

**TASVIRIY SAN'AT VOSITASIDA ICHKI KONFLIKTLARNI
VIZUALIZATSIYA QILISH VA ULARNI TERAPEVTIK
QAYTA ISHLASH TEXNOLOGIYALARI**

Termiz davlat pedagogika instituti dotsenti

Raxmatova Ikbolxon Inomjonovna

Termiz davlat pedagogika instituti talabasi

Baratova Sevinch Bahodir qizi

Annotatsiya: ushbu maqolada tasviriy san'at vositasida ichki psixologik konfliktlarni vizual shaklda ifodalash va ularni art-terapevtik texnologiyalar asosida qayta ishlash jarayonlari ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Ichki ziddiyatlarning ong va ongsizlik darajasida namoyon bo'lishi, ularning rang, shakl va kompozitsiya orqali ifodalanishi mexanizmlari yoritiladi. Shuningdek, art-terapiyaning diagnostik va korreksion imkoniyatlari, tasviriy faoliyat orqali emotsional bo'shanish (katarsis) hamda shaxsiy integratsiya jarayonlari asoslab beriladi. Tadqiqot natijalari tasviriy san'atning psixoterapevtik resurs sifatidagi ahamiyatini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: art-terapiya, tasviriy san'at, ichki konflikt, vizualizatsiya, terapevtik texnologiya, katarsis, psixologik korreksiya, shaxs integratsiyasi.

KIRISH

Ma'lumki, hozirgi kunda psixologiya va pedagogikada insonning ichki kechinmalari, ziddiyatlari va emotsional muammolarini aniqlash hamda bartaraf etish masalasi dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Ichki konflikt - bu shaxsning ehtiyojlari, qadriyatlarini, motivlari yoki ijtimoiy talablar o'rtasidagi ziddiyat natijasida yuzaga keladigan psixologik taranglik holatidir. Psixoanalitik yondashuv asoschisi bo'lgan Z.Freyd ichki ziddiyatlarning ko'p qismi ongsizlik darajasida shakllanishini ta'kidlagan. Keyinchalik Carl Gustav Jung ramz va arxetiplar orqali inson psixikasining chuqur qatlamlari ifodalanishini ilmiy asoslab berdi. Shu nuqtai nazardan, tasviriy san'at ichki konfliktlarni ongga chiqarish va ularni ramziy shaklda qayta ishlash vositasi sifatida muhim ahamiyatga ega.

Art-terapiya atamasi ilmiy muomalaga XX asrda kirib kelgan bo'lib, uning asoschilaridan biri Adrian Xill hisoblanadi. U san'at orqali ruhiy tiklanish jarayonini kuzatib, tasviriy faoliyatning terapevtik ta'sirini asoslab bergan.

Asosiy qism

Ichki konfliktlarning tasviriy san'at vositasida ifodalanishi murakkab psixodinamik jarayon bo'lib, u shaxsning ongli va ongsiz qatlamlari o'rtasidagi o'zaro ta'sirni aks ettiradi. Inson ko'pincha o'z ziddiyatlarini so'z bilan aniq ifoda eta

olmaydi, chunki ular chuqur hissiy tajribalar, bolalikdagi travmatik xotiralar yoki ijtimoiy bosimlar bilan bog‘liq bo‘ladi. Tasviriy faoliyat esa mazkur yashirin mazmunni ramziy shaklga ko‘chirish imkonini beradi. Rasm chizish jarayonida shaxs ichki taranglikni tashqi obrazga proyeksiya qiladi, natijada konflikt vizual obyektga aylanadi va u bilan ishlash imkoniyati paydo bo‘ladi. Vizualizatsiya jarayonida rang, shakl va kompozitsiya elementlari psixologik ma‘no kasb etadi. Masalan, qarama-qarshi ranglarning keskin uyg‘unligi ichki qarama-qarshilikni ifodalasa, fragmentatsiyalangan yoki bo‘lingan obrazlar shaxsning ichki yaxlitligi buzilganini ko‘rsatishi mumkin. Markazdan chetga surilgan asosiy figura ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklarni anglatadi, bo‘sh fazoning ustunligi esa emotsional izolyatsiya belgisi sifatida talqin etiladi. Shu tariqa tasviriy ish psixik jarayonlarning ramziy xaritasiga aylanadi. Terapevtik jarayonning keyingi bosqichi yaratilgan obrazni tahlil qilish va transformatsiya qilishdan iborat. Shaxs rasmga nom beradi, undagi elementlarga individual ma‘no yuklaydi va asta-sekin konfliktni anglash darajasiga olib chiqadi. Obraz bilan “dialog” o‘rnatish texnikasi orqali inson o‘zining ichki qarama-qarshi tomonlarini alohida subyekt sifatida qabul qiladi. Bu esa psixologik masofani hosil qilib, affektiv zo‘riqishni kamaytiradi. Transformatsiya bosqichida esa konfliktli tasvir qayta chiziladi yoki unga yangi elementlar qo‘shiladi. Masalan, avval keskin va qorong‘i ranglarda tasvirlangan obraz keyingi bosqichda yorqinroq ranglar bilan boyitilishi mumkin. Bu jarayon shaxsning ichki tajribasida ijobiy o‘zgarish yuz berayotganini bildiradi. Tasviriy san‘at orqali terapevtik qayta ishlash individual shaklda ham, guruhviy muhitda ham samarali amalga oshiriladi. Guruhviy jarayonda ishtirokchilar o‘z tasvirlarini muhokama qilish orqali empatiya va o‘zaro tushunishni rivojlantiradilar. Umumiy kompozitsiya yaratish jarayonida esa yashirin ijtimoiy konfliktlar ochiladi va konstruktiv muloqot orqali bartaraf etiladi. Bunday faoliyat shaxsning ijtimoiy moslashuvini mustahkamlaydi hamda “Men” konsepsiyasining ijobiy shakllanishiga xizmat qiladi. Vizualizatsiya, refleksiya va transformatsiya bosqichlarining uzviyligi shaxsning ichki yaxlitligini tiklashga xizmat qiladi va art-terapiyaning samarali texnologik asosini tashkil etadi. Ichki konfliktlarni vizualizatsiya qilish mexanizmlari mavjuddir. Tasviriy san‘at insonning ichki kechinmalarini rang, shakl, chiziq va kompozitsiya orqali ifodalash imkonini beradi. Vizualizatsiya jarayoni quyidagi bosqichlarda namoyon bo‘ladi:

1. Proyeksiya - shaxsning ichki holatini tashqi obrazga ko‘chirish.
2. Simvolizatsiya - ziddiyatni ramziy shaklda ifodalash.
3. Eksternalizatsiya - muammoni ichki maydondan tashqi tasvir maydoniga chiqarish.
4. Refleksiya - yaratilgan tasvir ustida tahliliy fikrlash.

Masalan, agressiv ichki konfliktlar ko‘pincha keskin chiziqlar, kontrast ranglar va

dinamik kompozitsiyada ifodalanadi, depressiv holatlar esa sovuq ranglar va passiv shakllarda namoyon bo‘ladi. Terapevtik qayta ishlash texnologiyalariga to‘xtalib o‘tsak. Tasviriy san‘at asosidagi art-terapevtik texnologiyalar quyidagilarni o‘z ichiga oladi:

- ichki muvozanatni tiklash;
- konfliktni obrazli talqin qilish;
- ichki “Men” qismlarini integratsiyalash;
- emotsional bo‘shlanishni ta‘minlash.

Ushbu texnologiyalar shaxsning o‘zini anglash darajasini oshiradi va ichki ziddiyatlarni konstruktiv hal etishga yordam beradi.

MUHOKAMA VA METODLAR

Tadqiqot jarayonida bir qator metodlardan foydalanildi, ulardan nazariy tahlil va sintez, psixologik kuzatuv, tasviriy ishlar kontent-tahlili, sifat (kvalitativ) tahlil.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, tasviriy san‘at orqali ishlangan konfliktlar verbal psixoterapiyaga nisbatan tezroq ongli idrok darajasiga ko‘tariladi. Vizual obraz inson psixikasida kuchli assotsiativ maydon hosil qiladi va terapevtik jarayonni chuqurlashtiradi. Muhokama jarayonida ichki konfliktlarni vizualizatsiya qilish nafaqat diagnostik vosita, balki shaxsiy transformatsiya mexanizmi ekanligi aniqlandi. Tasviriy faoliyat davomida shaxs ichki ziddiyatni qayta talqin qiladi va yangi ma‘no konstruksiyasini yaratadi.



Xulosa. Tasviriy san‘at vositasida ichki konfliktlarni vizualizatsiya qilish art-terapiyaning samarali yo‘nalishlaridan biridir. U shaxsning ongsiz qatlamlarini faollashtirib, emotsional bo‘shlanish va psixologik integratsiyani ta‘minlaydi. Terapevtik qayta ishlash texnologiyalari ichki ziddiyatlarni konstruktiv shaklga o‘tkazishga yordam beradi. Natija tahlillariga kora tasviriy san‘at nafaqat estetik faoliyat turi, balki psixologik sog‘lomlashtirishning ilmiy asoslangan usuli sifatida namoyon bo‘ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Sigmund Freud. The Ego and the Id.2000.
2. Carl Gustav Jung. Man and His Symbols.2004
3. Adrian Hill. Art Versus Illness.2001.
4. Inomjonovna, R. I., & Xolmirzayevna, X. N. (2023). TYPES, METHODS AND METHODS OF TEACHING VISUAL ACTIVITY KNOWLEDGE AND APPLICATION. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 14(3), 92-97.
5. Inomjonovna, R. I. (2023). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PICTURE ACTIVITY IN EDUCATIONAL PERSONALITY. *Journal of new century innovations*, 22(1), 113-118.
6. Inomjonovna, R. I. (2023). HUMAN CAPABILITIES-SOCIAL DEVELOPMENT IS A PRODUCT. *Journal of new century innovations*, 22(1), 119-124.
7. Inomjonovna, R. I. (2023). DEVELOPMENT OF CREATIVE ABILITY AND IMAGINATION IN CHILDREN. *Journal of new century innovations*, 22(1), 108-112.
8. Inomjonovna, R. I. (2023). ART AS A COGNITIVE ACTIVITY IN THE LIFE OF CHILDREN. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 14(4),132-137.
9. Inomjonovna, R. I. (2023). INFLUENCE OF INNOVATIVE IDEAS ON HUMAN PSYCHOLOGY IN TEACHING PAINTING TECHNIQUE THROUGH ART THERAPY. *Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities*, 11(2), 126-134.
10. Inomjonovna, R. I. (2023). FACTORS FOR THE DEVELOPMENT OF IMAGING SKILLS OF PRESCHOOL CHILDREN. *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(5), 74-79.
11. Inomjonovna, R. I. (2023). TRANSPERSONAL MODEL IN ART THERAPY-AS HUMANITY PRINCIPLES. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 16(4), 173-181.
12. Inomjonovna, R. I. (2023). ART THERAPY AS AN EFFECTIVE TREATMENT FOR INJURED CHILDREN (During war, violence, natural disasters). *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 16(4), 182-188.
13. Рахматова, И. И., & Таджиева, М. Ю. (2023). ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ СОЗДАВАТЬ ТВОРЧЕСКИЕ МОДЕЛИ ИЗ РАЗНЫХ РАСТЕНИЙ. *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(6), 1-7.
14. Рахматова, И. И. (2023). УЧЕНИЯ О ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА И ПРИРОДЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НАСЛЕДИЯ АБУ АЛИ ИБН СИНЫ. *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(6), 207-215.
15. Inomjonovna, R. I., & Vofuqulovna, B. D. (2023). UZBEKISTAN IS A CENTER OF SCIENCE, ENLIGHTENMENT AND CULTURE. *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(6), 199-206.
16. Inomjonovna, R. I. (2023). THE IMPORTANCE OF USING ART, ARTISTIC CREATIVITY AND ART THERAPY IN PREVENTING AGGRESSION IN CHILDREN. *Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities*, 11(6), 383-389.
17. Рахматова, И. И. (2023). ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ АРТ-ТЕРАПИИ ЧЕРЕЗ ИНТЕГРАЦИЮ ИСКУССТВА. *Innovative Development in Educational Activities*, 2(18),33-39.
18. Raxmatova, I. (2023, December). CURRENT ISSUES IN THE USE OF ART, ARTISTIC CREATIVITY AND ART THERAPY. In *INTERNATIONAL SCIENTIFIC*

AND PRACTICAL CONFERENCE on the topic: “Priority areas for ensuring the continuity of fine art education: problems and solutions” (Vol. 1, No. 01).

19. Рахматова, И. И. (2023). АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИСКУССТВА, ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА И АРТ-ТЕРАПИИ. *Science and innovation*, 2(Special Issue 14), 463-467.
20. Raxmatova, I. I. (2023). AGRESSIVLIKNI OLDINI OLISHDA SAN’AT, BADIY IJODKORLIK VA ART-TERAPIYADAN FOYDALANISHNING AHAMIYATI. *Oriental Art and Culture*, 4(5), 208-215.
21. Raxmatova, I. I. (2024). BO ‘LAJAK TASVIRIY SAN’AT O ‘QITUVCHILARIDA ART-TERAPIYA MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK JIHATLARI. *Inter education & global study*, (4 (1)), 343-348.
22. Inomjonovna, R. I. (2023). DEVELOPMENT OF CREATIVE COMPETENCE OF EDUCATORS IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS. *Journal of new century innovations*, 22(1), 125-129.
23. Рахматова, И. И. (2022). ПРОБЛЕМА СТРЕССА В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА. *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(4), 108-111.
24. Рахматова, И. И. (2022). ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ ПЕДАГОГА В СФЕРЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ. *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(4), 104-107.
25. Inomjonovna, R. I., & Erkinovna, E. N. (2023). SOCIAL PEDAGOGICAL FACTORS FOR PREVENTING AGGRESSIVE SITUATIONS CHILDREN IN PRESCHOOL EDUCATION. *Journal of new century innovations*, 12(2), 29-34.
26. Inomjonovna, R. I. (2022). CHARACTERISTICS OF UZBEK FOLK APPLIED ARTS AND THEIR PLACE IN SOCIETY. *World scientific research journal*, 2(1), 29-32.
27. Inomjonovna, R. I. (2022). THE IMPORTANCE OF AESTHETIC EDUCATION IN PRESCHOOL CHILDREN. *Journal of new century innovations*, 11(2), 104-108.
28. Inomjonovna, R. I., & Erkinovna, E. N. (2023). SOCIAL PEDAGOGICAL FACTORS FOR PREVENTING AGGRESSIVE SITUATIONS CHILDREN IN PRESCHOOL EDUCATION. *Journal of new century innovations*, 12(2), 29-34.
29. Inomjonovna, R. I. (2023). STEAM EDUCATION IS ONE OF THE MAIN TRENDS IN THE WORLD. *Journal of new century innovations*, 21(2), 27-32.
30. Inomjonovna, R. I. (2025). INNOVATIVE APPROACHES AND RELEVANCE OF APPLYING ART THERAPY TECHNIQUES IN FINE ARTS EDUCATION. *Modern education and development*, 37(3), 42-49.