

MAKTABGACHA TA'LIMDA ART TERAPIYA YORDAMIDA TA'LIM-TARBIYA JARAYONLARINI TASHKIL QILISHNING XUSUSIYATLARI

Jafarova Hilola Salimjon qizi
Sayfullayeva Dilbar

*Buxoro viloyat Kogon shahar 17-davlat
Maktabgacha ta'lim tashkiloti pedagoglari*

Annotatsiya: *Maktabgacha ta'lim yoshidagi tarbiyalanuvchilar ta'lim-tarbiya jarayonida qum terapiyasining ahamiyati, maktabgacha katta yoshdagi bolalarning ijodiy faoliyatida hamda bolaning aqliy rivojlanishida qum terapiyasidan foydalanish yo'llarining asosiy xususiyatlari.*

Kalit so'zlar: *Art-terapiya, tarbiyachi, tarbiyalanuvchi, maktabgacha ta'lim, ta'lim, tarbiya, qum, rivojlanish sohalari, hissiy bilish, ertak terapiyasi, qum terapiyasi.*

Annotation: *Educators of preschool age the importance of sand therapy in the educational process, sand in the creative activity of preschool older children and the mental development of the child*

Key words: *Art therapy, educator, educator, preschool education, education, upbringing, sand, development areas, emotional cognition, fairy tale therapy, sand therapy.*

Аннотация: *Значение песочной терапии в образовательном процессе детей дошкольного возраста, роль песка в творческой деятельности детей старшего дошкольного возраста и умственном развитии ребенка.*

Ключевые слова: *Арт-терапия, воспитатель, воспитанник, дошкольное образование, воспитание, воспитание, песок, развивающие направления, эмоциональное познание, сказкотерапия, песочная терапия.*

KIRISH

Muhtaram yurtboshimiz Sh.M. Mirziyoyev oliy majlisga yo'llagan murojatida "Ilm va ta'limning qadriga yetib, davlatimizda ilm va ta'lim o'rganish bilan muhit yaratilsa, bobolarimizga munosib hayot va kelajakni qura olamiz"-deya ta'kidlaganlar.

Davlatimiz rahbari ta'kidlaganidek O'zbekistonning ertangi kuniga ishonchi mustahkamlash, ajdodlarga munosib bo'lish uchun islohatlarni ilmdan boshlash kerak. Chunki ilmsiz hech bir sohada natija bo'lmaydi.

Keyingi uch yilda bu boradagi muammolarni samarali hal etish, mamlakatimizda kadrlar tayyorlash tizimini tubdan takomillashtirish bo'yicha keng ko'lamli ishlar amalga oshiriladi.

Shu maqsadda qator farmon va qarorlar qabul qilinib, bu boradagi kompleks sa'y-harakatlar uchun puxta huquqiy zamin yaratildi. Maktabgacha ta'lim, umumiy ta'lim va oliy ta'lim tizimi mazmunan va sifat jihatdan yangilanib bormoqda.

Xususan “O‘zbekistonda yangi bir uyg‘onish – Uchinchi Renesans davriga poydevor yaratilmoqda”. Bugun cheksiz iftixor bilan ayta olamizki, donishmand xalqimizning uzoqni ko‘ra olishi, birdamligi va fidoyi mehnati bilan barcha sinovlardan munosib o‘tib kelmoqdamiz.

Shu nuqtayi nazardan, bizning insoniy qadr-qimmatimizni, g‘urur va sha‘nimizni, dinu diyonatimizni, milliy davlatchiligimizni tiklab bergan Mustaqillik kuni vatanimizning shonli tarixida hamisha eng yorqin sahifa bo‘lib qoladi. O‘zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta‘lim vazirligining 2018-yil 7-iyuldagi 4-sonli hayat yig‘lishi qaror bilan tasdiqlangan “Ilk qadam maktabgacha ta‘lim tashkilotining o‘quv dasturi maktabgacha yoshdagi bolalarga ta‘lim berishda kompetensiyaviy yondashuv o‘lib borayotgan bola shaxsini hayotga tayyorlash, unda hayotiy muhim masalalarni hal qilish uchun zarur bo‘lgan ahloqiy me‘yor va qadryatlarni o‘zlashtirish, boshqa insonlar bilan muloqot qilish “Men” obrazini qurish bog‘liq bo‘lgan faoliyat usullarini shakllantirishga tayyorgarlikni ko‘zda tutishi belgilab berilgan. Jumladan “Ijodkorlik” sohasidagi o‘quv tarbiyaviy faoliyat yakuniga yetganidan so‘ng 6-7 yoshli bola quyidagi layoqatlarga ega bo‘lishi ko‘rsatib o‘tilgan: san‘at va madaniyatga qiziqishni namoyon qiladi; milliy an‘analarni qadrlaydi va ularni kundalik hayotning bir qismi sifatida idrok etadi, san‘atning muayyan turini afzal ko‘rishini mustaqil ravishda ifodalaydi; olingan bilim va ko‘nikmalardan turli hayotiy vaziyatlarda o‘z ijodiy rejalarini tuzish va tatbiq qilish uchun foydalanadi; insonning dunyo o‘zgartirishdagi yaratuvchanlik rolini tushunadi.

Muhokama va natijalar

Bugungi kunda inson psixikasining murakkabligi, tez o‘zgaruvchi ijtimoiy muhit va hayotdagi stress, travma hamda ruhiy muammolar bilan bog‘liq vaziyatlar art-terapiya metodlarini dolzarb qiladi. Bolalar va kattalar turli yoshda yuzaga keladigan ruhiy zo‘riqish va hissiy tarangliklarni engishda yordamga muhtoj. Shu nuqtai nazardan, art-terapiya -san‘at vositalari orqali psixologik yordam ko‘rsatish, emotsiyalarni boshqarish va shaxsiy rivojlanishni rag‘batlantirishning samarali usuli sifatida namoyon bo‘ladi. Art-terapiya san‘at orqali insonning ichki kechinmalarini ifodalashga, ichki konfliktlarni hal qilishga va ruhiy muvozanatni tiklashga imkon beradi. U rasm chizish, qum bilan ishlash, ertak va hikoyalar orqali ijodiy faoliyatni qo‘llash, shuningdek, emotsional va ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirish kabi turli metodlarni o‘z ichiga oladi. Art terapiyabolaning ichki dunyosini erkin ifodalashga imkon berish, ruhiy taranglikni kamaytirish va o‘zini anglash jarayonini rag‘batlantirishdir. Shuningdek Art-terapiya ko‘plab psixologik maktablar va nazariyalarga asoslanadi. “Art terapiya” atamasi rassom Adrian Hill tomonidan kiritilgan. U 1938-yilda bemorlar bilan ishlashda ijodiy faoliyat bemorlarni o‘z tajribalaridan chalg‘itib, kasallikni yengishda yordam berishini payqadi. “Art terapiya” so‘zi-san‘at (ingliz tilida)-san‘at, terapiya (yunoncha)- parvarish, davolash, ijodkorlik orqali insonning psixologik salomatligi va xissiy holati haqida g‘amxorlik

tushuniladi. Ingliz tilida so'zlashadigan mamlakatlarda art-terapiya (Art Therapy)" asosan visual san'at deb ataladigan narsalarga (rasm, grafika, haykaltaroshlik, dizayn) yoki vizual aloqa kanali yetakchi rol o'ynaydigan ijodkorlikning bunday turlariga taalluqlidir (kino, videoart, kompyuter san'ati, ijro va boshqalar). Bu Adrian Hillning asarlarida batafsilroq aks etgan. Bundan tashqari Kopytina, E. Kramer, M. Libman va boshqalarning asarlarida. Art-terapiya atamasi psixo-korreksiya qo'llaniladigan san'atlarning ham jamiyatini, ham amaldagi uslub yoki texnikani anglatadi. Art-terapiya metod sifatida insonni o'zining tasviriy mahsulotlarida ma'lum bir ma'noni ko'rishga va uning ichki dunyosi va tajriba mazmuni bilan bog'liqligini anglashga o'rgatish, shuningdek, o'tkazish qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan ba'zi metodlardan foydalanishni o'z ichiga oladi. Art-terapiya usulining jozibadorligi shundaki, bu usul asosan o'zini namoyon qilishi va muloqotning og'zaki bo'lmagan usullaridan foydalanadi. Ijodkorlik jarayonida miyaning o'ng yarim shari faol ishtirok etadi. Zamonaviy sivilizatsiya asosan og'zaki aloqa tizimi va chap "mantiqiy" yarim shardan foydalanadi. Odamning normal uyg'un rivojlanishi ikkala yarim sharning ham teng rivojlanishini va normal ta'sirni nazarda tutadi. Bundan tashqari inson faoliyatining ayrim turlari faqat o'ng yarim sharning ishini talab qiladi-ijodkorlik sezgi, madaniy ta'lim, oilaviy tashkilot, bolalarni tarbiyalash, va albatta muhabbat munosabatlaridagi romantizm.

Art terapiyaning vazifalariga quyidagilar kiradi:

1. Diagnostika . Ijodkorlik yordamida mijozning asosiy muammolari nimadan iboratligini, qaysi sohada u bilan yuz beradigan narsaga ko'proq e'tibor berish kerakligini aniqlash mumkin.

2. Tuzatish. Art -terapiya yordamida siz o'z xatti- harakatlarini yanada konstruktiv tarzda o'zgartirishga, qo'rquv, xavotirlardan xalos bo'lishga, e'tiqodlarni cheklashga, fobiyalarga yordam bera olasiz.

3. Rivojlanish. Art-terapiyaning asosiy funksiyalaridan biri insonning kuchli va zaif tomonlarini va ularning rivojlanishini aniqlashdir.

4. Estetik ehtiyojlarni qondirish. Art-terapevtik jarayon davomida haqiqiy ijodkorlik boshlanadi. Mijozlar rasmlar, musiqa, she'rlar va hatto kitoblarni yaratadilar. Qizig'ig'i shundaki bu ko'pincha o'zini to'liq "dunyoviy" deb hisoblaydiganlar bilan, ijodkorlik va ilhomdan uzoq bo'lgan hollarda yuz beradi.

5. Psixoterapiya. Albatta art-terapiya yordamida siz psixologik travma, qiyin tajribalar bilan ishlashingiz mumkin.

Art- terapiya insonning ijodiy salohiyati bilan chambarchas bog'liq bo'lgan uning ichki, o'zini o'zi davolaydigan manbaalariga murojaat qiladi. San'at darslari odamga salbiy his-tuyg'ularni, shu jumladan tajovuzni va ijtimoiy maqbul shaklda ozod qilish imkonini beradi. Masalan, haykallar yoki chizmalar ustida ishlash stressni yengillashtir va almashtirishga imkon beradi. San'at og'zaki bo'lmagan muloqot qilish imkonini beradi. Ba'zan odam ichki nizolarni visual tasvirlar yordamida, so'zlarni ishlatmasdan,

nima yuz berayotganini to'g'ri tasvirlashga harakat qilmasdan tushunishi va ifodalashi osonroq bo'ladi.

Psixologik nazariya asosida san'at orqali insonning ongsiz qatlamlari, ichki konfliktlari yuzaga chiqadi va ular bilan ishlash mumkin bo'ladi. Art-terapiya asosan quyidagi psixologik jarayonlarga ijobiy ta'sir ko'rsatadi: Emotsiyalarni boshqarish: San'at faoliyati stressni kamaytirishga, qo'rquv va xavotirlarni yengishga yordam beradi. O'zini anglash: Bola o'z his-tuyg'ularini, fikrlarini va ichki kechinmalarini ifodalaydi, shu orqali shaxsiy o'sish jarayoni boshlanadi. Ichki konfliktlarni hal etish: Rasm va boshqa ijodiy ifodalar yordamida ichki nizolar va ruhiy muammolar tashqi ko'rinishga chiqadi, bu ularni tahlil qilish va bartaraf etishni osonlashtiradi. Ijtimoiy moslashuv: Guruhda amalga oshiriladigan art-terapiya mashg'ulotlari shaxsaro munosabatlarni yaxshilaydi va kommunikativ ko'nikmalarni oshiradi. Art-terapiya — zamonaviy psixologiyaning samarali va ko'p qirrali metodi bo'lib, bolaning ruhiy salomatligini saqlash va yaxshilashda katta ahamiyatga ega. Ilmiy tadqiqotlar va amaliyotlar art-terapiyaning turli yosh va ijtimoiy guruhlar uchun foydali ekanligini tasdiqlaydi. Kelajakda bu sohani yanada chuqur o'rganish va rivojlantirish psixologik yordam sifatini oshirishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi. Art-terapiyada san'atning deyarli barcha turlari bolaning ruhiy-emotsional holatini yaxshilaydi. Bolaning ichki muammolariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi, qo'rquvlarini, xohish-istaklarini va maqsadlarini anglashni, ularni mavjud bo'lgan ijodiy yo'llar orqali ifodalashni o'rgatadi.

Art-terapiya -bu bolaning ruhiy va emotsional holatini yaxshilash uchun san'at vositalaridan foydalangan psixoterapevtik usuldir. Ushbu terapiya turi ijodiy jarayon orqali odamning ichki dunyosini ochishga, stress va muammolarni yengishga yordam beradi. Art-terapiya nafaqat psixologik yordam ko'rsatadi, balki insonning o'zini ifoda etish imkoniyatlarini ham kengaytiradi. Ushbu ma'ruzada art-terapiyaning uchta asosiy yo'nalishi -ertak terapiyasi, qum terapiyasi va ijodiy amaliyotlar haqida to'xtalib o'tamiz. Ertak terapiya -psixologiyada ertaklar va hikoyalar yordamida ruhiy jarayonlarni o'rganish va muammolarni hal qilish usuli hisoblanadi. Ertaklar inson ongiga chuqur ta'sir qiladi, ularning ma'nolari insonning ichki tajribalari va muammolari bilan bog'liq bo'ladi. Terapevt bemorni ertaklar orqali o'z his-tuyg'ularini tushunishga, hayotdagi murakkabliklarni yengishga yo'naltiradi. Qum-terapiya -bu psixologik yordam ko'rsatishning ijodiy usuli bo'lib, bolalar o'z ichki dunyosini maxsus qum qutisi yordamida ifodalaydi. Terapevt va bola birgalikda qum ustida sahnalar yaratadi, turli figurkalar va modellar orqali hissiyotlar, ichki konfliktlar va hayotiy vaziyatlar tasvirlanadi. Qum bilan ishlash bolaga o'zini so'zsiz ifoda etish, stress va ruhiy zo'riqishni kamaytirish, motorika va sezgi faoliyatini rivojlantirish imkonini beradi. Shu bilan birga, qum-terapiya diagnostik vosita sifatida ham ishlatiladi: bola yaratgan sahnalar orqali uning ichki holati, qo'rquv va xavotirlari aniqlanadi. Qum-terapiya jarayonida bola o'zini erkin his qilishi muhim ahamiyatga ega. Shu sababli terapevt bolaning har bir harakatini kuzatadi, lekin uning ijodiy

jarayoniga bevosita aralashmaydi. Bu yondashuv bolaning tabiiy ravishda o'z his-tuyg'ularini namoyon etishiga, ichki ehtiyojlarini ramziy obrazlar orqali ifodalashiga imkon yaratadi. Qum bilan o'ynash jarayoni bolaning psixik holatini muvozanatlashtiradi, unda o'ziga bo'lgan ishonchni mustahkamlaydi va mustaqil qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantiradi. Qum-terapiyaning yana bir muhim jihati —uning rivojlantiruvchi xususiyatidir. Bolalar qumda turli shakllar yasash, figurkalarni joylashtirish yoki hikoyalar yaratish jarayonida fazoviy fikrlashni, mantiqiy mushohadani va tasavvur faoliyatini rivojlantiradi. Shu bilan birga, mayda motorika bilan bog'liq harakatlar miya faoliyatini faollashtiradi, nutq rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi va kognitiv jarayonlarning takomillashuviga xizmat qiladi. Terapevtik jihatdan qaraganda, qum-terapiya bolaga o'z his-tuyg'ularini xavfsiz makonda qayta boshdan kechirish imkonini beradi.

Agar bola real hayotda o'zini ojiz, qo'rqinchli yoki nazoratsiz vaziyatlarda his qilgan bo'lsa, qum qutisi unga bu holatlarni qayta yaratish va ularni boshqarish imkonini beradi. Shu tariqa, bola travmatik tajribalarni bartaraf etishi, ichki qarama-qarshiliklarni anglab yetishi va ularni konstruktiv yo'l bilan hal qilishni o'rganadi.

Qum-terapiya bilan ishlashda muhim tamoyillardan yana biri -individual yondashuvdir. Qum-terapiya jarayonida ota-onalar bilan hamkorlik ham muhim o'rin tutadi. Pedagog bolaning mashg'ulotlardagi faolligi, tanlagan obrazlari va sahnalaridagi o'zgarishlar haqida ota-onalarga umumiy tavsiyalar beradi. Biroq terapiya sir-sinoatini to'liq oshkor etmaydi, chunki bolaning ishonchini saqlab qolish ustuvor vazifalardan biridir. Ota-onalarning bolaning emotsional ehtiyojlarini yaxshi tushunishi, uy sharoitida ham unga qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratishi terapiyaning samaradorligini yanada kuchaytiradi.

Shuningdek, qum-terapiya inklyuziv ta'lim jarayonida ham keng qo'llaniladi.

Maxsus ehtiyojli bolalar, jumladan, autizm spektri buzilishi, nutq rivojlanishidagi kechikish yoki emotsional-behavioral qiyinchiliklari bo'lgan bolalar bu metoddan katta foyda ko'rishadi.

Qum bilan ishlash ular uchun tabiiy va qo'rqinchli bo'lmagan faoliyat bo'lib, sensor integratsiyaning rivojlanishiga yordam beradi, xavotir darajasini pasaytiradi va ijtimoiy muloqotga kirishishni osonlashtiradi. Qum-terapiyaning samaradorligi ilmiy tadqiqotlar bilan ham tasdiqlangan.

Tadqiqotlar bolalarda tashvish darajasining kamayishi, agressiv reaksiyalarning pasayishi, o'zini boshqarish va muammolarni hal qilish ko'nikmalarining kuchayishi kabi ijobiy natijalarni ko'rsatmoqda.

Shuning uchun bu metod nafaqat psixologlarda, balki pedagoglar, defektologlar va logopedlar orasida ham keng qo'llanilmoqda.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, qum-terapiya maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ishlashda samarali, xavfsiz va tabiiy psixologik yordam vositasi hisoblanadi.

Ushbu metodning asosiy afzalligi -bolaning ichki dunyosini ramziy obrazlar orqali erkin ifodalashi, o'z his-tuyg'ulari va kechinmalarini qayta boshdan kechirishi hamda ularni konstruktiv tarzda tartibga solish imkoniyatidir.

Qum-terapiya nafaqat korreksion-profilaktik maqsadlarda, balki diagnostik jarayonlarda ham muhim vosita bo'lib, boladagi yashirin xavotirlar, qo'rquvlar va ichki ziddiyatlarni aniqlashga xizmat qiladi.

Bolalarda go'zallikni idrok qilish jarayoni aniq ifodalangan, ta'sirli, faol tusda bo'ladi.

Bu ayniqsa, ular qo'g'irchoq teatri, kino, multfilm, telespektakllarni tomosha qilganlarida aniq namoyon bo'ladi.

Bolalar asar qahramonlarini harakat qiladilar, ularda muayyan vaziyatda o'zini qanday tutishini aytib turadilar, o'zlarini ular bilan birga o'ynayotgandek his etadilar.

Bu yoshdagi bolalarda tanish bo'lgan san'at asarlarini sinchiklab kuzatadilar, ulardagi ijobiy qahramonlarning xatti harakatlaridan quvonadilar, yomonlikni qoralaydilar.

Bolada musiqaviy va shoirona tinglash qobiliyati rivojlanadi. Ularda ayrim musiqa janrlariga, adabiy va tasviriy san'at asarlariga nisbatan barqaror qiziqish paydo bo'adi.

Bolalarda badiiy-ijodiy qobiliyat rivojlana boshlaydi, ular mustaqil ravishda topishmoqlar, ashulalar, ertaklar, she'rlar to'qiydilar, applikatsiya va rasmlar ishlaydilar.

Endi ular o'zlarining ishlarini baholaydigan bo'lib qoladilar. Bolalarda ijodiy faoliyatni shakllantirishda Art-terapiya va qum san'atidan foydalanish yaxshi natijalarni yuzaga chiqardi.

Art terapiya faoliyatlarida bolalar qiziqishlari va emotsiyalari rivojlana bordi. Yangilik yaratishga bo'lgan qiziqish ijobiy his-tuyg'ular va emotsiyalar shakllana boradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Ziyomhammadov B. Pedagogika. Oliy o'quv yurtlari uchun qo'llanma. - T.: «Turon -Iqbol». 2006.
2. Kopitin A.I., Svistovskaya E.E. Yosh bolalar uchun art-terapiya.
3. Ahmedova Z. Kichik bolalardagi katta qo'rquvlar. Toshkent: 2018.
4. Sh.Shodmonova. Maktabgacha ta'lim pedagogikasi. Toshkent: 2008.
5. B.M. Umarov. Psixologiya. Toshkent: 2012.
6. M.Mirqosimova, Z.Qosimova, F.Rasulova. Umumiy pedagogika va psixologiya. Toshkent: 2022.
7. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. СПб.: Питер, 2002.
8. "Maktabgacha pedagogika" F.R. Qodirova, Sh.Q. Toshpo'latova, N.M. Kayumova, M.N. A'zamova, Shin A.V., Mirziyoyeva Sh.Sh., Grosheva I.V, T. 2019

9. Shaxsga yo'naltirilgan yondashuv asosida ta'lim jarayonini rejalashtirish. Shin A.V., Mirziyoyeva Sh.Sh., Grosheva I.V, T. 2020
10. O'yin orqali ta'lim olish. Shin A.V., Mirziyoyeva Sh.Sh., Grosheva I.V, T. 2020 6. Doniyorov, A., & Karimov, N. (2020). An incomparable book of a great scholar. Bulletin Social Economic and Humanitarian Research
11. Omonov, Q., & Karimov, N. (2020). Importance Of Ancestral Heritage. The American Journal of Social Science and Education Innovations, 2(09), 196-202.
12. Ziyamukhamedov, J. (2022). PU Sungling's Creative Legacy as a Classic Example of Medieval Chinese Literature. International Journal of Early Childhood Special Education