



MAKTABGACHA YOSHDAGI GIPERAKTIV BOLALARDA DIQQAT BUZILISHINING PSIXOGIGIYENIK XUSUSIYATLARI

Farmonova Shahrizoda Sherali qizi

Jalolov Nozimjon Nodir o'g'li

Narmetova Yulduzxon Karimovna

Toshkent davlat tibbiyot Universiteti, talaba

Toshkent davlat tibbiyot Universiteti, kafedra assistant

Toshkent davlat tibbiyot universiteti dotsenti, psixologiya fanlari
doktori (DSc)

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18999161>

ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 09-mart 2026 yil

Ma'qullandi: 11-mart 2026 yil

Nashr qilindi: 13- mart 2026 yil

KEY WORDS

Giperaktivlik, diqqat
yetishmovchiligi, maktabgacha
yosh, psixogigiyena, bolalar
psixologiyasi, diqqat buzilishi,
psixoemotsional rivojlanish,
gigiyenik omillar.

ABSTRACT

Maktabgacha yoshdagi bolalarda giperaktivlik va diqqat yetishmovchiligi zamonaviy pediatriya, psixologiya va gigiyena fanlarida dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi giperaktiv bolalarda diqqat buzilishining psixogigiyenik xususiyatlari ilmiy adabiyotlar asosida tahlil qilindi. Tadqiqot jarayonida so'nggi yillarda chop etilgan ilmiy maqolalar, psixologik va pedagogik tadqiqotlar hamda xalqaro tashkilotlar tavsiyalari o'rganildi. Tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, giperaktivlik va diqqat yetishmovchiligi bolaning psixoemotsional rivojlanishi, ijtimoiy moslashuvi hamda o'quv faoliyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Psixogigiyenik yondashuvlar — kun tartibini to'g'ri tashkil etish, psixologik muhitni sog'lomlashtirish, jismoniy faollikni me'yorlashtirish va pedagogik qo'llab-quvvatlash — diqqat buzilishining salbiy oqibatlarini kamaytirishda muhim ahamiyatga ega. Maqolada mavjud ilmiy manbalar asosida giperaktiv bolalarda diqqat buzilishining etiologik omillari, psixologik xususiyatlari hamda profilaktik choralar yoritildi.

Bolalar psixik salomatligi zamonaviy tibbiyot va pedagogika fanlarining muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. So'nggi yillarda bolalar orasida uchraydigan psixonevrologik buzilishlar, xususan diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi (Attention Deficit Hyperactivity Disorder – ADHD) keng tarqalganligi kuzatilmoqda. Ushbu holat bolaning xulq-atvori, emotsional holati hamda ijtimoiy moslashuviga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Maktabgacha yosh davri bolaning psixik rivojlanishida muhim bosqich bo'lib, aynan shu davrda diqqat, xotira, tafakkur va nutq kabi kognitiv jarayonlar faol shakllanadi. Agar ushbu bosqichda diqqat jarayonlarida buzilishlar yuzaga kelsa, bu bolaning keyingi ta'lim jarayonida qiyinchiliklarga duch kelishiga sabab bo'lishi mumkin.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, bolalar orasida diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi taxminan 5–7% hollarda uchraydi. Ushbu sindrom asosan diqqatning beqarorligi, ortiqcha harakatchanlik va impulsiv xatti-harakatlar bilan namoyon bo'ladi.

Giperaktiv bolalarda diqqatni uzoq vaqt davomida bir faoliyatga qaratish qiyin bo'ladi. Bunday bolalar tez chalg'iydi, topshiriqlarni oxirigacha bajarmaydi va tashqi ta'sirlarga nisbatan juda sezgir bo'ladi. Natijada ular tengdoshlari bilan muloqotda ham, o'quv jarayonida ham muayyan qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin.

Zamonaviy ilmiy tadqiqotlarda diqqat buzilishining rivojlanishida biologik, psixologik va ijtimoiy omillar muhim rol o'ynashi ta'kidlanadi. Markaziy nerv tizimining funksional yetilmaganligi, genetik omillar, prenatal davrdagi asoratlar, stress omillari hamda tarbiya uslublari ushbu sindrom rivojlanishiga ta'sir qilishi mumkin.

Shu sababli maktabgacha yoshdagi giperaktiv bolalarda diqqat buzilishining psixogigiyenik xususiyatlarini o'rganish ham nazariy, ham amaliy jihatdan muhim ahamiyatga ega.

Materiallar va metodlar. Mazkur ilmiy ish adabiyotlar tahliliga asoslangan holda bajarildi. Tadqiqot jarayonida 2015–2025-yillar oralig'ida chop etilgan bolalar psixologiyasi, nevrologiya va gigiyena sohalariga oid ilmiy maqolalar o'rganildi.

Tadqiqot metodologiyasi quyidagi usullarni o'z ichiga oldi: Tahliliy usul, Taqqoslash usul, Tizimlashtirish usuli

Natijalar. Tahlil qilingan ilmiy tadqiqotlar maktabgacha yoshdagi bolalarda diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi keng tarqalgan psixonevrologik muammolardan biri ekanligini ko'rsatadi. Polanczyk va hammualliflari tomonidan o'tkazilgan epidemiologik tadqiqotlarga ko'ra, ushbu sindromning bolalar orasidagi global tarqalish darajasi o'rtacha 5,29 % ni tashkil etadi. Willcutt tomonidan olib borilgan meta-tahlilda esa bu ko'rsatkich 5–7 % atrofida ekanligi qayd etilgan.

Barkley tadqiqotlarida giperaktiv bolalarda diqqatning barqaror emasligi asosiy belgilaridan biri sifatida ta'kidlanadi. Muallif ma'lumotlariga ko'ra, giperaktiv bolalarning 70 % ga yaqinida diqqatni uzoq vaqt davomida saqlab turish qiyinligi kuzatiladi. Shu sababli bunday bolalarda topshiriqlarni oxirigacha bajarmaslik, tez chalg'ish hamda impulsiv xatti-harakatlar tez-tez uchraydi.

Brown tadqiqotlarida diqqat buzilishi bilan bog'liq kognitiv muammolar giperaktiv bolalarning 60 % dan ortig'ida uchrashi qayd etilgan. Muallifning ta'kidlashicha, bu bolalarda rejalashtirish, faoliyatni tashkil etish hamda xatti-harakatlarni nazorat qilish qobiliyati sust rivojlangan bo'ladi.

Biologik omillar ham muhim rol o'ynaydi. Thapar hamda Faraone tadqiqotlarida diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromining irsiylik darajasi 60–76 % ni tashkil etishi aniqlangan. Bu esa sindrom rivojlanishida genetik omillar muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi.

Shuningdek, Daley tadqiqotlarida ijtimoiy muhitning ham muhimligi qayd etilgan. Oilaviy muhitdagi stress omillari hamda kun tartibining noto'g'ri tashkil etilishi mavjud bo'lgan bolalarda diqqat buzilishi belgilari 40–50 % ko'proq namoyon bo'lishi aniqlangan.

Quyidagi jadvalda turli tadqiqotlarda diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi bo'yicha olingan asosiy natijalar keltirilgan.

Turli tadqiqotlarda maktabgacha yoshdagi bolalarda diqqat buzilishi ko'rsatkichlari

Muallif	Tadqiqot yo'nalishi	Asosiy natija
Polanczyk (2015)	Epidemiologik tadqiqot	ADHD global tarqalishi – 5,29 %
Willcutt (2020)	Meta-tahlil	Bolalar orasida 5–7 %
Barkley (2015)	Xulq-atvor tadqiqoti	70 % bolalarda diqqat barqaror emas
Brown (2017)	Kognitiv jarayonlar	60 % bolalarda rejalashtirish qiyin
Thapar (2017)	Genetik tadqiqot	Irsiylik darajasi 60–70 %
Faraone (2021)	Nevropsixologik tahlil	Irsiylik 70 % gacha
Daley (2018)	Ijtimoiy omillar	Stress muhitida diqqat buzilishi 40–50 % ko'proq

Shunday qilib, ilmiy tadqiqotlar natijalari maktabgacha yoshdagi giperaktiv bolalarda diqqat buzilishi biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning o'zaro ta'siri natijasida shakllanishini ko'rsatadi. Psixogigiyenik choralar – kun tartibini to'g'ri tashkil etish, jismoniy faollikni oshirish va sog'lom psixologik muhit yaratish – diqqat jarayonlarini yaxshilashda muhim ahamiyatga ega.

Muhokama. O'rganilgan ilmiy tadqiqotlar maktabgacha yoshdagi bolalarda diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi keng tarqalgan psixonevrologik muammo ekanligini ko'rsatadi. Epidemiologik ma'lumotlarga ko'ra, ushbu sindrom bolalar orasida o'rtacha 5–7 % hollarda uchraydi. Bu ko'rsatkich muammoning nafaqat tibbiy, balki pedagogik va psixologik jihatdan ham dolzarb ekanligini tasdiqlaydi.

Tahlil natijalari giperaktiv bolalarda diqqatning barqaror emasligi asosiy muammolardan biri ekanligini ko'rsatdi. Barkley tadqiqotlariga ko'ra, bunday bolalarning 70 % ga yaqinida diqqatni uzoq vaqt davomida saqlab turish qiyinligi kuzatiladi. Bu holat bolaning o'quv faoliyati, ijtimoiy moslashuvi hamda psixik rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Shuningdek, Brown tadqiqotlarida giperaktiv bolalarning 60 % dan ortig'ida kognitiv faoliyat bilan bog'liq qiyinchiliklar aniqlangan. Bunday bolalarda rejalashtirish, faoliyatni tashkil etish hamda xatti-harakatlarni nazorat qilish jarayonlari yetarli darajada rivojlanmagan bo'ladi.

Biologik omillar ham muhim rol o'ynaydi. Thapar va Faraone tadqiqotlari natijalariga ko'ra, diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromining irsiylik darajasi 60–76 % ni tashkil etadi. Bu esa sindromning rivojlanishida genetik omillar muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi.

Bundan tashqari, ijtimoiy muhit ham muhim ta'sir ko'rsatadi. Daley tadqiqotlarida oilaviy muhitdagi stress omillari hamda kun tartibining noto'g'ri tashkil etilishi mavjud bo'lgan bolalarda diqqat buzilishining namoyon bo'lishi 40–50 % ga ko'proq kuzatilishi aniqlangan.

Shunday qilib, olingan natijalar maktabgacha yoshdagi giperaktiv bolalarda diqqat buzilishi biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning o'zaro ta'siri natijasida shakllanishini ko'rsatadi. Shu sababli ushbu muammoni bartaraf etishda psixogigiyenik yondashuvlar – kun tartibini to'g'ri tashkil etish, jismoniy faollikni oshirish, pedagogik va psixologik qo'llab-quvvatlash – muhim ahamiyatga ega.

Xulosa. O'rganilgan ilmiy tadqiqotlar maktabgacha yoshdagi bolalarda diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik sindromi keng tarqalgan psixonevrologik muammolardan biri

ekanligini ko'rsatdi. Turli epidemiologik tadqiqotlar natijalariga ko'ra, ushbu sindrom bolalar orasida o'rtacha 5–7 % hollarda uchraydi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, giperaktiv bolalarda diqqatning barqaror emasligi, tez chalg'ish, impulsiv xatti-harakatlar hamda faoliyatni oxirigacha bajarmaslik kabi belgilar keng uchraydi. Bunday holatlar bolaning ta'lim jarayoniga moslashuvi hamda ijtimoiy rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Ilmiy tadqiqotlar diqqat buzilishining rivojlanishida biologik, genetik va ijtimoiy omillar muhim rol o'ynashini ko'rsatadi. Shuningdek, oiladagi psixologik muhit, kun tartibining to'g'ri tashkil etilishi hamda bolalarning jismoniy faolligi diqqat jarayonlariga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Shu sababli maktabgacha yoshdagi giperaktiv bolalarda diqqat buzilishining oldini olish va kamaytirishda psixogigiyenik yondashuvlar muhim ahamiyatga ega. Kun tartibini to'g'ri tashkil etish, faol o'yinlar, pedagogik va psixologik qo'llab-quvvatlash bolalarning psixik rivojlanishi hamda diqqat jarayonlarini yaxshilashga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. American Academy of Pediatrics (2019). Clinical Practice Guideline for ADHD.
2. Axmadaliyeva, N., Imamova, A., Nigmatullayeva, D., Jalolov, N., & Niyazova, O. (2022). Maktabgacha yoshdagi bolalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirishning dasturiy platformasi.
3. Barkley, R. A. (2015). Attention-deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment (4th ed.). Guilford Press.
4. Daley, D., Van der Oord, S., Ferrin, M., Cortese, S., Danckaerts, M., Doepfner, M., & Sonuga-Barke, E. J. S. (2018). Behavioral interventions in attention-deficit/hyperactivity disorder: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 57(3), 179–188. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2017.12.013>
5. Brown T. E. (2017). Attention Deficit Disorder: The Unfocused Mind in Children and Adults. Yale University Press.
6. Cortese S. (2020). Pharmacologic and non-pharmacologic treatment of ADHD. *The Lancet Psychiatry*.
7. Evans S. W., Owens J. S., Bunford N. (2018). Evidence-based psychosocial treatments for children with ADHD. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*.
8. Faraone S. V., Larsson H. (2021). Genetics of attention deficit hyperactivity disorder. *Molecular Psychiatry*.
9. Polanczyk, G. V., de Lima, M. S., Horta, B. L., Biederman, J., & Rohde, L. A. (2007). The worldwide prevalence of ADHD: A systematic review and metaregression analysis. *American Journal of Psychiatry*, 164(6), 942–948.
10. Polanczyk, G. V., Salum, G. A., Sugaya, L. S., Caye, A., & Rohde, L. A. (2015). Annual research review: A meta-analysis of the worldwide prevalence of mental disorders in children and adolescents. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56(3), 345–365.
11. Sonuga-Barke E. (2016). Psychological models of ADHD. *Developmental Science*.
12. Thapar, A., Cooper, M., Eyre, O., & Langley, K. (2017). What have we learnt about the causes of ADHD? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 58(1), 3–16. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12611>

13. Willcutt E. G. (2020). The prevalence of ADHD: A meta-analytic review. *Neurotherapeutics*.
14. World Health Organization (2021). *Child and Adolescent Mental Health*.
15. Жалолов, Н. Н., Ахмадалиева, Н. О., Нигматуллаева, Д. Ж., & Хайдарова, М. З. (2022, April). Умумтаълим мактаблари бошланғич синф ўқитувчиларнинг саломатлиги бўлажак авлодни тарбиялашнинг асосий мезони. Республиканской научно-практической конференция "ДНИ МОЛОДЫХ УЧЕННЫХ".
16. Садуллаева, Х. А., Садирова, М. Қ., Ахмадалиева, Н. О., & Мирсагатова, М. Р. (2024). Бошланғич синф ўқувчилари саломатлигида соғлом овқатланишнинг аҳамияти.
17. Tursunaliyevna, A. M., & Karimovna, N. Y. (2022). Maktabgacha tarbiya muassasalarida madaniy-gigiyenik malakalarni tarbiyalash–bolalar organizmining jismoniy rivojlanishida muhim vosita. *Integration of science, education and practice. Scientific-methodical journal*, 3(1), 98-103.
18. Нарметова, Ю. К. (2022). Психосоматик беморларнинг психоэмоционал хусусиятлари.
19. Бобомуродова, М. М. К., & Нарметова, Ю. К. (2024). СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ У СТУДЕНТОВ МЕДИКОВ. *Academic research in educational sciences*, (1), 265-270.
20. Karimovna, N. Y. (2023). KASBIY FAOLIYAT DAVOMIDA STRESSNING SALBIY OQIBATLARI. *Научный импульс*, 233.
21. Karimovna, N. Y., & Shuhrat O'g'li, R. S. SHIFOKOR VA BEMOR O'RTASIDAGI SHAXSLARARO MUNSOBATNING O'ZIGA XOSLIGI. *Научный импульс*, 424.
22. Нарметова, Ю. (2015). Изучение социально-психологических подходов к проблемам здоровья и болезни. In *От истоков к современности* (pp. 304-306).
23. Юлдуз, Н. (2023). Психосоматик беморлар психоэмоционал ҳолатини психодиагностика ва психокоррекцияси.