

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR KREATIVLIGINI RIVOJLANTIRISHDA ART-TERAPIYA USULLARIDAN FOYDALANISH IMKONIYATLARI

Dots. Berdiyeva Muhabbat Meyliyevna
Sattorova Saida Erkinovna

Termiz davlat pedagogika instituti magistranti

ANNOTATSIYA: Art-terapiya - Bu terapevtik, tuzatish va reabilitatsiya ishlarini o'z ichiga olgan markaziy psixoterapevtik sohalardan biridir. Bemorlarga yordam berish uchun tasviriy san'at vositalaridan foydalanishga asoslangan. "Art terapiya" atamasi dastlab ingliz tilida so'zlashadigan mamlakatlarda ishlatilgan. Bu yigirmanchi asrning birinchi yarmida paydo bo'ldi. Ushbu atama san'atni asos sifatida ishlatib, turli xil reabilitatsiya va davolash amaliyotini anglatadi.

KALIT SO'ZLAR: reabilitatsiya, ijtimoiy ma'qullash, kommunikativ, modellashtirish, fotografiya, taktik sezgirlik, passiv usul.

KIRISH

Zamonaviy amaliyotda art-terapiyaning qaysi turlari qo'llaniladi, degan savolga javob berishdan oldin, qanday natijalarga erishish mumkinligi bilan tanishib chiqishingiz kerak. Aslida, san'at bilan davolash, uning soddaligiga qaramay, shunchaki ajoyib effekt beradi. Art-terapiya odamga his-tuyg'ularni ifoda etish, stimullarga nisbatan reaksiyalarni, ayniqsa tajovuzkorlik haqida ko'proq gapirishga imkon beradi. Agar biz tabiat tomonidan berkitilgan bemorlar haqida gapiradigan bo'lsak, unda bu yondashuv ularga dam olish, ijtimoiy ma'qullash, muloqot qilishni o'rganish va ochilish imkoniyatini beradi. Bunday davolash bemor bilan og'zaki bo'lmagan aloqa qilish imkoniyatini beradi. Bu juda muhimdir, chunki u kommunikativ to'siqni yengib o'tishga, odamning psixologik himoyasiga kirishga va ishonchli muhit yaratishga yordam beradi. Art-terapiya bemorga shaxsiy o'sish nuqtai nazaridan imkon beradi. Darhaqiqat, ijod jarayonida hayolot rivojlanadi, turli xil badiiy qobiliyatlar namoyon bo'ladi. Bundan tashqari, xuddi shu rasm yoki modellashtirish konsentratsiyani, qat'iyatlikni, o'zini-o'zi tarbiyalashni talab qiladi va bu fazilatlar kundalik hayotda juda foydali. Ijodiy jarayon bemorlarga o'z his-tuyg'ularini va his-tuyg'ularini anglashga yordam beradi, boshqa tomondan esa hayotga qarashga yordam beradi. San'at darslari turli xil psixologik va hissiy

jarohlarga dosh bera oladi. Mashg‘ulotlar san‘at ob‘ektlarini yaratish yoki o‘rganish jarayonini o‘z ichiga olganligi sababli, biz o‘z-o‘zini hurmat qilishni oshirish haqida gapirishimiz mumkin. Albatta, tayyor rasm yoki haykaltaroshlik, musiqa, fotografiya haqida qo‘shimcha bilimlar odamni iste‘dodli va ma‘lumotli his qilishiga yordam beradi, bu esa ijobiy spekulatsiyani shakllantirish uchun zarur shart-sharoitlarni yaratadi.

Bola jazolar va mukofotlar haqida biladimi? Muvaffaqiyat va yaxshi xulq-atvor uchun tez-tez mukofotlar juda muhimdir! Sabablari va oqibatlar haqida xabardor bo‘lish. Bola muayyan harakatlar va xatti-harakatlarning sabablari va oqibatlarini kuzatadimi? Murabbiy yoki o‘qituvchi ularni tushunishga yordam bera oladimi? Shuni yodda tutingki, tarbiyalangan bolangiz bolangizni xursand qilishi kerak. Farzandingiz darslarda qatnashishdan bosh tortsa, tezda tushkunlikka tushmang, aksincha unga ko‘proq foyda keltiradigan, dam oladigan va juda ko‘p zavq keltiradigan mashqlar turini topishga harakat qiling. Hatto har kuni ertalab muntazam dars o‘tish kerak bo‘lishi mumkin. Bugungi kunda bolalar uchun art-terapiya mashg‘ulotlari bolalarga psixologik yordam berishning eng hayajonli, samarali va juda iqtisodiy usulidir. U ijodkorlik va o‘yin faoliyatiga asoslangan. Bolaning psixikasi zaiflik bilan tavsiflanadi, buning natijasida u o‘ziga nisbatan ehtiyotkorlik bilan munosabatda bo‘lishni talab qiladi. Axir, bola o‘zini bilishni o‘rganmoqda, u atrof-muhit va boshqa odamlar bilan tanishishni endi boshlaydi. Shuning uchun, hali ham kichkina hayot yo‘lida chaqaloqlar uchun, masalan, oilada yoki bolalar bog‘chasida ular uchun qiyinchiliklarga duch kelish juda qiyin. Ota-onalar haqiqatan ham bolalariga yordam berishni xohlashadi, lekin ko‘pincha ular buni qanday qilishni bilishmaydi. Axir, tushuntirishlar yoki e‘tiqodlar, o‘qish eslatmalari va ogohlantirishlar yordam bermaydi va bolaning o‘zi yolg‘iz ularning ahvoliga nima sabab bo‘lganini va u bilan nima sodir bo‘lishini aniq tushuntirishga qodir emas. Masalan, nima uchun u bolalar bog‘chasiga borishni rad etadi yoki qorong‘ida nimadan qo‘rqadi. Aynan shu hollarda artterapevtik amaliyotlar ajralmas bo‘ladi.

Bolalar uchun art-terapiya mashg‘ulotlari odatda erkinroq shaklda o‘tkaziladi. Turli psixologik qiyinchiliklar va muammolarni muhokama qilish va hal qilish o‘yin yoki ijodiy faoliyat fonida yuzaga keladi. Bunday mashg‘ulotlarda bola o‘yin yoki ijoddan zavqlanish bilan bir vaqtda o‘zining ijodiy qobiliyatlarini ochib beradi, kattalarning diqqat markazida bo‘ladi, psixologik qiyinchiliklarni o‘zlashtiradi,



shaxsiy psixologik voqelikni o'zgartiradi. Bolalar art-terapiyasi uchun mo'ljallangan barcha tadbirlarning asosiy sharti bolalarning tushunarli va xavfsizligi, mablag'larning mavjudligi va jozibadorligi. Yuqorida sanab o'tilgan talablarga javob beradigan bolalar uchun eng keng tarqalgan va sevimli art-terapiya usuli qum terapiyasi hisoblanadi. Qum art terapiyasi amaliyotini o'tkazish uchun zarur bo'lgan narsa odatiy qum yoki qumloqdir. Qum bilan rasm chizish, qum qasrlari yoki boshqa raqamlarni yaratish yordamida bola taktik sezgirlikni rivojlantiradi, u yanada xotirjam bo'ladi. Bu bola o'zini shunday ifoda etadi. Sizga faqat bir parcha qog'oz va qalam kerak bo'lgan eng qulay mashq bu, "doodle" larni chizishdir. Bola bir vaqtning o'zida mutlaqo bepul, yakuniy natija haqida o'ylamasdan, qog'ozga chiziqlar chizig'ini chizadi va keyinchalik u qandaydir tasvirni keyingi ta'rifi bilan ko'rishga harakat qiladi. Ta'rif jarayonida bola allaqachon ongli ravishda uni chizish, konturlarni ta'kidlash, chiziqlarni ta'kidlash, ba'zi joylarni soya qilish va hk. Izoterapiyaning yana bir qiziq turi - bu bitta bosma degan ma'noni anglatuvchi monotip. Bola sirtida bo'yoqni olmaydigan, masalan, plastmassa yoki linolyumda siyoh, siyoh, akvarel va hokazolardan foydalangan holda chizmalar (dog'lar, chiziqlar va hokazo) yaratishi kerak. So'ngra sirt ho'llanayotgandek qog'oz varag'i surtiladi. Olingan qog'ozdagi oyna tasvirini bolaga berish kerak, shunda u uni tekshirishi, nima bo'lganini tasvirlashi, tasvirni qo'shishi yoki chizishi mumkin. Art-terapiya mashqlari Art-terapiya va boshqa psixoterapevtik amaliyotlar o'rtasidagi asosiy farq odamlarga ma'lumot yetkazishning asosiy mexanizmi sifatida og'zaki bo'lmagan aloqalardan foydalanish hisoblanadi. Uning asosi odamga har qanday savollarga javob topishga, ichki "inhibe" qiluvchi omillarni yengishga, qo'rquvni yengishga yordam beradigan amaliy mashg'ulotlardan iborat. Art-terapiya mashqlari g'oyalar, voqealar, his-tuyg'ularni o'rganishga, shaxslararo munosabatlarni, ko'nikmalarni rivojlantirishga, o'z-o'zini hurmat qilish va kuchlarga ishonchni oshirishga, o'z "men" ning yangi, yanada muvaffaqiyatli qiyofasini yaratishga imkon beradigan vositadir. Art-terapiya sessiyasi ikki qismdan iborat. Birinchi qism mijozning ijodiy ifodasini o'z ichiga oladi, tabiatda og'zaki bo'lmagan, uchrashuvning o'ziga xos tuzilishini o'z ichiga olmaydi. Ushbu qismdagi bemorlarning o'zini namoyon qilishining asosiy vositasi ijodiy faoliyat, masalan, chizish yoki modellashtirishdir. Ikkinchi qismda og'zaki mexanizmlar ustunlik qiladi. U birinchisidan keyin keladi va ijodiy faoliyat mevalarini og'zaki faol muhokama qilishdan iborat. Yetakchi psixoterapevtlar

orasida eng mashhur art-terapiya usuli kollaj deb hisoblanadi, chunki bu shifokorga bemorning hozirgi ruhiy holatini baholashga, eng qiziqarli voqealarni aniqlashga imkon beradi. Ushbu mashqning asosiy xususiyatlari - bu mijozning ijobiy hissiy tajribalarini, har qanday odamni, hatto san'atdan mutlaqo uzoq bo'lgan odamning o'zini namoyon qilish imkoniyatini, maksimal imkoniyatni ochib berishini ta'kidlash. Kollaj odam bilan ishlashda juda samarali vosita hisoblanadi. Loydan figuralarni yaratish insonga o'z his-tuyg'ularini, tajribalarini modellashtirish orqali yaratishga imkon beradi. Ushbu mashqning ko'plab variantlari mavjud, ular loy tomirlarini yaratishdan tortib, tana qismlarini modellashtirishgacha. Bolalar bilan artterapiya va ularning mashqlari mehnat qobiliyatini oshirish, kuchlanishni yengillashtirish, ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirishga qaratilgan. Musiqa terapiyasi, raqs va drama terapiyasi, ertak terapiyasi bugungi kunda eng dolzarb hisoblanadi. Musiqani tinglash, turli xil asboblarni chalish, ohang ritmiga ko'ra urish va qarsak chalish - bularning barchasi bolalarning ish qobiliyatini sezilarli darajada oshiradi, stressni kamaytiradi, badiiy qobiliyatlarning rivojlanishiga hissa qo'shadi. Dramatik terapiya muloqotni o'rgatadi, yetarli darajada o'zini o'zi anglashga hissa qo'shadi. Bolalar bilan artterapiya va raqs terapiyasi mashqlari nevrozlar va komplekslarning oldini olishga qaratilgan. Art-terapiya usullari Zamonaviy art-terapiya cheksiz ko'p sohalar va texnikalarga ega. Shuning uchun, bugungi kunda individual psixikaning holatini to'liq aks ettiradigan individual terapevtik usulni tanlash kifoya qiladi va shu bilan birga u buni yaxshi anglaydi.

Art-terapiyaning ikkita asosiy usuli mavjud: passiv va faol. Passiv usul mijoz tomonidan boshqa shaxslar tomonidan yaratilgan ijodiy ishlarni iste'mol qilishdan iborat. Masalan, siz rasmlarni ko'rishingiz, san'at asarlarini o'qishingiz, musiqiy asarlarni tinglashingiz va hk. Faol usul mijoz tomonidan mustaqil ravishda ijodiy mahsulotlarni yaratishga asoslanadi, shu bilan birga ularning ijodining estetik qiymati va go'zalligi baholanmaydi. Art-terapiya usullari psixoterapevtga bemorga individual yondashuvni va ishning guruh shakllarini maqbul ravishda birlashtirishga imkon beradi. Art-terapevtik usullar, qoida tariqasida, pixokorreksiyaning barcha dasturlarida mavjud bo'lib, ularni to'ldiradi va boyitadi. Art-terapevtik ta'sir sublimatsiya mexanizmiga asoslanadi, bu psixikaning energiyasini shikastlovchi omildan maqbul yo'l - ijodkorlikka yo'naltirishdan iborat. Boshqacha qilib aytganda, agar mavzuda tashvishli tajribalar to'plangan bo'lsa, u ularni ijodiy faoliyat orqali ifodalashga harakat qilishi va o'zlarini yengillashtirishini his qilishi

mumkin. Bu art terapiyaning shifobaxsh ta'siri. Biroq, nimani hayajonlantiradiganini yaratish - bu birinchi qadam. Ikkinchi bosqich rasmni ijobiy tomonga o'zgartirish bo'ladi. Tasvirning o'zgarishi bilan bir vaqtda, ichki vakillikning o'zgarishi ham yuz beradi, shu sababli odam umidsiz bo'lib tuyulgan vaziyatdan chiqish yo'lini topadi. Art-terapevtik texnikalar va metodlarni qo'llagan psixokorreksiya mashg'ulotlari, ayniqsa yosh o'quvchilar bilan ishlashda samaralidir, chunki ular bolalarni charchamaydilar, butun dars davomida mehnat qobiliyatini va faolligini saqlaydilar.

XULOSA

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, Har qanday san'atni muntazam o'qitishga yo'naltirilgan darslardan farqli o'laroq, artterapiya mashg'ulotlari o'z-o'zidan bo'lib, natijaga emas, balki ijodiy jarayonga yo'naltirilgan. Erkin ijodkorlik holati hissiy yengillik, o'z-o'zini ifoda etish imkoniyatini beradi va shunchaki jarayonning barcha ishtirokchilariga katta zavq bag'ishlaydi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Noyob Huquqlar bola huquqlari haqidagi Konventsiyani o'rganish bo'yicha amaliy qo'lanma". UNICEF
2. Otavaliyeva O'. Bola tarbiyasida bog'cha va oila hamkorligi. T. O'qituvchi,
3. Spravochnik <<Rukovoditelya doskolnogo obrazovatel'nogo uchrejdeniya>>. T., 2006 yil.
4. Ilasanboyeva O., Tadjieva M., Toshpulatova Sh. va boshq. Maktabgacha ta'lim pedagogikasi. T.: Ilm-ziyo, 2012
5. Hasanboyeva O. va boshqalar. Oilada barkamol avlod tarbiyasi. –T. O'zbekiston, 2010.

Research Science and
Innovation House

