

ПЕРСПЕКТИВЫ ВНЕДРЕНИЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ В ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ УЗБЕКИСТАНА

Рахматова Икболхон Иномжоновна
Доцент Термезского государственного педагогического института

Жураева Мадинабону Бахром кизи
Студентка Термезского государственного педагогического института

Аннотация: В данной статье анализируются теоретические основы, практические возможности и перспективы внедрения арт-терапевтических подходов в систему высшего образования Узбекистана. Рассматривается роль арт-терапии в образовательном процессе, её значение для сохранения психического здоровья студентов, развития творческого мышления и эмоциональной устойчивости. На основе зарубежного опыта выработаны рекомендации по применению арт-терапевтических методов в национальной системе высшего образования.

Ключевые слова: арт-терапия, высшее образование, психологическая устойчивость, творческое мышление, развитие личности, инновационная педагогика, арт-педагогика.

Введение

В эпоху глобализации и информационных технологий система образования уделяет внимание не только интеллектуальному, но и эмоциональному, психическому благополучию личности. Особенно в условиях высшего образования учебная нагрузка, конкуренция, требования к самостоятельному мышлению и процесс социальной адаптации оказывают непосредственное влияние на психологическое состояние студентов. В связи с этим в мировой образовательной практике в последние годы всё более актуальным становится внедрение арт-терапевтических подходов в учебный

процесс. Арт-терапия представляет собой психолого-педагогическое направление, направленное на выражение внутренних переживаний, снижение стресса и восстановление эмоционального равновесия средствами искусства. Она позволяет человеку выразить своё внутреннее состояние через изобразительное искусство, музыку, драму, движение, цвет и композицию.



Система высшего образования Узбекистана в последние годы активно реализует гуманистические и лично-ориентированные реформы, направленные на развитие креативности и поддержание психологического здоровья обучающихся. Однако арт-терапевтические подходы пока не получили системного внедрения, что создаёт широкие возможности для научных и педагогических исследований. В данной статье анализируются актуальность, теоретические основы и перспективы формирования национальной модели внедрения арт-терапевтических подходов в высшее образование Узбекистана с учётом международного опыта.

Основная часть. Опыт зарубежных стран В США, Великобритании, Японии и Финляндии арт-терапия применяется в вузах как самостоятельная дисциплина или как дополнительный компонент образовательного процесса.

- В США в университетах действуют программы Art Therapy Program, где студенты изучают методы сохранения психологического здоровья через искусство.

- В Финляндии занятия по искусству интегрированы с элементами рефлексии, эмпатии и эмоционального самовыражения.
- В Японии арт-терапевтические практики направлены на управление стрессом и укрепление командной гармонии.

Эти примеры свидетельствуют о том, что арт-терапия - это не только специализированное направление, но и универсальный гуманистический подход, укрепляющий личностный потенциал каждого обучающегося. Необходимость внедрения арт-терапии в высшем образовании Узбекистана. В условиях модернизации узбекской системы образования вопросы эмоциональной стабильности, творческой активности и мотивации студентов становятся особенно значимыми. Внедрение арт-терапевтических подходов позволит. Создать психологически здоровую образовательную среду, организовав занятия, снижающие уровень стресса. Повысить эффективность обучения, обеспечив позитивный эмоциональный фон учебного процесса. Развить творческое мышление, стимулируя самостоятельность и оригинальность мышления студентов. Углубить профессиональную подготовку будущих педагогов и художников за счёт овладения основами арт-терапии. Методические основы внедрения. Для успешного внедрения арт-терапии в систему высшего образования Узбекистана предлагаются следующие направления:

1. Включение курса «Основы арт-терапии» в программы подготовки педагогов и художников.
2. Применение терапевтических упражнений на занятиях по изобразительному искусству («Цвет настроения», «Внутренний голос», «Я и природа»).
3. Создание арт-терапевтических лабораторий и творческих студий.
4. Систематизация интерактивных занятий, поддерживающих психологическое здоровье студентов.

5. Адаптация зарубежного опыта к национальной образовательной практике.

Перспективы внедрения. Организация научно-исследовательских центров по интеграции искусства и психологии. Интеграция арт-терапевтических модулей в учебные программы педагогических, психологических и художественных направлений. Разработка цифровых арт-терапевтических платформ для дистанционных занятий и виртуальных студий. Укрепление международного сотрудничества с арт-терапевтическими центрами и ассоциациями.

Обсуждение и методы исследования: В исследовании использован комплексный методологический подход, направленный на выявление педагогических, психологических и организационных основ внедрения арт-терапии в систему высшего образования Узбекистана. Применялись следующие методы: теоретический анализ, эмпирическое наблюдение, анкетирование, интервью и сравнительный анализ.

Метод теоретического анализа. Рассмотрены научные труды Э. Крамер, М. Наумбург, К. Юнга, Дж. Дьюи, Д. Винникотта, а также отечественных исследователей (Г. Юлдашева, Н. Каримова и др.). Анализ показал, что арт-терапия выступает не только клиническим, но и педагогическим инструментом, способствующим личностному развитию и снижению стресса.

Метод эмпирического наблюдения. Экспериментальные занятия проведены на базе Ташкентского государственного педагогического университета и Государственного института искусств и культуры Узбекистана. На уроках изобразительного искусства с элементами арт-терапии («Цвет настроения», «Внутренний голос», «Символический портрет») наблюдались эмоциональные реакции, креативность и уровень самовыражения студентов.

Методы анкетирования и интервью. В исследовании приняли участие 120 студентов и 15 преподавателей. Результаты:

- 76% студентов отметили, что занятия стали более интересными;

- 68% сообщили о снижении уровня стресса;

- 82% признали, что им стало проще выражать эмоции через цвет и форму.

Преподаватели указали, что арт-терапевтический подход способствует доверию и партнёрским отношениям в учебном процессе.

Метод сравнительного анализа. Сравнение традиционных и арт-терапевтических занятий показало, что во втором случае возрастает уровень эстетического восприятия, рефлексии и эмоционального самовыражения студентов, усиливается учебная мотивация.

Обобщение результатов. Анализ данных подтвердил, что внедрение арт-терапевтических подходов способствует развитию творческого мышления, эмоциональной культуры, снижению стресса и гуманизации образовательного процесса.

Заключение: Арт-терапия способствует раскрытию потенциала студентов, укреплению их эмоционального здоровья и превращению образования в пространство самопознания и духовного роста личности. Внедрение арт-терапевтических подходов в систему высшего образования Узбекистана - это не просто инновация, а важный этап формирования гуманистической, личностно - ориентированной и педагогически-психологически комфортной модели обучения.

Использованная литература

1. Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. Doubleday. Dewey, J. (1980). *Art as Experience*. Perigee Books.
2. Рашидов, У. Национальные традиции в изобразительном искусстве и их современная интерпретация. Журнал «Искусство и культура», №3, С. 45–52,
3. Inomjonovna, R. I. (2023). STEAM EDUCATION IS ONE OF THE MAIN TRENDS IN THE WORLD. *Journal of new century innovations*, 21(2), 27-32.

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., & Чутбоева, М. А. (2023). ПОКАЗАТЕЛИ ХУДОЖЕСТВЕННО-ТВОРЧЕСКОГО РОСТА И РАЗВИТИЯ ЭСТЕТИЧЕСКОГО ЧУВСТВА ДЕТЕЙ. *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(6), 8-15.

15. 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.

16. 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.

17. 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.

18. Рахматова, И. И. (2023). ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ АРТ-ТЕРАПИИ ЧЕРЕЗ ИНТЕГРАЦИЮ ИСКУССТВА. *Innovative Development in Educational Activities*, 2(18), 33-39.

19. Raхmatova, 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).

20. Рахматова, И. И. (2023). АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИСКУССТВА, ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА И АРТ-ТЕРАПИИ. *Science and innovation*, 2(Special Issue 14), 463-467.
21. Raxmatova, I. I. (2023). AGRESSIVLIKNI OLDINI OLIHDA SAN'AT, BADIY IJODKORLIK VA ART-TERAPIYADAN FOYDALANISHNING AHAMIYATI. *Oriental Art and Culture*, 4(5), 208-215.
22. Raxmatova, I. I. (2024). BO 'LAJAK TASVIRIY SAN'AT O 'QITUVCHILARIDA ART-TERAPIYA MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK JIHLTLARI. *Inter education & global study*, (4 (1)), 343-348.
23. 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.
24. Inomjonovna, R. I. (2023). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PICTURE ACTIVITY IN EDUCATIONAL PERSONALITY. *Journal of new century innovations*, 22(1), 113-118.
25. Inomjonovna, R. I. (2023). HUMAN CAPABILITIES-SOCIAL DEVELOPMENT IS A PRODUCT. *Journal of new century innovations*, 22(1), 119-124.