

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR BILAN ISHLASHDA ART- TERAPIYADAN FOYDALANISHNING AHAMIYATI

*Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti
"Pedagogika" fakulteti Maktabgacha ta'lim
yo'nalishi 3kurs 1-2MT-23guruh talabalari*

Yusupjonova Marjona Vohidovna

Yusupova Afruza Hasan qizi

Annotatsiya. Maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologik va emotsional holatini art-terapiya (san'at bilan davolash) metodlari orqali yaxshilashning ahamiyatini tahlil qiladi. Bolalar og'zaki ifodalashga qiynaladigan ichki his-tuyg'ulari, qo'rquvlari va xavotirlarini ijodiy faoliyat (rasm, loy, qum) orqali tashqi obyektga ko'chirishning mexanizmlari yoritilgan. Art-terapiya bolaning emotsional rivojlanishi, stressni yengishi, kognitiv qobiliyatlari va ijtimoiy moslashuvini tezlashtiruvchi samarali vosita sifatida asoslangan. Maqola MTTda tarbiyachilar va psixologlar tomonidan qo'llanilishi mumkin bo'lgan "Qo'rquv rasmi" kabi amaliy usullarning ahamiyatini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: Art-terapiya, maktabgacha yosh, emotsional rivojlanish, ijodiy faoliyat, stressni yengish, psixologik yordam, moslashuv.

ЗНАЧЕНИЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АРТ-ТЕРАПИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

Аннотация. В статье анализируется значение арт-терапии (лечения посредством искусства) для улучшения психологического и эмоционального состояния детей дошкольного возраста. Раскрываются механизмы переноса внутренних переживаний, страхов и тревог, которые ребёнку трудно выразить словами, во внешние объекты через творческую деятельность (рисование, работа с глиной, песком). Арт-терапия обоснована как эффективное средство, способствующее эмоциональному развитию ребёнка,

преодолению стресса, развитию когнитивных способностей и социальной адаптации. В статье подчёркивается значение практических методов, таких как «Рисунок страха», которые могут применяться воспитателями и психологами в дошкольных учреждениях.

Ключевые слова: *арт-терапия, дошкольный возраст, эмоциональное развитие, творческая деятельность, преодоление стресса, психологическая помощь, адаптация.*

THE IMPORTANCE OF USING ART THERAPY IN WORKING WITH PRESCHOOL CHILDREN.

Abstract *The article analyzes the importance of art therapy (treatment through art) in improving the psychological and emotional state of preschool children. It explains the mechanisms by which children transfer their inner feelings, fears, and anxieties—difficult to express verbally—into external objects through creative activities such as drawing, clay modeling, and sand play. Art therapy is substantiated as an effective tool that enhances a child's emotional development, stress management, cognitive abilities, and social adaptation. The article highlights the significance of practical techniques such as “Drawing of Fear,” which can be applied by educators and psychologists in preschool institutions.*

Keywords: *art therapy, preschool age, emotional development, creative activity, stress management, psychological support, adaptation.*

Kirish. XXI asrda maktabgacha yoshdagi bolalarning emotsional va psixologik holati tobora murakkablashmoqda. Qoʻrquv, tajovuzkorlik va ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar kabi muammolar ularning sogʻlom rivojlanishiga toʻsiq boʻladi. Art-terapiya (sanʼat bilan davolash) bu yoshdagi bolalar uchun ularning ogʻzaki nutqi rivojlanmagan bir paytda ichki kechinmalarini ifodalash uchun xavfsiz va tushunarli vosita vazifasini oʻtaydi.

Maqolaning maqsadi — maktabgacha taʼlim tashkilotlarida (MTT) art-terapiya metodlaridan foydalanishning psixologik va pedagogik ahamiyatini nazariy jihatdan asoslash hamda amaliy qoʻllash yoʻllarini koʻrsatish.

Art-terapiyaning nazariy asoslari va mohiyati

Art-terapiya – bu san'atning turli turlari (rasm chizish, haykaltaroshlik, musiqa) orqali shaxsning psixo-emotsional holatiga ijobiy ta'sir ko'rsatuvchi psixokorreksiya usulidir. Maktabgacha yoshda uning asosiy prinsiplari: ijodiy erkinlik, baholanmaslik va o'z-o'zini ifodalashga ustuvorlik berishdan iborat. Bolalar rasm orqali ong ostidagi his-tuyg'ularini tashqi obyektga ko'chiradi, bu esa ularni yengish uchun birinchi qadam hisoblanadi.

Art-terapiyaning bolalar rivojlanishiga ta'siri. Emotsional va kognitiv rivojlanish.

Art-terapiya bolaning mayda motorikasini rivojlantirish orqali markaziy nerv sistemasiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Uning yordamida qo'rquv, xavotir va agressiya kabi salbiy emotsiyalar konstruktiv kanalda (rasm, loy) chiqariladi, bu esa bolaning stressni yengish qobiliyatini oshiradi. Rasm chizish, loy bilan ishlash kabi jarayonlar bolaning diqqatini jamlashga, xotirani mustahkamlashga va fantaziyasini kengaytirishga xizmat qiladi.

Guruhli Art-terapiyaning ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishdagi o'rni.

Guruhli mashg'ulotlar ijtimoiy kompetensiyalarni shakllantirish uchun beqiyosdir. Umumiy loyihalar ustida ishlash orqali bolalar:

- * Hamkorlik va jamoaviy ishlash ko'nikmalarini o'zlashtiradi.
- * Empatiya (boshqalarning his-tuyg'usini anglash)ni rivojlantiradi, chunki ular boshqa bolalarning ijodiy ishini ko'rib, ularning hissiy holatini tushunishga harakat qiladi.
- * O'z-o'zini ifoda etish orqali so'zlashuvga va muloqotga kirishishga o'rganadi, ayniqsa uyatchan bolalar uchun bu muhimdir.

Maktabgacha ta'limda qo'llaniladigan art-terapiya usullari

MTT amaliyotida bir necha art-terapiya turlari samarali qo'llaniladi:

- * Izoterapiya (rasm chizish): Eng keng tarqalgan usul bo'lib, ayniqsa "Qo'rquv rasmi" texnikasi bolaning xavotirlarini yengishda muhim.

* Plastik terapiya (loy, plastilin): Obrazlarni yaratish va ularni o'zgartirish orqali bolaga vaziyat ustidan nazorat hissini beradi.

* Qum terapiyasi elementlari: Qumdan foydalanish orqali bola o'zining miniatyura dunyosini yaratadi, bu esa unga xavfsizlik va xotirjamlik hissini beradi.

Xulosa. Art-terapiya – zamonaviy MTT psixologlari va tarbiyachilari uchun emotsional sog'lom muhitni yaratishdagi eng muhim vositadir. Ushbu metod bolaga o'zini tushunishga, qiyinchiliklarni yengishga va ijtimoiy moslashishga yordam beradi, uning kelajakdagi shaxs sifatida shakllanishi uchun asos yaratadi.

* “Baholashsiz Muhit”ni yaratish: Art-terapiya jarayonida bolaning ishini hech qachon baholamaslik, natijaga emas, jarayonga va hissiy ifodaga e'tibor qaratish.

* Noan'anaviy materiallarni qo'llash: Bolaning sensomotor rivojlanishini rag'batlantirish uchun rang, loydan tashqari, tabiiy va uy-ro'zg'or materiallaridan (krupalar, yirtiq qog'oz, iplar) foydalanish.

* Tarbiyachi va Psixolog hamkorligi: Art-terapiya mashg'ulotlari natijalarini muntazam tahlil qilish va bolaning emotsional holatidagi o'zgarishlarni birgalikda kuzatish.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

- 1.O'zbekiston Respublikasining “Ta'lim to'g'risida”gi Qonuni. (Yangi tahriri). Toshkent: Adolat, 2020.
2. “Ilk qadam” davlat o'quv dasturi. Maktabgacha ta'lim sohasida. Toshkent, 2018.
- 3.Karimova, V. M. Psixologiya. Toshkent: Sharq, 2008.
- 4.Tog'aeva, G. S. Maktabgacha pedagogika. Toshkent: O'qituvchi, 2019.
- 5.Malchiodi, C. A. Handbook of Art Therapy. The Guilford Press, 2013.
6. Koppits, E. M. Psychological Evaluation of Children's Human Figure Drawings. New York: Grune & Stratton, 1968.
7. Axmetova, E. S. Art-terapiya dlya doshkolnikov i mladshix shkolnikov. SPb: Rech, 2008.

8.Mirzayeva, D. D. Maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ishlashda qum terapiyasi usullarining ahamiyati. TDPU Ilmiy Axborotnomasi. 2021. (URL: [Manzilni kiriting]).

9.Bojko, N. A. Ispolzovanie art-terapii kak sredstva korrektsii emotsionalnoy sferi detey doshkolnogo vozrasta. Nauka i Obrazovanie v XXI veke Jurnal. 2017.

