

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA ARTTERAPIYANI QO'LLASH USULLARI

Turdiyeva Dilorom

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti talabasi

Ilmiy rahbar: Achilov Obid Muzrobovich

Annotatsiya: *Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarda artterapiyani qo'llashning nazariy va amaliy jihatlari yoritilgan. Artterapiyaning bolalar psixologik rivojlanishiga, hissiy holatini barqarorlashtirishga hamda ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirishga ta'siri tahlil qilingan. Shuningdek, maktabgacha ta'lim tashkilotlarida qo'llaniladigan rasm terapiyasi, loy bilan ishlash, musiqa terapiyasi, ertak terapiyasi va qum terapiyasi kabi usullarning ahamiyati ochib berilgan. Artterapiyaning bolalarning ijtimoiy moslashuvi va shaxsiy rivojlanishidagi o'rni asoslab berilgan.*

Kalit so'zlar: *artterapiya, maktabgacha ta'lim, bolalar psixologiyasi, hissiy rivojlanish, ijodkorlik, qum terapiyasi, ertak terapiyasi, musiqa terapiyasi.*

Аннотация: *В данной статье рассматриваются теоретические и практические аспекты применения арт-терапии у детей дошкольного возраста. Проанализировано влияние арт-терапии на психологическое развитие детей, стабилизацию эмоционального состояния и развитие творческих способностей. Раскрыто значение таких методов, как рисование, лепка, музыкотерапия, сказкотерапия и песочная терапия, используемых в дошкольных образовательных учреждениях. Обоснована роль арт-терапии в социальной адаптации и личностном развитии ребенка.*

Ключевые слова: *арт-терапия, дошкольное образование, детская психология, эмоциональное развитие, творчество, песочная терапия, сказкотерапия, музыкотерапия.*

Abstract: *This article examines the theoretical and practical aspects of applying art therapy in preschool-aged children. The influence of art therapy on children's psychological development, emotional stability, and creative abilities is analyzed. The importance of various methods such as drawing therapy, clay modeling, music therapy, fairy tale therapy, and sand therapy used in preschool educational institutions is highlighted. The article substantiates the role of art therapy in children's social adaptation and personal development.*

Keywords: *art therapy, preschool education, child psychology, emotional development, creativity, sand therapy, fairy tale therapy, music therapy.*

Kirish

Maktabgacha yosh davri bolaning jismoniy, aqliy va ruhiy rivojlanishida eng muhim bosqichlardan biri hisoblanadi. Ushbu davrda bolalarda shaxsning asosiy

sifatlari shakllanadi, atrof-muhitga bo'lgan munosabat va muloqot ko'nikmalari rivojlanadi. Shu sababli maktabgacha ta'lim tizimida bolalarning nafaqat bilim olishiga, balki ularning hissiy-irodaviy rivojlanishiga ham alohida e'tibor qaratilmoqda.

Zamonaviy pedagogika va psixologiyada bolalarning ruhiy salomatligini mustahkamlash hamda ijodiy salohiyatini rivojlantirishning samarali vositalaridan biri artterapiya hisoblanadi. Artterapiya san'atning turli shakllari orqali bolaning ichki dunyosini o'rganish, hissiy kechinmalarini ifodalash va psixologik holatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Artterapiyaning mohiyati va ahamiyati

Artterapiya atamasi ingliz tilidagi "art" (san'at) va "therapy" (davolash, tiklash) so'zlaridan olingan. Mazkur metod san'at faoliyati yordamida shaxsning hissiy holatini sog'lomlashtirishga qaratilgan.

Maktabgacha yoshdagi bolalar ko'pincha o'z his-tuyg'ularini so'z bilan ifodalashda qiynaladilar. Shu bois ular o'z kechinmalarini rasm, o'yin, musiqa va boshqa ijodiy faoliyatlar orqali namoyon etadilar. Artterapiya bolaga ichki hissiyotlarini erkin ifodalash, qo'rquv va xavotirlarini kamaytirish imkonini beradi.

Artterapiyaning asosiy vazifalari:

hissiy zo'riqishni kamaytirish;

bolada o'ziga bo'lgan ishonchni shakllantirish;

ijodiy fikrlashni rivojlantirish;

muloqot ko'nikmalarini mustahkamlash;

ijtimoiy moslashuvni yaxshilash;

emotsional barqarorlikni ta'minlash.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda artterapiyani qo'llash usullari

Rasm terapiyasi

Rasm terapiyasi bolalar bilan ishlashda eng ko'p qo'llaniladigan usullardan biridir. Bola rasm chizish orqali o'z tasavvurlari va his-tuyg'ularini ifodalaydi. Ranglardan foydalanish, obrazlar yaratish va kompozitsiyalar tuzish bolaning ijodiy tafakkurini rivojlantiradi.

Rasm terapiyasi natijasida:

mayda motorika rivojlanadi;

tasavvur kengayadi;

hissiy holat yaxshilanadi;

estetik did shakllanadi.

Loy va plastilin terapiyasi

Loy yoki plastilin bilan ishlash bolalarning sezgi organlari faoliyatini faollashtiradi. Turli shakllar yasash orqali bola o'z his-tuyg'ularini namoyon qiladi hamda stressdan xalos bo'ladi.

Ushbu usul:

qo'l mushaklarini rivojlantiradi;

sabr-toqatni shakllantiradi;
ijodkorlikni rivojlantiradi;
hissiy bo'shashishga yordam beradi.

Musiqa terapiyasi

Musiqa terapiyasi bolalarning ruhiy holatini barqarorlashtirishda muhim ahamiyatga ega. Tinchlantiruvchi kuylarni tinglash, qo'shiq kuylash va ritmik harakatlar bajarish bolaning emotsional rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Musiqa terapiyasi:

stressni kamaytiradi;
xotira va diqqatni rivojlantiradi;
nutq faolligini oshiradi;
ijobiy kayfiyat yaratadi.

Ertak terapiyasi

Ertak terapiyasi bolalarda axloqiy fazilatlarni shakllantirishda samarali usullardan biridir. Ertak qahramonlari misolida bola yaxshilik va yomonlikni farqlashni, qiyinchiliklarni yengib o'tishni o'rganadi.

Ertak terapiyasi:

nutqni rivojlantiradi;
fantaziyani boyitadi;
qo'rquvlarni kamaytiradi;
ijobiy xulq-atvorni shakllantiradi.

Qum terapiyasi

Qum terapiyasi maxsus qum maydonchasida amalga oshiriladi. Bola qum yordamida turli syujetlar yaratadi va shu orqali ichki hissiyotlarini ifodalaydi.

Qum terapiyasining afzalliklari:

emotsional bo'shashishni ta'minlaydi;
muloqot qobiliyatini rivojlantiradi;
tasavvur va tafakkurni faollashtiradi;
psixologik muammolarni aniqlashga yordam beradi.

Artterapiyaning pedagogik ahamiyati

Artterapiya maktabgacha ta'lim tashkilotlarida tarbiyaviy va rivojlantiruvchi faoliyatning muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. U bolalarning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda tashkil etiladi va shaxsning har tomonlama rivojlanishiga xizmat qiladi.

Artterapiya orqali:

bolalarda mustaqillik rivojlanadi;
emotsional intellekt shakllanadi;
ijtimoiy faollik ortadi;
ijodiy salohiyat yuzaga chiqadi;
ruhiy salomatlik mustahkamlanadi.

Xulosa

Maktabgacha yoshdagi bolalarda artterapiyani qo'llash ularning hissiy, ijtimoiy va intellektual rivojlanishini ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Rasm, musiqa, ertak, loy va qum terapiyasi kabi usullar bolalarning ruhiy salomatligini mustahkamlash, ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish va o'z his-tuyg'ularini erkin ifodalashlariga yordam beradi. Shu bois maktabgacha ta'lim tashkilotlari amaliyotida artterapiya usullaridan keng foydalanish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- Vygotskiy L.S. Pedagogik psixologiya. – Moskva: Prosveshcheniye, 2020.
Muxina V.S. Yosh psixologiyasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2019.
Karimova V.M. Pedagogik psixologiya asoslari. – Toshkent: Fan, 2021.
O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi. "Ilk qadam" davlat o'quv dasturi. – Toshkent, 2022.
Rubinshteyn S.L. Umumiy psixologiya asoslari. – Moskva, 2018.
Zinkevich-Yevstigneeva T.D. Skazkoterapiya asoslari. – Sankt-Peterburg, 2019.
Kopitin A.I. Art-terapiya: nazariya va amaliyot. – Moskva, 2021.