

PSIXOTERAPIYANING RIVOJLANISHIDA ART-TERAPIYANING O‘RNI VA AHAMIYATI HAMDA BOLALAR RUHIYATIGA IJOBIY TA’SIRI

Ro‘zmetova Shohida Tangirberganovna

*Xorazm viloyati Shovot tumani 29-umumiy
o'rta ta'lim maktabi amaliyotchi psixologi*

Do'schanova Gulxayot Egamberganovna

*Xorazm viloyati Shovot tumani 50-umumiy
o'rta ta'lim maktabi amaliyotchi psixologi*

Annotatsiya: Art-terapiya – bu psixoterapiyaning tasviriy san'at va ijodiy faoliyatga asoslangan, ixtisoslashtirilgan shaklidir.

Kalit so‘zlar: bolalarni har tomonlama rivojlantirish, tasviriy faoliyat bolalarga estetik tarbiya berishning asosiy vositasi, ART ya'ni San'at terapiyasi, idrok, qobiliyat, rangtasvir

KIRISH

Art-terapiya – bu psixoterapiyaning tasviriy san'at va ijodiy faoliyatga asoslangan, ixtisoslashtirilgan shaklidir.

Bu inson ongi va ong osti orasidagi, aql va ruh o'rtasidagi bog'lovchi zanjir sanalmish usul.

Art-terapiya samaradorligining mohiyati shundaki, insonning aksariyat muammolari yuzaki ong darajasida emas, balki chuqur ong osti darajasidan kelib chiqadi.

Art-terapiya imkoniyatlari:

- Xulq-atvorni tuzatish – tajovuzkorlik va boshqa salbiy his-tuyg'ularning chiqishiga maqbul yo'l berish
- Ongsiz ravishda kechadigan ichki nizolar va tashvishlarni aniqlash va yumshatish – muvozanatga erishish
- Stressning salbiy oqibatlarini kamaytirish
- O'z-o'ziga hurmatni oshirish (aybdorlik va o'ziga achinish hissidan xalos bo'lish)
- Odamlar bilan munosabatlarni yaxshilash (muloqot ko'nikmalarini tuzatish)

- Ijobiy fikrlashni shakllantirish
- O'zini bo'sh qo'yish va relaksasiya

Art-terapiya usulining noyob ahamiyati shundaki, inson korreksiya jarayonida faol ishtirok etish imkoniyatiga ega bo'ladi.

Art-terapiya qo'llanilayotgan insondan san'at sohasida tajribasi bo'lishi talab qilinmaydi. Art-terapiya inson san'at orqali o'ziga yordam berishni o'rganishiga qaratilgan.

Tasviriy faoliyat turlari - rasm chizish, applikatsiya, loydan buyumlar yasash bo'lib, asosiy vazifasi tevarak-atrofni obrazli aks ettirish hisoblanadi. Tasviriy faoliyat bolalarni ongli tomondan tarbiyalashda katta ahamiyat kasb etadi. Tasviriy faoliyat jarayonida bolalar turli xil material - qog'oz, bo'yoqlar, bo'r bilan, ularning o'ziga xos xususiyatlari, ular bilan ishlash texnikasi bilan tanishadilar, bu esa bolalarning aqlan rivojlanishiga olib keladi. Tasviriy faoliyat jarayonida bolalarda fikr yuritish operatsiyalari - analiz, sintez, taqqoslash, umumlashtirishning rivojlanishiga imkon beradi. Bu jarayonda bolalarning nutqi rivojlanadi. Sensor tarbiyani amalga oshirishda tasviriy faoliyatning ahamiyatli tomoni, bolalar predmetlar bilan uzviy bog'lanadilar, ularning o'ziga xos sifatleri, shakli, rangi bilan, katta-kichikligi bilan tanishadilar, ularning farqini, o'xshashligini aniqlaydilar, bu esa bolalarni sensor tarbiyalashga, ko'rgazmali, obrazli fikr yuritishga imkon beradi. Tasviriy faoliyat bolalarni axloqiy jihatdan tarbiyalaydi. Chunki bolalar o'z ishlarida bizning hayotimizda, jamiyatda bo'layotgan voqea-hodisalarni aks ettiradilar

Tasviriy faoliyat jarayonida bolalarda irodaning sifatleri -boshlagan ishini oxiriga yetkazish, oldiga maqsad qo'yib, uni bajarishga tomon intilish, qiyinchiliklarni yengish, o'rtoqlariga yordamlashish kabi xususiyatlar tarbiyalanadi. Jamoa ishini yaratish jarayonida bolalarda bir-biriga yordam, kelishib ishlash kabi sifatlar tarbiyalanadi. Bolalarda, ishni baholash jarayonida, bolalarni o'rtoqlarining ishiga nisbatan real munosabatda bo'lish, to'g'ri baholash, o'z ishidan va o'rtoqlarining ishidan xursand bo'lish kabi axloqiy sifatlar tarbiyalanadi.

Tasviriy faoliyat - bu bolalarni o'z oldiga qo'ygan maqsadlarini bajarishda tinmay mehnat qilishga undovchi faoliyat hisoblanadi. Tasviriy faoliyat bolalarga estetik tarbiya berishning asosiy vositasi hisoblanadi. Har bir predmetning katta-kichikligini, rangini,

shaklini, fazoda joylashishini ajratish, bu estetik sezgining bo'laklari hisoblanadi. Bolalarda estetik sezgining rivojlanishi - bu rangi, ritmi, proportsiyani chuqurroq sezish bilan bog'liqdir. Bolalar rangni, shaklni, uning xilma-xilligini sezsa yoki his etsa, u shunchalik ranglar aralashmasining xilma-xilligidan zavq oladi, bahramand bo'ladi. Bolalarda estetik sezgining rivojlanishi, ularda predmetga va uning ba'zi sifatlariga nisbatan estetik baho berishga o'rganadilar. Ularda tasviriy san'at asarlarini tushunishga, ularga nisbatan his-tuyg'uni, munosabatni tarbiyalaydi. Tasviriy faoliyat bolalarda badiiy-ijodiy o'stirishda muhim rol egallaydi. Bolaning badiiy ijodiy o'sishi bu obrazli fikr yuritish, estetik idrok etishni va obraz yaratishda zarur bo'lgan malaka, ko'nikmalarni egallash hisoblanadi. Masalan, tabiatga yoki istirohat bog'iga sayr, kuz faslida sayohat uyushtirish. Tarbiyachi bolalarni predmet yoki tevarak-atrofni kuzatishda paydo bo'luvchi estetik his-tuyg'u orqali, tevarak-atrofga, kishilar mehnatiga to'g'ri baho berish, vatanga nisbatan muhabbat kabi sifatlarni tarbiyalash mumkin. Bolalarni o'z ishini yana ham chiroyli va yaxshi bajarish, boshqalarga yoqadigan, ularni ko'rganda quvonadigan qilib yaratish bu badiiy, axloqiy tarbiyalashning asosiy vazifasi hisoblanadi.

Bolalarni maktabga tayyorlashda tasviriy faoliyat katta ahamiyat kasb etadi. Rasm, loy, qurish materiallari bo'yicha bilim, malakalarini egallash maktabda tasviriy faoliyat darslari va mehnat darslarini muvaffaqiyatli egallashlariga asos bo'ladi. Ularni o'quv faoliyatiga tayyorlaydi: pedagogni tinglashga, uning ko'rsatmalarini bajarishga o'rgatadi. Oldiga qo'yilgan vazifani hal etishda, uning asosiy va muhim hal etish yo'llarini izlab topish bu



o'quv faoliyatning asosiy sababchilaridan biridir. Tasviriyl faoliyat jarayonida o'z ishini nazorat qilib borish, maktabda vazifalarni bajarishda ham rol o'ynaydi. Shuningdek, bola tasviriyl faoliyat jarayonida psixologik jihatdan ham tayyorlanib boradi. Maktabda qiziqishga xohish, yangiliklarni bilishga intilish, maqsadi sari intilish, tartibli holda shug'ullanish va shu kabilar. Tasviriyl faoliyat jarayonida olgan malakalar bolalarni maktab hayotiga tezda kirishib ketishiga asos bo'ladi. Tasviriyl faoliyat orqali bolalarda psixologik tuzatish ishlari ham olib boriladi. Bu psixologiyada "Art terapiya" deb nomlanadi. Art terapiya (ingliz "art-therapy" "san'at bilan davolash") degan ma'noni anglatadi. San'at va ijodkorlik yordamida shifo va psixologik tuzatish ishlari olib boradi. Tasviriyl faoliyatdagi erkin ijod bolada hissiyotni, o'zini ifoda qilish imkoniyatini beradi va jarayonning barcha ishtirokchilariga juda katta zavq bag'ishlaydi. Art-terapiya psixologiyada psixokorreksiya usuli, ya'ni, boladagi salbiyl holatlarni tuzatish, to'g'rilash usuli bo'lib, birinchi marta psixoterapiyada 1938-yilda A.Xill tomonidan qo'llanilgan. Oddiy, ko'proq bolalarcha hazillarni, mashqlarni eslatib, nafaqat har qanday odamning (kattalar ham, bolaning ham) ruhiyl holatini tashxislash, balki ko'plab asab kasalliklarini muvaffaqiyatli hal qilish mumkin.

Ikkinchi jahon urushida fashistlarning lagerlaridan chiqarilgan bolalar bilan ishlash uchun Qo'shma Shtatlarda XX asrning 40-yillarida ilk marta ART ya'ni San'at terapiyasi qo'llanila boshlandi. Keyinchalik, badiiy terapiya birinchi navbatda diagnostika maqsadlariga qaratilgan. Bugungi kunda ham badiiy terapiya o'zining ahamiyatini yo'qotgani yo'q, tuzatuvchi va davolashga asoslangan ta'sir avlodlarining tasdiqlangan tajribasi tufayli yanada rivojlanib kelmoqda. U kattalar va bolalar uchun muvaffaqiyatli qo'llanilmoqda, bolalar bog'chalarining uslubiy dasturlarida san'at terapiyasi kurslari mavjud. Ayniqsa, maktabgacha yoshdagi bolalar va nogiron bolalar uchun art-terapiya orqali yorqin natijalarga erishiladi.

Art terapiyaning qo'llanilishidan maqsad:

- psixologik muammolar diagnostikasi;
- bola his-tuyg'ularidagi og'riqli nuqtalarini davolash (ruhiyl og'riq);
- boladagi agressivlik (tajovuzkorlik, jaxldorlik) va boshqa salbiyl holatlardan chiqarish;

- ijtimoiy aloqalar(jamoaviy muhit)ni yo'lga qo'yish;
- ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirish;
- o'z-o'zini nazorat qilishni rivojlantirish;
- O'z-o'zini hurmat qilishni oshirish.
- ichki "men"ini bilish;
- o'zini shaxs sifatida tasavvur qilish;
- ijobiy o'ziga xos tasavvurni yaratish;
- his-tuyg'ularini ifoda etishni o'rganish;
- psixo-emotsional stressni olib tashlash;
- Muloqot qobiliyatlari va ijodiy faoliyat qobiliyatlarining shakllanishi.

XULOSA

Tasavvur va ijodkorlikni rivojlantirish: Har bir inson, har bir shaxs ijtimoiy nuqtai nazardan uning faolligi bilan ajralib turadi. Faoliyatni atrofdagi dunyoni, shu jumladan uning atrofidagi dunyoda mavjud bo'lish shartlarini tushunish va o'zgartirishga qaratilgan inson faoliyatining bir turi sifatida ta'riflanishi mumkin. O'z-o'zidan faoliyat jamiyat mavjudligining muhim shartlaridan biri bo'lib, faoliyat orqali ham tirik organizm, ham turli tizimlar mavjudligi uchun zaruriy shart bo'lgan axborot almashinuvi sodir bo'ladi.

Aleksandr Ivanovich Polovinkin (rossiyalik texnika fanlari doktori, professor) shaxsga xos bo'lgan faoliyatning uch turini aniqlaydi: reproduktiv, samarali va ijodiy faoliyat. Ijodiy faoliyat fikrlash va ijodiy tasavvur bilan tavsiflanadi va cheklovlarni yengib o'tish bilan bog'liq. Ijodiy tasavvur asl tasvirni yaratishga qaratilgan bo'lib, u keyinchalik fikrlashni rasmiylashtiradi va ijodkorlik uchun u amal qilishi kerak bo'lgan standart naqshlar, retseptlar mavjud emas. A.I. Polovinkin ijodiy tajriba to'plash natijasida yaratilgan ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirish ijodiy faol shaxsni shakllantirishga yordam beradi, deb hisoblaydi.

Foydalanilgan Asosiy Adabiyotlar Ro'yxati

1. "O'zbekiston Respublikasi maktabgacha ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida" 08.05.2019 yildagi PQ-4312-son O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qarori

2. O,,zbekiston Respublikasi Ta`lim to,,g,,risidagi qonuni. O,,zbekiston respublikasi qonuni,
23.09.2020-yildagi O,,RQ-637-son.
3. “Maktabgacha ta`lim va tarbiyaning davlat standartini tasdiqlash to,,g,,risida”
Vazirlar Mahkamasining 2020-yil 22-dekabrdagi 802-son qarori
4. “Ilk qadam” davlat o`quv dastruri 2022-yil Maktabgacha ta`lim vazirligi
5. Ta`limda axborot texnologiyalari: O`quv qo`llanma / R.X. Ayupov. Nizomiy
nomidagi Toshkent Davlat pedagogika universiteti. - T.: TPDU, 2020-yil
6. «STEAM ta`lim tizimi va unda xorijiy tillarni o`qitish” D.Z.Solidjonov
“Science and education” March 2021, Volume 2 ISSUE 3
7. “Maktabgacha yoshdagi bolalarda kognitiv jarayonlarning rivojlanishi
borasidagi tadqiqotlar va tavsiyalar” M.Qodirova, 2021.
<https://scienceweb.uz/publication/811>
8. <https://jdpu.uz/maktabgacha-talim-tashkilotlarida-tasviriy-faoliyat-mashgulotlarini-tashkil-etishtexnologiyalari/>
9. FORMATION OF CREATIVE ABILITIES OF CHILDREN IN PRE-SCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATIONS IN THE TRAINING OF VISUAL ACTIVITY "Science and Education"
Scientific Journal January 2021 / Volume 2 Issue 1
10. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida faol rivojlantiruvchi muhitni tashkil etishda steam ta'lim texnologiyasidan foydalanish Baxrillayeva M EURASIAN JOURNAL OF TECHNOLOGY AND INNOVATION Innovative Academy Research Support Center January 2024 Volume 2 ISSUE 1
11. BOSHQARUVNING UMUMIY QONUNIYATLARI, TAMOIYILLARI VA FUNKSIYALARI Isayeva D, Baxrillayeva M EURASIAN JOURNAL OF ACADEMIC RESEARCH Innovative
Academy Research Support Cente February 2023 Volume 3 ISSUE 2