom faqat diqqat bilan bog'liq muammo emas, balki bolaning umumiy psixologik rivojlanishiga ta'sir ko'rsatuvchi murakkab holatdir.

DYGSga ega bolalarni psixologik korreksiya qilishda kompleks yondashuv eng samarali yo'llardan biri hisoblanadi. Bunda faqat bitta usul bilan cheklanib qolish yetarli bo'lmaydi.

Chunki bola xulq-atvori, emotsional holati, diqqat jarayonlari va ijtimoiy aloqalaridagi qiyinchiliklar bir-biri bilan chambarchas bog'liq bo'ladi. Shu bois korreksion ishlar individual, tizimli va bosqichma-bosqich olib borilishi maqsadga muvofiqdir.

Kognitiv-xulq-atvor terapiyasi DYGSga ega bolalarda o'z xatti-harakatlarini anglash, salbiy odatlarni kamaytirish va ijobiy xulq shakllarini mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu yondashuv orqali bola o'z emotsiyalarini tushunishga, vaziyatni tahlil qilishga va o'z harakatlarining oqibatini anglashga o'rgatiladi. Masalan, bolaning dars paytida o'tirib turolmasligi yoki topshiriqni bo'lib-bo'lib bajarishi kuzatilsa, psixolog uni kichik bosqichlarga ajratilgan topshiriqlar orqali nazorat qilishga o'rgatadi. Rag'batlantirish, ijobiy baholash va muvaffaqiyatni mustahkamlash bu jarayonda alohida ahamiyatga ega.

O'yin terapiyasi ham bunday bolalar bilan ishlashda samarali usullardan biridir. Chunki o'yin bola uchun tabiiy faoliyat turi bo'lib, uning ichki dunyosini ochish, emotsional taranglikni kamaytirish va ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirish imkonini beradi. O'yin jarayonida bola qoidaga bo'ysunish, kutish, vazifani izchil bajarish, boshqalar bilan hamkorlik qilish kabi muhim xulqiy ko'nikmalarni egallaydi. Shu bilan birga, o'yin bolaning ortiqcha energiyasini ijobiy faoliyatga yo'naltirishga yordam beradi.

Art-terapiya boladagi ichki kechinmalarni yumshoq va xavfsiz usulda ifodalash imkonini beradi. Rasm chizish, ranglar bilan ishlash, loy yoki qog'oz bilan ijodiy mashg'ulotlar bolaning emotsional holatini barqarorlashtirishda foydali bo'ladi. Ayniqsa o'z fikr va hislarini og'zaki ifodalashda qiynaladigan bolalar uchun art-terapiya samarali vosita hisoblanadi. U bolaning ichki zo'riqishini kamaytirib, o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi. Diqqatni rivojlantiruvchi maxsus mashqlar ham psixologik korreksiyaning muhim qismidir. Bunday mashqlar orqali diqqatning barqarorligi, hajmi, taqsimlanishi va ko'chuvchanligini rivojlantirish mumkin.

Masalan, predmetlarni solishtirish, farqlarni topish, ketma-ketlikni eslab qolish, qisqa muddatli vizual va eshituv diqqati bilan bog‘liq topshiriqlar bolaning psixik faolligini tartibga solishga yordam beradi. Mashqlar muntazam va bolaning yosh xususiyatlariga mos ravishda tashkil etilgandagina yuqori natija beradi.

DYGSga ega bolalar bilan ishlashda ota-onalar va pedagoglar bilan hamkorlik qilmasdan turib yuqori samaraga erishish qiyin. Ota-onalar ko‘pincha bolaning holatini oddiy sho‘xlik yoki tarbiya kamchiligi sifatida qabul qiladi. Bu esa bolaga nisbatan ortiqcha tanbeh, bosim yoki jazolash usullarining qo‘llanishiga olib kelishi mumkin. Holbuki, bunday yondashuv bolaning emotsional holatini yanada murakkablashtiradi. Shu sababli psixolog ota-onalarga boladagi sindrom xususiyatlarini tushuntirishi, unga to‘g‘ri munosabat bildirish, kun tartibini to‘g‘ri tashkil etish, vazifalarni qisqa va aniq shaklda berish, ijobiy rag‘batlantirishdan foydalanish bo‘yicha tavsiyalar berishi zarur.

Maktab muhitida ham bunday bolalar uchun qulay psixologik-pedagogik sharoit yaratish muhim. O‘qituvchi topshiriqlarni aniq va qisqa ko‘rsatmalar asosida berishi, bolani oldingi qatorga o‘tqazishi, ortiqcha chalg‘ituvchi omillarni kamaytirishi, muvaffaqiyatlarini tez-tez e‘tirof etib borishi maqsadga muvofiqdir. Bunday yordam bolaning o‘quv faoliyatida ijobiy natijalarga erishishiga va o‘ziga bo‘lgan ishonchini tiklashga yordam beradi.

ADABIYOTLAR TAHLILI

Diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi zamonaviy ilmiy adabiyotlarda bolalik davrida boshlanuvchi neyrorivojlanish buzilishi sifatida talqin qilinadi. Xalqaro va klinik manbalarda ushbu holatning asosiy belgilari sifatida diqqatning barqaror emasligi, giperaktivlik, impulsivlik hamda bu belgilar bolaning o‘qishiga, uy sharoitidagi xulqiga va tengdoshlar bilan munosabatlariga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi qayd etiladi. Shuningdek, DYGSning diqqat yetishmovchi, giperaktiv-impulsiv va aralash ko‘rinishlari farqlanishi ko‘rsatilgan.

Ilmiy manbalarda DYGS faqat xulq-atvor muammosi emasligi, balki ijro funksiyalari, o‘zini boshqarish va emotsional regulatsiya bilan ham chambarchas bog‘liq ekanini ta‘kidlanadi.

Ayrim sharh va tadqiqotlarda DYGSga ega bolalarda rejalashtirish, nazorat qilish, diqqatni bir vazifada ushlab turish, emotsiyalarni boshqarish va ijtimoiy vaziyatlarga moslashish qiyinlashishi ko‘rsatilgan. Bu esa sindromni tushuntirishda neyropsixologik va ijtimoiy-psixologik yondashuvlarni birgalikda qo‘llash zarurligini anglatadi.

Korreksiya masalasida xalqaro tavsiyalar eng avvalo kompleks yondashuvni qo‘llab-quvvatlaydi. CDC va AAP materiallarida kichik yoshdagi bolalarda ota-onalarni xulqni boshqarishga o‘rgatish birinchi navbatdagi usul sifatida tavsiya etiladi; maktab yoshidagi bolalarda esa dori vositalari, xulqiy terapiya, sinfdagi xulqiy aralashuvlar va maktab qo‘llovi birgalikda qo‘llansa samaraliroq bo‘lishi qayd etilgan. NICE tavsiyalarida ham ayniqsa maktabgacha yoshdagi bolalarda ADHDga yo‘naltirilgan ota-ona treninglari birinchi liniyadagi yordam sifatida ko‘rsatiladi.

So‘nggi yillardagi sharh va meta-tahlillar psixososial aralashuvlar, ayniqsa behavioral parent training, ya‘ni ota-onalarni xulqni boshqarishga o‘rgatish usuli, DYGS bilan ishlashda eng ko‘p dalilga ega yo‘nalishlardan biri ekanini ko‘rsatadi. 2023-yildagi uzoq muddatli natijalarga bag‘ishlangan meta-analitik ishda ushbu yondashuv bolalardagi DYGS simptomlari, xulqiy muammolar va ijobiy ota-onalik ko‘rsatkichlariga barqaror ijobiy ta‘sir ko‘rsatishi qayd etilgan.

2023-yilgi keng sharh esa bolalarda DYGSni boshqarishda nodori usullar samaradorligini baholar ekan, behavioral parent training, sinfdagi xulqiy yondashuvlar va tashkiliy ko‘nikmalarni rivojlantirish nisbatan eng asosli yo‘nalishlar ekanini ko‘rsatadi.

Kognitiv-xulq-atvor terapiyasi ham adabiyotlarda muhim yordamchi yo'nalish sifatida baholanadi. NIMH ma'lumotlariga ko'ra, psixologik intervensiyalar diqqat va tashkilotchilik bilan bog'liq qiyinchiliklarni boshqarish, kundalik vazifalarni kichik bosqichlarga ajratish, impulsiv va xavfli xatti-harakatlarni nazorat qilishda foyda berishi mumkin. Shu bilan birga, bolalar va o'smirlarda terapiya samaradorligi ota-onalarning faol ishtiroki bilan kuchayishi, faqat bola bilan alohida ishlash esa ko'proq hamroh bo'luvchi tashvish yoki depressiv belgilarni kamaytirishda foydali bo'lishi ta'kidlanadi.

Diqqatni rivojlantiruvchi mashqlar va kognitiv treninglar bo'yicha adabiyotlar nisbatan ehtiyotkor xulosa beradi. NIMHda bunday treninglar xotira, diqqat, tormozlanish, rejalashtirish va kognitiv moslashuvchanlik kabi alohida funksiyalarda ma'lum yaxshilanishlar berishi mumkinligi aytiladi, biroq bu natijalar doimo DYGSning asosiy simptomlariga to'liq ko'chmaydi. 2023-yildagi meta-tahlilda ham nodori aralashuvlar ijro funksiyalariga o'rtacha va ba'zan katta ta'sir ko'rsatishi mumkinligi qayd etilgan, ammo klinik qo'llashda individual farqlarni hisobga olish zarurligi uqtiriladi.

O'yin terapiyasi va art-terapiya bo'yicha ishlar esa istiqbolli, ammo dalil bazasi behavioral parent trainingga qaraganda torroq ekanini ko'rsatadi. 2023-yilgi tadqiqotda o'yin terapiyasi va hikoya aytish kombinatsiyasi DYGSga ega boshlang'ich sinf o'quvchilarining ijtimoiy ko'nikmalarini yaxshilashga umidli natija bergan. 2024-yilgi sharhda esa art-terapiya va musiqa terapiyasi xulqni boshqarish, diqqat, kommunikatsiya hamda ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarga ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkinligi aytiladi. Biroq 2019-yilgi Cochrane sharhi ijtimoiy ko'nikmalar treningi bo'yicha dalillar hali yetarli emasligini bildiradi. Demak, o'yin va ijodiy terapiyalar asosiy emas, balki kompleks korrektsiyaning yordamchi komponenti sifatida ko'rilgani ma'qul.

Shunday qilib, adabiyotlar tahlili DYGSni korrektsiya qilishda eng samarali yo'l bir yoqlama emas, balki ko'p komponentli yondashuv ekanini ko'rsatadi. Eng kuchli dalillar ota-onalarni o'qitish, xulqiy terapiya, maktab bilan hamkorlik va strukturali qo'llab-quvvatlash foydasiga to'plangan; kognitiv-xulq-atvor terapiyasi, diqqatni rivojlantirish mashqlari, o'yin terapiyasi va art-terapiya esa individual ehtiyojdan kelib chiqib qo'shimcha vosita sifatida qo'llanishi mumkin. Shu sababli DYGSga ega bolalar bilan ishlashda psixolog, ota-ona va pedagog hamkorligiga tayangan kompleks model eng samarali hisoblanadi.

METODOLOGIYA

Metodologik asos sifatida DYGSni aniqlashda bitta testning o'zi yetarli emasligi, baholash bir necha bosqichda, turli informantlar — ota-ona, o'qituvchi va mutaxassis — ma'lumotlari hamda bolaning turli muhitdagi funksional holatini hisobga olgan holda olib borilishi haqidagi yondashuv olindi. Tadqiqot ishtirokchilari sifatida diqqatning barqaror emasligi, impulsivlik va giperaktivlik belgilari kuzatilgan maktabgacha va kichik maktab yoshidagi bolalar tanlab olindi. Tanlashda bolaning xulqiy qiyinchiliklari kamida ikki muhitda, ya'ni uy va ta'lim muassasasida namoyon bo'lishi, shuningdek o'xshash belgilar berishi mumkin bo'lgan boshqa holatlarni farqlash zarurligi inobatga olindi. Psixodiagnostika bosqichida klinik suhbat, tizimli kuzatuv, ota-ona va o'qituvchi baholari, shuningdek standartlashtirilgan reyting shkalalaridan foydalanish nazarda tutildi. Shuningdek, diqqat, ishchi xotira, rejalashtirish va ijro funksiyalarini aniqlashga xizmat qiluvchi kognitiv topshiriqlar qo'llanildi.

Korreksion dastur kompleks tamoyil asosida tuzildi. Unda xulqiy yondashuv, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi elementlari, ota-onalar bilan psixoedukatsion ishlar, pedagoglar bilan hamkorlik hamda diqqat va tashkilotchilikni rivojlantiruvchi mashqlar uyg'unlashtirildi. Hozirgi

tavsiyalarda bolalar uchun yordam ko'rsatishda ota-ona ta'limi, maktabga yo'naltirilgan qo'llab-quvvatlash va xulqiy intervensiyalar muhim o'rin tutishi, kognitiv treninglar esa ayrim kognitiv funksiyalarni yaxshilashi mumkinligi, biroq asosiy simptomlarga ta'siri doimo bir xil bo'lmasligi qayd etilgan. Mazkur maqola mavzusidan kelib chiqib, individual mashg'ulotlarda o'yin terapiyasi, art-terapiya va diqqatni jamlashga qaratilgan qisqa strukturali mashqlar yordamchi usul sifatida kiritildi. So'nggi tadqiqotlarda o'yin terapiyasi ijtimoiy ko'nikmalarni, art-terapiya va ijodiy yondashuvlar esa xulq, kommunikatsiya hamda ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni yaxshilashda istiqbolli natijalar ko'rsatgani qayd etilgan. Shu sababli bu usullar asosiy yondashuvni to'ldiruvchi komponent sifatida tanlandi. Tadqiqot uch bosqichda olib borildi.

Birinchi bosqichda dastlabki diagnostika o'tkazilib, bolaning diqqat xususiyatlari, impulsivligi, topshiriqni oxiriga yetkazish darajasi, ijtimoiy moslashuvi va sinfdagi xulqi qayd etildi. Ikkinchi bosqichda individual va guruhli korreksion mashg'ulotlar, ota-onalar uchun tavsiyalar hamda pedagoglar bilan hamkorlik ishlari amalga oshirildi. Uchinchi bosqichda dastlabki va yakuniy ko'rsatkichlar o'zaro taqqoslanib, xulqiy va kognitiv o'zgarishlar tahlil qilindi. Maktabdagi xulqni boshqarish, tashkiliy ko'nikmalar va moslashtirish choralari DYGS bilan ishlashda foydali ekani ham ko'rsatilgan. Natijalarni baholashda sifat va miqdoriy mezonlardan foydalanildi. Sifat jihatdan bolaning o'zini nazorat qilishi, navbat kutishi, topshiriqni tinglashi, emotsional barqarorligi va tengdoshlari bilan munosabati kuzatildi.

Miqdoriy jihatdan esa reyting shkalalari ballari, topshiriqni bajarish davomiyligi, chalg'ishlar soni va faoliyatning barqarorligi o'zaro qiyoslandi. Olingan ma'lumotlarga tavsifiy-statistik ishlov berish, o'rtacha ko'rsatkichlar, foizlar va taqqoslash usullaridan foydalanish rejalashtirildi. Tadqiqotning etik jihatlari ham e'tiborga olindi: ota-onalarning roziligi olindi, ishtirokchilarning shaxsiy ma'lumotlari maxfiy saqlandi va korreksion ishlar bolaning yosh hamda individual psixologik xususiyatlariga mos ravishda tashkil etildi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Natijalar shuni ko'rsatdiki, kompleks psixologik korreksiya dasturi qo'llanganidan so'ng bolalarda diqqatni bir faoliyatga nisbatan barqarorroq ushlab turish, topshiriqni oxirigacha bajarish, impulsiv xatti-harakatlarni nazorat qilish hamda kattalar ko'rsatmalariga amal qilish ko'rsatkichlarida ijobiy siljish kuzatildi. Ayniqsa, mashg'ulotlar muntazam va tizimli olib borilgan holatlarda chalg'ishlar sonining kamayishi, vazifani bajarish davomiyligining ortishi va emotsional qo'zg'aluvchanlikning nisbatan pasayishi qayd etildi. Ota-onalar va pedagoglarning kuzatuvlari ham bolaning kundalik xulq-atvorida ijobiy o'zgarishlar yuz berganini tasdiqladi.

Bunday natijalar DYGS bilan ishlashda faqat bola bilan individual mashg'ulot o'tkazish emas, balki oilaviy va maktab muhitini ham korreksion jarayonga jalb etish zarurligini ko'rsatadi. Bu yondashuv zamonaviy klinik tavsiyalar bilan hamohang bo'lib, ularda ota-onalarni xulqni boshqarishga o'rgatish va sinfdagi xulqiy intervensiyalar asosiy yordam shakllaridan biri sifatida tavsiya etiladi. Korreksion ishlar natijasida bolalarning ijtimoiy moslashuvida ham ma'lum ijobiy siljishlar kuzatildi. Xususan, tengdoshlar bilan muloqotda navbat kutish, o'yin va guruh faoliyatida qoidaga bo'ysunish, emotsional javoblarni boshqarish hamda konfliktli vaziyatlarda o'zini tutish ko'nikmalarida o'sish sezildi. Bu holat DYGS faqat diqqat muammosi emas, balki o'zini boshqarish va ijtimoiy xulq bilan ham chambarchas bog'liq sindrom ekanini yana bir bor tasdiqlaydi.

Zamonaviy ilmiy sharhlarda ham psixososial intervensiyalar, ayniqsa ota-onalar uchun xulqiy treninglar, nafaqat asosiy simptomlarga, balki xulqiy qiyinchiliklar va oilaviy funkcionallikka ham ijobiy ta'sir ko'rsatishi qayd etilgan. Muhokama jarayonida shuni alohida

ta'kidlash kerakki, tadqiqotda qo'llangan usullar ichida eng barqaror samara xulqiy yondashuv, ota-onalar bilan psixoedukatsion ish va maktab bilan hamkorlikda olib borilgan mashg'ulotlarda kuzatildi. Kognitiv-xulq-atvor elementlari bolaning o'z xatti-harakatini anglashiga, topshiriqlarni bosqichma-bosqich bajarishiga va o'zini nazorat qilish ko'nikmalarini mustahkamlashga yordam berdi. Shu bilan birga, diqqatni rivojlantiruvchi mashqlar va kognitiv treninglar ayrim bolalarda ishchi xotira, rejalashtirish va vazifaga qayta yo'nala olish kabi ijro funksiyalarida ijobiy natija bergani sezildi. Ilmiy manbalarda ham nodori intervensiyalar ijro funksiyalarini yaxshilashi mumkinligi ko'rsatiladi, biroq ularning asosiy DYGS simptomlariga ta'siri barcha tadqiqotlarda bir xil darajada kuchli emasligi qayd etiladi.

O'yin va art-terapiya bo'yicha olingan kuzatuvlar ushbu metodlarning yordamchi muhim vosita sifatida foydali ekanini ko'rsatdi. Ular, ayniqsa, boladagi emotsional taranglikni kamaytirish, muloqotga kirishishni yengillashtirish, o'z hissiyotlarini xavfsiz shaklda namoyon etish va harakatini oshirishda qo'l keldi. Biroq bu usullar mustaqil ravishda asosiy tibbiy-klinik simptomlarni yo'qotishga chi usul emas, balki kompleks dastur tarkibida samarali bo'lishi ko'proq ehtimolga ega. Bu xulosa mavjud ilmiy adabiyotlar bilan mos tushadi: o'yin, ijodiy va boshqa nodori yondashuvlar istiqbolli deb baholansa-da, eng kuchli dalillar baribir xulqiy parent-trening, maktabdagi xulqiy boshqaruv va tashkilotchilik ko'nikmalarini rivojlantirish foydasiga to'plangan.

Tadqiqot natijalarini tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, DYGSga ega bolalarda psixologik yordamning samaradorligi intervensiyaning qanchalik erta boshlangani, muntazam olib borilgani va bola atrofidagi kattalarning hamkorligiga bevosita bog'liq. Agar ota-ona, pedagog va psixolog bir yo'nalishda ishlasa, bolaning nafaqat diqqat jarayonlari, balki o'quv faoliyati, xulq-atvori va ijtimoiy moslashuvida ham ancha sezilarli o'zgarish yuz beradi. Shu sababli DYGSni korreksiya qilishda individual mashg'ulotlarni oilaviy maslahat, pedagogik qo'llab-quvvatlash va strukturali kundalik rejim bilan birlashtirgan kompleks model eng maqbul yondashuv sifatida baholanishi mumkin.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, bolalarda diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi bolaning diqqat jarayonlari, xulq-atvori, o'quv faoliyati va ijtimoiy moslashuviga sezilarli ta'sir ko'rsatadigan murakkab neyrorivojlanish holatidir.

Tadqiqot davomida ushbu sindromning namoyon bo'lish shakllari ko'p qirrali ekani, u faqat diqqatning susayishi bilan emas, balki impulsivlik, o'zini boshqarishdagi qiyinchiliklar va emotsional beqarorlik bilan ham bog'liq ekani aniqlandi. Bu esa DYGSni baholash va unga yordam ko'rsatishda bolaning oiladagi, maktabdagi va ijtimoiy muhitdagi holatini birgalikda hisobga olish zarurligini ko'rsatadi. Kompleks psixologik korreksiya yondashuvi eng maqbul yo'l ekanini ko'rsatdi. Ayniqsa, ota-onalarni xulqni boshqarishga o'rgatish, xulqiy terapiya, maktab bilan hamkorlik, psixoedukatsiya va individual korreksion mashg'ulotlar birgalikda qo'llanganda samaradorlik yuqoriroq bo'lishi kuzatildi. Kognitiv-xulq-atvor yondashuvi, diqqatni rivojlantiruvchi mashqlar, shuningdek o'yin va art-terapiya elementlari bolaning individual ehtiyojidan kelib chiqib qo'llanganda yordamchi vosita sifatida ijobiy natija berishi mumkin. Xalqaro tavsiyalar ham aynan bolalarda yordam ko'rsatishda parent training, behavioral interventions va school supports muhim o'rin tutishini qayd etadi.

Shu bois DYGSga ega bolalar bilan ishlashda psixolog, ota-ona va pedagogning uzviy hamkorligiga tayangan, tizimli va individual yondashuv asosidagi korreksion modelni qo'llash

maqsadga muvofiqdir. Bunday yondashuv bolada diqqatni boshqarish, topshiriqlarni bajarish, xulqiy nazorat va ijtimoiy moslashuv ko'nikmalarini asta-sekin rivojlantirishga xizmat qiladi.

Amaliy jihatdan, tadqiqot natijalari DYGSga ega bolalarga psixologik yordam ko'rsatish dasturlarini ishlab chiqishda, ta'lim muassasalarida qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratishda hamda ota-onalar uchun tavsiyalar tayyorlashda foydali bo'lishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Wolraich M. L., Hagan J. F., Allan C., et al. Clinical Practice Guideline for the Diagnosis, Evaluation, and Treatment of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Children and Adolescents. *Pediatrics*. 2019;144(4):e20192528. DOI: 10.1542/peds.2019-2528.
2. Peterson B. S., Trampush J., Maglione M., et al. Treatments for ADHD in Children and Adolescents: A Systematic Review. *Pediatrics*. 2024;153(4):e2024065787. DOI: 10.1542/peds.2024-065787.
3. National Institute of Mental Health. *Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: What You Need to Know*. Bethesda, MD: NIMH; 2024.
4. Centers for Disease Control and Prevention. *Diagnosing ADHD*. Atlanta, GA: CDC; 2024.
5. Centers for Disease Control and Prevention. *Treatment of ADHD*. Atlanta, GA: CDC; 2024.
6. Centers for Disease Control and Prevention. *Parent Training in Behavior Management for ADHD*. Atlanta, GA: CDC; 2024.
7. Centers for Disease Control and Prevention. *ADHD in the Classroom: Helping Children Succeed in School*. Atlanta, GA: CDC; 2024.
8. National Institute for Health and Care Excellence. *Attention Deficit Hyperactivity Disorder: Diagnosis and Management (NG87)*. London: NICE; 2018, last reviewed 2025.
9. Sibley M. H., Bruton A. M., Zhao X., et al. Non-pharmacological interventions for attention-deficit hyperactivity disorder in children and adolescents. *The Lancet Child & Adolescent Health*. 2023;7(6):415–428. DOI: 10.1016/S2352-4642(22)00381-9.
10. Doffer D. P. A., Dekkers T. J., Hornstra R., et al. Sustained improvements by behavioural parent training for children with attention-deficit/hyperactivity disorder: A meta-analytic review of longer-term child and parental outcomes. *JCPP Advances*. 2023;3(3):e12196. DOI: 10.1002/jcv2.12196.
11. Qiu H., Liang X., Wang P., Zhang H., Shum D. H. K. Efficacy of non-pharmacological interventions on executive functions in children and adolescents with ADHD: A systematic review and meta-analysis. *Asian Journal of Psychiatry*. 2023;87:103692. DOI: 10.1016/j.ajp.2023.103692.
12. Storebø O. J., Elmoose Andersen M., Skoog M., et al. Social skills training for attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) in children aged 5 to 18 years. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2019;6:CD008223.
13. Martínez-Vérez V., Gil-Ruiz P., Domínguez-Lloria S. Interventions through Art Therapy and Music Therapy in Autism Spectrum Disorder, ADHD, Language Disorders, and Learning Disabilities in Pediatric-Aged Children: A Systematic Review. *Children*. 2024;11(6):706.