

РОЛЬ И ЗНАЧЕНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОМУ ИСКУССТВУ В ВЫСШЕМ ОБРАЗОВАНИИ

Рахматова Икболхон Иномжоновна
Доцент Термезского государственного
педагогического института, и.о.

Эргашева Гузал Рузимурод кизи
Студентка Термезского государственного
педагогического института

Аннотация: В данной статье освещены педагогические, психологические и творческие аспекты применения технологий арт-терапии на занятиях по изобразительному искусству в высших учебных заведениях. Анализируется значение арт-терапии в формировании эстетического вкуса, эмоционального равновесия и творческого мышления студентов. В исследовании обосновывается положительное влияние искусства на психику человека, его роль в снижении уровня стресса и процессе самопознания.

Ключевые слова: арт-терапия, изобразительное искусство, высшее образование, творчество, развитие личности, эстетическое воспитание.

Введение

В настоящее время в системе образования особое внимание уделяется личностно-ориентированному подходу, подготовке творческих и свободно мыслящих специалистов. Особенно в образовательном процессе художественного направления важно, чтобы студенты осваивали не только технические навыки, но и развивали эмоциональную чувствительность, эстетическое восприятие и психологическое равновесие. С этой точки зрения арт-терапия - методика лечения и самопознания через искусство - занимает значительное место именно на занятиях по изобразительному искусству.

Понятие арт-терапии и её теоретические основы. Арт-терапия (от англ. *art therapy*) - это процесс выражения внутренних переживаний, стабилизации

психического состояния и самопознания через художественные средства. Арт-терапия сформировалась в середине XX века на пересечении психологии, педагогики и искусства, её теоретические основы были разработаны такими учёными, как К. Юнг, А. Маслоу, Э. Крамер и М. Наумбург. Согласно этому подходу, творческий процесс проникает в глубокие слои сознания, снижает стресс и эмоциональное напряжение, способствует восстановлению позитивного психологического состояния.



Обсуждение и методы: Для определения влияния арт-терапии на процесс преподавания изобразительного искусства в высшей школе в исследовании были использованы теоретические, эмпирические и диагностические методы.

1. Теоретические методы - анализ научных источников, статей и зарубежной литературы по теме. Изучены психологические - педагогические основы арт-терапии, её значение в образовательном процессе.
2. Эмпирические методы - проведены экспериментальные занятия со студентами 2–3 курсов Ташкентского художественного института искусств. Были организованы уроки с элементами арт-терапии.
3. Наблюдение и беседа - отслеживалось эмоциональное состояние студентов, их активность и творческое участие на занятиях; после уроков проводились беседы для оценки их самочувствия.
4. Анкетирование и тестирование - до и после арт-терапевтических занятий проводились опросы для выявления уровня

стресса, психоэмоционального состояния и творческой мотивации студентов.

5. Метод анализа и сравнения - сопоставлялась эффективность традиционных занятий и уроков с элементами арт-терапии.

Результаты показали, что занятия с элементами арт-терапии положительно влияют на умение студентов свободно выражать мысли, управлять настроением и повышать творческую активность.

Анализ полученных результатов: Применение методов арт-терапии на занятиях по изобразительному искусству в высших учебных заведениях:

- создаёт психологическое облегчение, способствует свободному выражению эмоций;
- активизирует творческое мышление - студенты ищут новые композиционные решения;
- повышает учебную мотивацию и интерес к занятиям;
- улучшает социальную атмосферу в группе, развивает навыки сотрудничества.

Также отмечено, что после занятий арт-терапией студенты стали увереннее относиться к своей работе, уровень стресса снизился, а на уроках сформировалась доброжелательная и активная атмосфера. Между преподавателем и студентами установилось доверительное общение. Эти результаты согласуются с международными исследованиями. Например, Э.Крамер и М.Наумбург доказали, что арт-терапия способствует стабилизации эмоционального состояния и самопознанию личности в процессе художественного образования.

Роль арт-терапии в системе высшего образования. На занятиях по изобразительному искусству арт-терапия помогает студентам:

- повысить уровень творческой свободы;
- выражать мысли и чувства через цвет, форму и композицию;
- сохранять эмоциональное равновесие;

- снижать уровень стресса и тревожности в учебном процессе.

Интеграция арт-терапевтических методов в художественное образование положительно влияет на личностное развитие, творческую активность и мотивацию студентов. Например, такие занятия, как «Выражение настроения через цвет», «Мой внутренний мир», «Нарисуй свои тревоги», позволяют студентам свободно выражать свои чувства.

Пути интеграции арт-терапии в занятия по изобразительному искусству. Внедрение методов арт-терапии в художественное образование может осуществляться следующими способами: Творческие упражнения – свободное рисование, создание абстрактных изображений для выражения эмоций. Цветотерапия – использование психологии цвета для влияния на настроение и состояние личности. Символическое рисование – отражение своей жизни, мечтаний или проблем через символические образы. Коллективные арт-проекты – развитие коммуникативных навыков через совместную творческую деятельность.

Воспитательное и образовательное значение арт-терапии. Арт-терапия формирует эстетический вкус студентов, развивает творческое мышление, повышает уверенность в себе, облегчает социальную адаптацию и укрепляет психическое здоровье. Кроме того, способствует установлению доверительного взаимодействия между преподавателем и студентом, созданию позитивной учебной среды. Таким образом, внедрение элементов арт-терапии в систему художественного образования не только повышает эстетические и технические навыки, но и укрепляет психологическое здоровье, раскрывает творческий потенциал личности.



Национальные мотивы также отражают климатические, географические и этнические особенности региона. Например, орнаменты Ферганской долины отличаются от узоров других областей особой цветовой гаммой и композиционной структурой. Таким образом, каждый регион имеет собственные орнаментальные формы, отражающие его исторический и культурный контекст.

Заключение. Интеграция элементов арт-терапии в занятия по изобразительному искусству в высших учебных заведениях способствует развитию эстетических и творческих способностей студентов, улучшает их психологическое состояние и поддерживает личностный рост. Поэтому системное применение арт-терапии в педагогическом процессе является одним из важнейших направлений современного художественного образования. Арт-терапии в занятия по изобразительному искусству в высших учебных заведениях способствует не только развитию эстетических и творческих способностей студентов, но и значительно улучшает их психологическое состояние, формирует устойчивую внутреннюю мотивацию к обучению и самосовершенствованию. Арт-терапия в образовательном процессе выступает как эффективный инструмент гармонизации личности, помогает студентам преодолевать эмоциональные трудности, повышает уровень самооценки и уверенности в собственных силах. Она создаёт условия для формирования позитивного отношения к учебной деятельности, стимулирует самостоятельность мышления и воображения. Кроме того, внедрение арт-терапевтических методик укрепляет коммуникативные навыки, способствует развитию эмпатии, толерантности и эмоционального интеллекта, что особенно важно для будущих специалистов в сфере искусства и педагогики. Таким образом, системное применение арт-терапии в учебном процессе художественных дисциплин позволяет решать не только образовательные, но и воспитательные задачи: формировать духовно богатую, эмоционально устойчивую, социально активную личность, способную к творческому самовыражению и профессиональной реализации. В перспективе рекомендуется

разработка методических пособий и внедрение специализированных курсов по арт-терапии для преподавателей художественных направлений, что обеспечит более высокий уровень подготовки студентов и повысит качество художественного образования в целом.

Список литературы:

1. Рашидов, У. Национальные традиции в изобразительном искусстве и их современная интерпретация. Журнал «Искусство и культура», №3С. 45–52, 2017.
2. Inomjonovna, R. I. (2023). STEAM EDUCATION IS ONE OF THE MAIN TRENDS IN THE WORLD. *Journal of new century innovations*, 21(2), 27-32.
3. 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.
4. Inomjonovna, R. I. (2023). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PICTURE ACTIVITY IN EDUCATIONAL PERSONALITY. *Journal of new century innovations*, 22(1), 113-118.
5. Inomjonovna, R. I. (2023). HUMAN CAPABILITIES-SOCIAL DEVELOPMENT IS A PRODUCT. *Journal of new century innovations*, 22(1), 119-124.
6. Inomjonovna, R. I. (2023). DEVELOPMENT OF CREATIVE ABILITY AND IMAGINATION IN CHILDREN. *Journal of new century innovations*, 22(1), 108-112.
7. 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.
8. 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.

9. 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.
10. Inomjonovna, R. I. (2023). TRANSPERSONAL MODEL IN ART THERAPY-AS HUMANITY PRINCIPLES. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 16(4), 173-181.
11. 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.
12. 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.
13. 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.
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. Rahmatova, 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. Rahmatova, I. I. (2023). AGRESSIVLIKNI OLDINI OLISHDA SAN'AT, BADIY IJODKORLIK VA ART-TERAPIYADAN FOYDALANISHNING AHAMIYATI. *Oriental Art and Culture*, 4(5), 208-215.
21. Rahmatova, 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.