



IZOTERAPIYA TURINI O'QUVCHILARGA SINGDIRISHDA PEDAGOGNING TASHKILOTCHILIK ART TERAPIYANING MADANIYATI

Djabborov Ma'sud

Shahrisabz davlat pedagogika instituti o'qituvchisi

Isroilova Oltinoy Majitova Aziza

Yuldashev Nodir

Shahrisabz davlat pedagogika instituti talabalari

Annotatsiya: Ushbu maqolada izoterapiya (art-terapiya) tushunchasi, uning pedagogik va psixologik asoslari, hamda o'quvchilarda art terapiya madaniyatini shakllantirishda pedagogning tashkilotchilik funksiyalari tahlil qilinadi. Maqolada izoterapiyaning ta'lim jarayoniga integratsiyasi, dars va tarbiyaviy mashg'ulotlarda ijodiy texnologiyalarni qo'llash usullari, o'quvchilarning emotsional intellekti va ijodiy faolligini oshirishga qaratilgan metodik tavsiyalar keltiriladi. Tadqiqot nazariy manbalar va amaliy misollar asosida olib borilgan bo'lib, art-terapiya orqali o'quvchilarda stressni kamaytirish, ijtimoiy moslashuvni yaxshilash va o'zini ifodalash ko'nikmalarini rivojlantirish bo'yicha aniq amaliy tavsiyalar taqdim etiladi. Maqola maktab va maktabgacha ta'lim muassasalari pedagoglari uchun metodik qo'llanma sifatida foydali bo'lishi mumkin.

Kalit so'zlar: ART-TERAPIYA, IZOTERAPIYA, PEDAGOG, TASHKILOTCHILIK, TA'LIM JARAYONI, IJOD, EMOTSIYALAR, PSIXOLOGIK QO'LLAB-QUVVATLASH, METODIKA, O'QUVCHI MADANIYATI

Annotatsiya: This article analyzes the concept of isotherapy (art therapy), its pedagogical and psychological foundations, and the organizational functions of the teacher in instilling the culture of art therapy among students. It discusses integrating isotherapy into the educational process, methods for applying creative technologies in lessons and extracurricular activities, and practical recommendations aimed at developing students' emotional intelligence and creative



activity. The study is based on theoretical sources and practical examples; it offers concrete methodological suggestions to reduce stress, improve social adaptation, and enhance students' self-expression through art-therapy interventions. The article will be useful as a methodological guide for teachers in schools and preschool institutions.

Keywords: Art therapy, isotherapy, teacher, organizational functions, educational process, creativity, emotions, psychological support, methodology, student culture

Annotatsiya: В данной статье анализируются понятие изотерапии (арт-терапии), её педагогические и психологические основы, а также организационные функции педагога в формировании культуры арт-терапии у учащихся. Рассматривается интеграция изотерапии в образовательный процесс, методы применения творческих технологий на занятиях и во внеурочной деятельности, практические рекомендации, направленные на развитие эмоционального интеллекта и творческой активности учеников. Исследование опирается на теоретические источники и практические примеры; приводятся конкретные методические рекомендации по снижению стресса, улучшению социальной адаптации и развитию самовыражения учащихся с помощью арт-терапевтических вмешательств. Статья предназначена в качестве методического пособия для педагогов школ и дошкольных учреждений.

KALIT SO'ZLAR: Изотерапия, арт-терапия, педагог, организационные функции, образовательный процесс, творчество, эмоции, психологическая поддержка, методика, культура ученика

KIRISH

Art-terapiya, yoki izoterapiya — bu san'at va ijodkorlik vositalaridan foydalanib insonning psixo-emotsional holatini yaxshilashga qaratilgan terapevtik va pedagogik yo'nalishdir. So'nggi yillarda O'zbekiston ta'lim muassasalarida ijodiy texnologiyalar va art-pedagogika elementlarini joriy etish bo'yicha izlanishlar



kuchaydi. Bu jarayonda pedagoglarning tashkilotchilik salohiyati muhim o‘rin tutadi: ular art-terapiya sharoitlarini yaratish, o‘quvchilarning ishtiyoqini rag‘batlantirish, xavfsiz va qo‘llab-quvvatlovchi muhitni ta‘minlash orqali madaniyatini singdiradilar.

Maqolaning maqsadi — izoterapiya turini o‘quvchilarga singdirishda pedagogning tashkilotchilik rolini tahlil qilish, amaliy metod va texnologiyalarni tavsiya etish hamda maktab va maktabgacha ta‘lim muassasalarida qo‘llash uchun konkret tavsiyalar ishlab chiqish.

Maqola strukturasi nazariy-analitik qism, metodik tavsiyalar va amaliy namunalar, shuningdek tadqiqot natijalari va xulosalar keltiriladi.

ASOSIY QISM

[1] Art-terapiya va izoterapiya — nazariy asoslar

Art-terapiya san‘at (tasviriy san‘at, musiqa, drama, harakat, kollaj va boshq.) orqali o‘quvchilarning ichki holatini tashqi shaklda ifoda etish imkonini beradi. Izoterapiya — art-terapiyaning o‘zbekcha talqini sifatida ham qaraladi va ayniqsa maktab yoshidagi o‘quvchilarda emotsional barqarorlikni, ijtimoiy moslashuvni hamda o‘zini ifodalashni rivojlantirishga xizmat qiladi.

Nazariy tadqiqotlar (psixoterapiya, ta‘lim psixologiyasi, art-pedagogika) ko‘rsatadiki, ijodiy faoliyat orqali bolalar stressni kamaytiradi, xulq-atvoriy muammolarni yengillashtiradi va ijtimoiy ko‘nikmalarni mustahkamlaydi.

2. Pedagogning tashkilotchilik funksiyalari

- **Rejalashtirish:** art-terapiya mashg‘ulotlarining maqsad va vazifalarini aniqlash, o‘quv materiallarini va pedagogik vositalarni tayyorlash.
- **Muvofiqlashtirish:** sinf ichidagi va tashqarisidagi faoliyatni muvofiqlashtirish, ota-onalar, psixologlar va boshqa mutaxassislar bilan hamkorlik.
- **Tashkiliy-madaniy muhit yaratish:** ijodiy jihozlar, xavfsiz materiallar, ruhiy qulay muhit va anonimlik kafolatini ta‘minlash.
- **Monitoring va baholash:** o‘quvchining emotsional holati, ijodiy faolligi va ijtimoiy moslashuv ko‘rsatkichlarini kuzatish.



- **Metodik qo'llab-quvvatlash:** variantli mashg'ulotlar, dars rejalari, mashq va o'yinlar taqdim etish.

3. Metod va texnologiyalar

Pedagog quyidagi art-terapiya texnikalaridan foydalanishi mumkin:

- Tasviriy san'at usullari (rassomchilik, kollaj, akvarel, akril) — hissiyotlarni rang va kompozitsiya orqali ifoda etish.
- Qum terapiyasi — sensor tajriba va relaksatsiya uchun.
- Musiqa va harakat terapiyasi — ritm va harakat orqali emotsiyalarni chiqarish.
- Drama va rolli o'yinlar — identifikatsiya va empatiyani kuchaytirish.
- Sandplay (qum sahnasi) texnikasi — psixologik ramzlar orqali ichki konfliktlarni aniqlash.

Har bir texnika uchun pedagog o'quvchilarning yoshiga mos metodik yondashuvni tanlashi kerak.

4. Dars va tashqi-tashabbusiy faoliyat namunasi

Quyida maktab sinfiga mos bitta art-terapiya mashg'uloti (45 daqiqa) namunasi keltiriladi:

- Maqsad: O'quvchilarda o'z hissiyotlarini tan olish va ifoda etish ko'nikmasini rivojlantirish.
- Vositalar: oq qog'oz, bo'yoqlar (akvarel), bo'yoq cho'tkalari, qalamlar, stereo musiqa (yumshoq ritmlar), kichik qum qutilari (agar mavjud bo'lsa).
- Bosqichlar:
 1. Kirish (5 daqiqa): qisqa relaksatsiya va atmosfera yaratish — musiqa fonida chuqur nafas mashqlari.
 2. Asosiy qism (30 daqiqa): "Hissiyot manzarasi" — o'quvchilarga hozirgi kayfiyatlarini ranglar orqali tasvirlash topshiriladi. Pedagog kuzatadi va kerak bo'lsa, individual yordam ko'rsatadi.
 3. Yakun (10 daqiqa): rasm haqida qisman suhbat (o'z tanlovi va hissiy tajribi haqida), ijobiy fikrlarni ta'kidlash.



Mashg'ulot davomida pedagog xavfsizlik va anonimlikni ta'minlashi, hech kimni tanqid qilmaslik qoidalarini eslatishi kerak.

5. Monitoring va baholash

Art-terapiya natijalarini baholashda kvantitativ ko'rsatkichlar (ishtirok darajasi, topshiriqlarni bajarish) va sifatli kuzatuvlar (hikoya, rasm orqali o'z ifodasi) qo'llanilishi mumkin. Pedagog hamkorlikda psixolog bilan shaxsiy kuzatuv jurnali yuritishi lozim.

6. Pedagogik madaniyat va etika

Art-terapiya bilan ishlashda pedagog etikasiga rioya qilishi zarur: maxfiylikni saqlash, o'quvchining shaxsiy hududiga hurmat, zararli savollarni oldini olish, diagnostika emas, balki qo'llab-quvvatlash vazifasini bilish.

XULOSA

Izoterapiya (art-terapiya) ta'lim muassasalarida o'quvchilarning emotsional va ijtimoiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlashning samarali vositasidir. Pedagogning tashkilotchilik salohiyati — bu muvaffaqiyat kaliti: to'g'ri rejalashtirish, xavfsiz va qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratish, metodik qo'llab-quvvatlash va monitoring orqali art-terapiya madaniyatini singdirish mumkin. Maqolada keltirilgan metodik tavsiyalar va mashg'ulot namunasi pedagoglar uchun amaliy yordam bo'lib xizmat qiladi.

TAVSIYALAR

1. Maktab va maktabgacha ta'lim muassasalarida art-terapiya bo'yicha foydalanish uchun standart metodik paket ishlab chiqilsin.
2. Pedagoglar uchun qisqa o'quv kurslari va seminarlar tashkil qilinsin (art-terapiya, kuzatuv va baholash usullari).
3. Ota-onalar bilan hamkorlikni yo'lga qo'yish: uy sharoitida bajariladigan ijodiy vazifalar bo'yicha ma'lumotnoma berilsin.
4. Psixologlar bilan integratsiyalashgan ish rejasi ishlab chiqilsin.



FOYDALANGAN ADABIYOTLAR

1. "Bo'lajak tasviriy san'at o'qituvchilarida art-terapiya madaniyatini shakllantirishning pedagogik-psixologik jihatlari" — PDF (CyberLeninka).
2. O'quv-resurs: "Izoterapiya" — OCAU portali (ocau.uz).
3. "Art-terapiya tasviriy san'at darslarida" — interscience.uz maqolasi (PDF).
4. "San'at orqali davolash: Art-terapiya metodlarining bolalar xulq-atvoriga ta'siri" — ResearchGate maqolasi.
5. "Art-pedagogik texnologiyalar vositasida boshlang'ich sinf o'quvchilarini estetik tarbiyalash" — jdpu.uz.
6. "Art Therapy as a Means of Adaptation of Young Children to Pre-school Education" — inlibrary.uz.
7. "The prospects for using art technologies in preschool education in Uzbekistan" — ResearchGate (tahliliy maqola).
8. "Art-terapiya" — O'zbekcha Vikipediya sahifasi (umumiy ma'lumot uchun).
9. "San'at va pedagogika: metodik qo'llanmalar va amaliy mashg'ulotlar" — mahalliy pedagogik jurnallar va konferensiya materiallari (majmua).