

**ART-TERAPIYADA DIAGNOSTIKA VA BAXOLASH**

**Toshkent kimyo Xalqaro Universiteti Namangan filiali  
Boshlang'ich va maktabgacha ta'lim kafedrasida katta o'qituvchisi**

**Maqsudova Nodira Alijonovna  
nodiramaqsudova86@gmail.com**

**Pedagogika va psixologiya kafedrasida**

**Maxsus pedagogika (logopediya) yo'nalishi magistri**

**Mutalliyeva Madinabonu Baxodir qizi**

**Annotatsiya**

Ushbu maqolada art-terapiyada diagnostika va baholashning nazariy hamda amaliy jihatlari yoritilgan. Art-terapiya insonning emotsional holatini, shaxsiy xususiyatlarini san'at orqali aniqlash va tahlil qilish imkonini beradi. Diagnostika jarayoni chizmalardagi rang, shakl, kompozitsiya, ramzlar orqali ruhiy holatni ochib beradi. Baholash esa terapevtik jarayon samaradorligini aniqlashga yordam beradi. Maqolada art-terapiyada qo'llaniladigan asosiy diagnostik metodlar, baholash mezonlari hamda natijalarni tahlil qilish usullari ilmiy asosda bayon etilgan.

**Kalit so'zlar:** art-terapiya, diagnostika, baholash, psixologik tahlil, rang terapiyasi, proyektiv metod, ijodiy faoliyat, emotsional ifoda, simvolik tahlil, terapevtik jarayon.

**Аннотация**

В данной статье рассматриваются теоретические и практические аспекты диагностики и оценки в арт-терапии. Арт-терапия позволяет выявлять и анализировать эмоциональное состояние и личностные особенности человека через искусство. Диагностический процесс раскрывает психическое состояние через использование цвета, формы, композиции и символов. Оценка помогает определить эффективность терапевтического процесса. В статье представлены основные диагностические методы, критерии оценки и способы анализа результатов в арт-терапии.

**Ключевые слова:** арт-терапия, диагностика, оценка, психологический анализ, цветотерапия, проективный метод, творческая деятельность, эмоциональное выражение, символический анализ, терапевтический процесс.

### **Annotation**

This article explores the theoretical and practical aspects of diagnosis and evaluation in art therapy. Art therapy enables the identification and analysis of a person's emotional state and personality traits through artistic expression. The diagnostic process reveals mental and emotional conditions by analyzing colors, shapes, composition, and symbols. Evaluation helps to determine the effectiveness of the therapeutic process. The paper presents major diagnostic methods, evaluation criteria, and approaches to analyzing results within the framework of art therapy.

**Keywords:** art therapy, diagnosis, evaluation, psychological analysis, color therapy, projective method, creative activity, emotional expression, symbolic analysis, therapeutic process.

### **KIRISH**

Inson psixikasini o'rganish va uni turli usullar orqali sog'lomlashtirish masalasi zamonaviy psixologiya, pedagogika hamda reabilitatsiya fanlarining eng dolzarb yo'nalishlaridan biridir. Shu jihatdan art-terapiya – san'at orqali davolash yoki psixologik tuzatish jarayoni – bugungi kunda keng qo'llanilayotgan samarali psixoterapevtik yo'nalishlardan biri sifatida e'tirof etilmoqda. U insonning ichki kechinmalari, hissiyotlari va ruhiy muammolarini so'zsiz, ya'ni ijodiy ifoda orqali tashqi olamga chiqarish va ulardan xalos bo'lish imkonini beradi. Art-terapiyaning markazida shaxsning ijodiy faoliyati orqali o'z-o'zini anglash, emotsional barqarorlikka erishish va ichki ziddiyatlarni bartaraf etish yotadi. Shu boisdan, art-terapiya faqat davolash emas, balki diagnostika va baholash vositasi sifatida ham katta ahamiyat kasb etadi. Diagnostika jarayonida chizilgan rasm, tanlangan rang, chiziq shakli, joylashuv va kompozitsiya orqali insonning ruhiy holati, stress darajasi, shaxslararo munosabatlari, o'z-o'zini idrok etish shakli haqida muhim ma'lumotlar olinadi. Psixologik diagnostika bilan art-terapiya o'rtasidagi integratsiya nafaqat klinik

sharoitlarda, balki ta'lim tizimida, maxsus pedagogika (defektologiya), reabilitatsiya markazlari, ijtimoiy muassasalar hamda korreksion ishlarda ham keng tatbiq etilmoqda. Ayniqsa, bolalar va o'smirlar bilan olib boriladigan art-diagnostik ishlar ularning ichki dunyosini chuqurroq anglash, hissiy rivojlanish bosqichlarini baholash hamda korreksion dasturlarni tuzishda muhim manba bo'lib xizmat qiladi. Art-terapiyada baholash jarayoni esa diagnostikaning mantiqiy davomi hisoblanadi. U orqali terapevt mijozning o'zgarish dinamikasini, terapiya samaradorligini va psixologik holatdagi ijobiy o'zgarishlarni aniqlaydi. Baholashda nafaqat yakuniy natija, balki ijodiy jarayonning o'zi – chizish uslubi, harakat erkinligi, hissiy reaksiyalar, tanlangan ramz va mavzular ham hisobga olinadi.

Bugungi kunda art-terapiya orqali diagnostika va baholashning samarali modellarini ishlab chiqish, ularni ilmiy asoslash hamda amaliyotga tatbiq etish psixologiya va maxsus pedagogika sohasida dolzarb ilmiy yo'nalishlardan biri bo'lib qolmoqda.

Ushbu tadqiqotning ahamiyati shundaki, u nafaqat shaxsning ichki dunyosini ochishga, balki ruhiy salomatlikni mustahkamlash, stressni kamaytirish va o'zini anglash jarayonini qo'llab-quvvatlashga xizmat qiladi.

### **ADABIYOTLAR TAHLILI**

Art-terapiyada diagnostika va baholash masalalari bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bu yo'nalish XX asrning o'rtalaridan boshlab psixoterapiya, psixodiagnostika hamda reabilitatsiya amaliyotida alohida mustaqil yo'nalish sifatida shakllangan. Uning nazariy asoslari dastlab Yevropa va AQSh psixologik maktablari tomonidan ishlab chiqilgan bo'lib, keyinchalik Rossiya va Markaziy Osiyo ilmiy maktablarida ham keng rivoj topgan.

#### **Art-terapiyaning ilmiy asoslari**

Art-terapiya tushunchasi birinchi bor 1940-yillarda ingliz rassomi va terapevti Adrian Hill tomonidan “art as therapy” (“san'at – bu terapiya”) atamasi orqali ilmiy muomalaga kiritilgan. Keyinchalik bu yo'nalishni Margaret Naumburg, Edith Kramer, J. Rubin kabi olimlar rivojlantirdilar. Ularning tadqiqotlarida art-terapiya insonning

ongsiz hissiyotlarini ifoda etish va ularni san'at orqali qayta ishlash vositasi sifatida talqin etilgan. E. Kramer (2000) art-terapiyani shaxsning ichki muvozanatini tiklovchi va emotsional energiyani sog'lom yo'nalishga yo'naltiruvchi ijodiy jarayon sifatida izohlaydi. J. Rubin (2010) esa art-terapiyada ijodiy faoliyatning diagnostik ahamiyatini ta'kidlab, chizmalarda aks etuvchi rang, chiziq, shakl va kompozitsiyani shaxsning ruhiy holati ko'zgusi deb baholagan.

### **Diagnostika va baholash nazariy asoslari**

Art-terapiyada diagnostika an'anaviy psixodiagnostika usullaridan farqli ravishda noverbal (so'zsiz) ifoda vositalariga tayanadi. Bu jihatni C. Malchiodi (2012) o'zining "Handbook of Art Therapy" asarida alohida ta'kidlab, san'at orqali o'z-o'zini ifoda etish inson ruhiyatini yanada chuqurroq anglash imkonini berishini ta'kidlaydi. Shuningdek, R. Arnheim, V. Lowenfeld va E. Schaverienlarning tadqiqotlarida ham san'at orqali diagnostika qilish shaxsning hissiy holatini, stress darajasini, ichki ziddiyatlarini aniqlashning samarali yo'li sifatida talqin etilgan. Rossiya olimlaridan L.D. Lebedeva, E.T. Sokolova, N.A. Rybakovalarning ishlari art-terapiyaning psixodiagnostik imkoniyatlarini amaliy jihatdan asoslab bergan. Ular bolalar, o'smirlar va travma olgan shaxslar bilan ishlashda rangli chizmalar, loydan yasash, kollaj, mozaika kabi usullarni diagnostik vosita sifatida taklif etadilar.

### **Art-terapiya diagnostikasining metodik yondashuvlari**

Ko'pgina manbalarda (Rubin, 2010; Malchiodi, 2012; Shodmonova, 2023) art-terapiyada diagnostik metodlar proyektiv yondashuv tamoyillariga asoslanadi. Unga ko'ra, inson chizmada yoki boshqa ijodiy mahsulda o'zining ichki dunyosini, ongsiz kechinmalarini aks ettiradi. Eng ko'p qo'llaniladigan diagnostik metodlar quyidagilardir: "Uy – Daraxt – Odam" (House–Tree–Person) testi; "Oilaviy rasm" usuli; "Hayvon tasviri" proyektiv testi; Rang diagnostikasi (Lyusher testi); Spontan chizish yoki mavzusiz rasm metodi. Bu metodlar shaxsning emotsional holati, xavotir darajasi, ijtimoiy moslashuv darajasini baholash imkonini beradi.

Baholash jarayonining nazariy yondashuvlari-Baholash bosqichi terapevtik jarayonning ajralmas qismi bo‘lib, uning maqsadi – mijozning o‘zgarish dinamikasini tahlil qilishdir. Baholash jarayonida terapevt nafaqat tayyor ishni, balki ijodiy jarayonning o‘zini ham kuzatadi. Malchiodi (2012) va Rubin (2010) ta’kidlaganidek, baholash mezonlari quyidagilardan iborat bo‘lishi mumkin: rang tanlovi va ularning emotsional ahamiyati; kompozitsiya markazining o‘zgarishi; chiziqlarning kuchayishi yoki yumshashi; obraz va ramzlarning evolyutsiyasi; mijozning o‘z ishi haqidagi hissiy munosabati. O‘zbekistonlik olimlardan D. Shodmonova (2023) va N. Raximova (2021) art-terapiyada psixodiagnostika va psixokorreksiya uyg‘unligini o‘rganib, ularning amaliyotda qo‘llanilishi uchun metodik tavsiyalar ishlab chiqqan. Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, art-terapiyada diagnostika va baholash masalalari nafaqat psixologik, balki pedagogik va ijtimoiy reabilitatsion ahamiyatga ham ega. Zamonaviy yondashuvlarda diagnostika jarayoni faqat tashxis qo‘yish emas, balki rivojlanish dinamikasini kuzatish va shaxsiy o‘zishni qo‘llab-quvvatlash tizimi sifatida talqin etilmoqda. Shuningdek, ilmiy manbalar tahlili shuni ko‘rsatadiki, art-terapiya orqali baholashda individual yondashuv, madaniy kontekst va shaxsning yosh xususiyatlarini inobatga olish zarur. Bu esa, ushbu yo‘nalishda ilmiy izlanishlarni chuqurlashtirish, milliy metodik asoslarni ishlab chiqish zaruratini ko‘rsatadi.

### **METODOLOGIYA (TADQIQOT USULLARI)**

Tadqiqotning metodologik asoslari-Art-terapiyada diagnostika va baholash masalalarini o‘rganishda ilmiy tadqiqotning nazariy va amaliy yo‘nalishlari uyg‘un ravishda olib boriladi. Tadqiqotning metodologik poydevorini quyidagi ilmiy yondashuvlar tashkil etadi: Shaxsga yo‘naltirilgan yondashuv – har bir ishtirokchining individual psixologik xususiyatlari, hissiy kechinmalari va ijodiy ifoda uslublarini inobatga oladi; faoliyatli yondashuv – art-terapiya jarayonini shaxsning faol, ongli ijodiy faoliyati sifatida ko‘rib chiqadi; korreksion va rivojlantiruvchi yondashuv – diagnostika jarayonining o‘zi ham terapevtik ta’sirga ega ekanligini hisobga oladi; integrativ yondashuv – san’at, psixologiya, pedagogika, estetika va sotsiologiya

fanlari orasidagi uzviy bog‘liqlikka tayanadi. Ushbu yondashuvlar asosida tadqiqotning nazariy konsepsiyasi shakllantirildi va amaliy tahlil uchun asos yaratildi.

Tadqiqotning maqsadi va vazifalari:

- Art-terapiyada diagnostika va baholashning psixologik hamda pedagogik mohiyatini tahlil qilish;
- Art-terapiyada qo‘llaniladigan diagnostik metodlarni tanlash va ularni tizimlashtirish;
- Amaliy mashg‘ulotlarda san‘at vositalari orqali shaxsning emotsional holatini aniqlash;
- Baholash mezonlarini ishlab chiqish va ularni tajriba-sinov asosida sinab ko‘rish;
- Olingan natijalarni tahlil qilish va ilmiy xulosalar chiqarish.

Tadqiqot obyekti: art-terapiya jarayonida shaxsning psixologik holatini aniqlash va baholash faoliyati.

Tadqiqot predmeti: art-terapiyada qo‘llaniladigan diagnostik va baholash usullari, ularning ilmiy-nazariy asoslari va amaliy samaradorligi.

Tadqiqot ishtirokchilari-Tadqiqotda 7–12 yoshli bolalar (20 nafar), o‘smirlar (15 nafar) hamda psixologik yordamga muhtoj kattalar (10 nafar) ishtirok etishdi. Ularda hissiy zo‘riqish, muloqotdagi qiyinchilik va ichki konfliktlar mavjudligi aniqlangan. Tadqiqot jarayonida barcha ishtirokchilar bilan individual va guruhviy art-terapiya mashg‘ulotlari o‘tkazildi.

Nazariy metodlar: ilmiy manbalarni tahlil qilish; qiyosiy tahlil va umumlashtirish; model yaratish va konseptual tizimlashtirish.

Amaliy (empirik) metodlar:

1. Kuzatish – art-terapiya mashg‘ulotlarida ishtirokchilarning hissiy reaksiyalarini, harakatlarini va rang tanlash tendensiyalarini qayd etish;
2. Suhbat – mijozning ichki holatini tushunish va ijodiy faoliyatdagi motivlarini aniqlash;

3. Rasm asosida diagnostika – “Uy – Daraxt – Odam”, “Oilaviy rasm”, “Men va mening his-tuyg‘ularim” testlari orqali ruhiy holatni aniqlash;
4. Lyusher rang testi – emotsional barqarorlik va stress darajasini aniqlash;
5. Baholash kartasi – ijodiy ishlar tahlili uchun ishlab chiqilgan maxsus mezonlar asosida (rang, kompozitsiya, ramzlar, izoh).

Tadqiqot uch bosqichda olib borildi:

- Tayyorlov bosqichi: mavzuga oid nazariy manbalarni o‘rganish, diagnostika usullarini tanlash, baholash mezonlarini ishlab chiqish.
- Asosiy bosqich: art-terapiya mashg‘ulotlarini o‘tkazish, kuzatuv va diagnostika jarayonlarini amalga oshirish, dastlabki natijalarni qayd etish.
- Tahlil bosqichi: olingan natijalarni tahlil qilish, baholash, umumlashtirish va ilmiy xulosalar chiqarish.

Tadqiqotda qo‘llanilgan diagnostik materiallar:Bo‘yoqlar, flomasterlar, rangli qalamlar;Rangli qog‘oz va karton, plastilin, loy, mato parchalari;Musiqqa fonlari (yumshoq instrumental) – art-seanslarda hissiy muhitni yaratish uchun.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, art-terapiya jarayonida diagnostika va baholash shaxsning ichki kechinmalarini, emotsional holatini, shaxsiy xususiyatlarini aniqlashda samarali vosita hisoblanadi. Eksperimental kuzatuvlarda 20 nafar turli yoshdagi ishtirokchilar bilan art-terapiya mashg‘ulotlari o‘tkazildi. Har bir ishtirokchining chizmalari, rang tanlovi, kompozitsiyasi, ramzlardan foydalanish darajasi tahlil qilindi.Tahlil natijalariga ko‘ra:65% ishtirokchilar chizmalarida iliq ranglarni tanlash orqali ijobiy emotsional holatni aks ettirgan;25% ishtirokchilarda qorong‘u yoki keskin ranglar orqali tashvish va ichki zo‘riqish belgilarini aniqlash mumkin bo‘lgan;10% hollarda esa chizmalar mavhum va ramziy xarakterga ega bo‘lib, shaxsning o‘zini ifoda etishdagi cheklanishini bildirgan.Shuningdek, baholash natijalarida muntazam art-terapiya mashg‘ulotlari o‘tkazilgan ishtirokchilar psixologik barqarorlik, o‘zini anglash, emotsional muvozanat ko‘rsatkichlarida sezilarli ijobiy

o'zgarishlar ko'rsatdi. Diagnostik ko'rsatkichlar bo'yicha stress darajasi 30% ga kamaygan, ijodiy faoliyatga qiziqish esa 40% ga oshgan. Natijalar shuni ko'rsatadiki, art-terapiya nafaqat diagnostik vosita, balki korrekktiv va reabilitatsion metod sifatida ham muhim ahamiyatga ega.

Olingan natijalar ilmiy adabiyotlarda keltirilgan nazariy qarashlarni tasdiqlaydi. Jumladan, E. Kramer (1958) va M. Naumburg (1973) tomonidan ilgari surilgan art-terapiyaning proyektiv diagnostika xususiyatlari ushbu tadqiqotda ham o'z tasdig'ini topdi. Chizmalar orqali shaxsning emotsional holatini, tashvish yoki ijobiy kechinmalarini aniqlash imkoniyati mavjudligi qayd etildi. Shuningdek, natijalar L.D. Lebedeva (2018) tomonidan ishlab chiqilgan "rang va shakl asosida baholash modeli" bilan hamohang bo'lib, ishtirokchilarning rang tanlovi ularning ruhiy holatini to'g'ridan to'g'ri aks ettirganini ko'rsatadi. Muhokama davomida aniqlanishicha, art-terapiya diagnostikasida faqat badiiy mahsulotga qarab xulosa chiqarish yetarli emas, balki mijoz bilan olib boriladigan suhbat, hissiy javoblarni tahlil qilish va dinamik kuzatuvlar ham muhim o'rin tutadi. Shu sababli, diagnostika va baholash bir butun tizimda, integrativ yondashuv asosida olib borilishi zarur. O'zbekiston sharoitida art-terapiya metodlari hali to'liq tizimlashtirilmagan bo'lsa-da, ushbu yo'nalish bo'yicha olib borilayotgan ilmiy izlanishlar (M. Rahimova, 2020; N. Ergasheva, 2021) diagnostika va baholash mexanizmlarini milliy psixologik xususiyatlarga moslashtirish zarurligini ko'rsatmoqda.

Xulosa qilib aytganda, art-terapiyada diagnostika va baholash inson ruhiyatini tahlil qilishda samarali, noinvaziv va ijodiy yondashuv bo'lib, u nafaqat psixologik holatni o'rganish, balki shaxsiy rivojlanish jarayonini monitoring qilish imkonini ham beradi.

### **Xulosa**

Art-terapiya zamonaviy psixologik va pedagogik amaliyotda diagnostika hamda baholash vositasi sifatida katta ahamiyat kasb etmoqda. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, san'at orqali inson ruhiyatini ochib berish — nafaqat terapevtik, balki ilmiy diagnostika nuqtayi nazaridan ham samarali usuldir. Art-terapiya diagnostikasining



asosiy afzalligi shundaki, u insonning soʻz bilan ifoda eta olmaydigan ichki kechinmalarini, yashirin hissiyotlarini, ijtimoiy moslashuv darajasini va oʻzini anglash jarayonini bevosita badiiy faoliyat orqali aniqlash imkonini beradi. Baholash tizimi esa terapiya davomida shaxsda yuz berayotgan oʻzgarishlarni aniqlash, ularni mezon asosida tahlil qilish va terapevtik samaradorlikni belgilash imkonini yaratadi. Oʻtkazilgan tahlillar va eksperimental natijalar art-terapiyaning diagnostik imkoniyatlari keng ekanligini, u orqali inson emotsional muvozanatini tiklash, stressni kamaytirish, oʻz-oʻzini ifoda etish darajasini oshirish mumkinligini tasdiqladi. Bundan tashqari, tadqiqot davomida aniqlanishicha, art-terapiyada diagnostika va baholash integrativ yondashuv asosida olib borilganda — yaʼni rasm tahlili, suhbat, ranglar psixologiyasi va kuzatuv metodlarini uygʻun qoʻllaganda — natijalar yanada aniq va ilmiy ishonchli boʻladi. Shu bois, art-terapiya amaliyotida diagnostika va baholashni tizimlashtirish, ularni psixologik-pedagogik diagnostika standartlariga moslashtirish, shuningdek, milliy madaniyat va yosh psixologiyasi omillarini inobatga olish zarur. Umuman olganda, art-terapiyada diagnostika va baholash inson ruhiyati bilan ishlashda noinvaziv, estetik va psixologik jihatdan qulay yoʻnalish boʻlib, u taʼlim, rehabilitatsiya va psixokorreksiya jarayonlarida keng qoʻllanishi mumkin.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar roʻyxati:**

1. Rahimova, M. (2020). Art-terapiya mashgʻulotlarining psixologik rehabilitatsiyadagi ahamiyati. – Toshkent: Oʻzbekiston Davlat pedagogika universiteti nashriyoti.
2. Ergasheva, N. X. (2021). Sanʼat asosida psixologik diagnostika va tarbiya usullari. – Toshkent: “Fan va taraqqiyot” jurnali, №4.
3. Yoʻldosheva, Z. (2022). Bolalar bilan art-terapiya mashgʻulotlarining samaradorligi. – “Pedagogik mahorat” ilmiy jurnali, №2.
4. Gʻulomova, S. (2019). Psixodiagnostika nazariyasi va amaliyoti. – Toshkent: TDPU nashriyoti.
5. Mamatova, D. (2023). Ijodiy faoliyat orqali shaxs rivojlanishini baholash. – “Psixologiya va taʼlim” ilmiy jurnali, №3.

6. Лебедева, Л. Д. (2018). Арт-терапия: теория и практика диагностического процесса. – Москва: Институт арт-терапии.
7. Рубин, Дж. (2005). Введение в арт-терапию. – Санкт-Петербург: Питер.
8. Hill, A. (1945). Art versus Illness: An Approach to Art Therapy. – London: Allen & Unwin.
9. Lowenfeld, V. (1957). Creative and Mental Growth. – New York: Macmillan Publishing.
10. Malchiodi, C. A. (2012). Handbook of Art Therapy (2nd ed.). – New York: Guilford Press.
11. McNiff, S. (2013). Art as Research: Opportunities and Challenges. – Chicago: Intellect Books.
12. Kramer, E. (1971). Art as Therapy with Children. – New York: Schocken Books.