

ART-TERAPIYADAN FOYDALANGAN HOLDA KORREKSION DASTURLARNI ISHLAB CHIQISH

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

Maqsudova Nodira Alijonovna

nodiramaqsudova86@gmail.com

Pedagogika va psixologiya kafedrasi

Maxsus pedagogika (logopediya) yo'nalishi magistri

Namangan shahar 37-sonli umumiy o'rta ta'lim maktabi

Inklyuziv ta'lim maxsus pedagogi

Umaraliyeva Sayyora Kenjabek qizi

Annotatsiya: Ushbu maqolada art-terapiyadan foydalangan holda korreksion dasturlarni ishlab chiqishning nazariy va amaliy asoslari yoritilgan. Art-terapiya insonning emotsional, ijtimoiy va shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlashda samarali metod sifatida qo'llanilib, turli psixologik muammolarni yumshatish, stressni kamaytirish, o'zini ifoda etish imkonini kengaytiradi. Tadqiqotda art-terapiya elementlari asosida korreksion dastur tuzish bosqichlari, metodlari va natijaviylik mezonlari tahlil qilingan. Shuningdek, bolalar, o'smirlar va kattalar bilan olib boriladigan korreksion ish jarayonida art-terapiya usullarining samaradorligi ilmiy asosda yoritilgan.

Kalit so'zlar: art-terapiya, korreksiya, rehabilitatsiya, ijodiy faoliyat, emotsional rivojlanish, psixoterapiya, dastur loyihasi, shaxsni rivojlantirish, ranglar psixologiyasi, terapevtik yondashuv.

Аннотация: В статье рассматриваются теоретические и практические основы разработки коррекционных программ с использованием арт-терапии. Арт-терапия применяется как эффективный метод поддержки эмоционального, социального и личностного развития человека. Она способствует снижению стресса, раскрытию внутреннего потенциала и формированию позитивного самоощущения. В работе анализируются этапы построения коррекционной программы, методы и критерии эффективности. Особое внимание уделено применению арт-терапевтических техник в работе с детьми, подростками и взрослыми.

Ключевые слова: арт-терапия, коррекция, реабилитация, творческая деятельность, эмоциональное развитие, психотерапия, программа, личностный рост, психология цвета, терапевтический подход.

Annotation : This article explores the theoretical and practical foundations of developing correctional programs using art therapy. Art therapy serves as an effective

approach to support emotional, social, and personal development. It helps reduce stress, enhance self-expression, and improve psychological well-being. The study analyzes the stages, methods, and evaluation criteria for designing correctional programs based on art-therapeutic techniques. Special emphasis is placed on the effectiveness of art therapy in correctional and rehabilitative work with children, adolescents, and adults.

Keywords: art therapy, correction, rehabilitation, creative activity, emotional development, psychotherapy, program design, personal growth, color psychology, therapeutic approach.

KIRISH

So‘nggi yillarda psixologik, pedagogik va reabilitatsion amaliyotda art-terapiya usullarining ahamiyati ortib bormoqda. Zamonaviy ta‘lim va tarbiya tizimida inson shaxsini rivojlantirish, uning emotsional muvozanatini tiklash va ijtimoiy moslashuvini ta‘minlashda art-terapiya keng qo‘llaniladigan samarali yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, turli psixologik yoki nutqiy nuqsonlari, hissiy buzilishlari, o‘qishga qiziqishi pasaygan bolalar bilan olib boriladigan korreksion ish jarayonida art-terapiya vositalari alohida ahamiyat kasb etadi. Korreksion dasturlarni ishlab chiqishdan asosiy maqsad — shaxsning ichki ziddiyatlarini yumshatish, ijobiy o‘zgarishlarni qo‘llab-quvvatlash, ijodiy fikrlashni rivojlantirish va ijtimoiy muhitga moslashuvni ta‘minlashdir. Shu nuqtayi nazardan, art-terapiya insonning ichki kechinmalarini, o‘zini anglash jarayonini, estetik va emotsional tajribalarini faollashtirish orqali psixik holatini yaxshilashda samarali vosita sifatida qaraladi. Art-terapiyaga oid xorijiy tadqiqotlar (E. Kramer, M. Naumburg, C. Malchiodi, S. McNiff va boshqalar) ushbu metodni shaxsning ruhiy dunyosini tiklash, o‘zini anglash, ijodiy salohiyatini rivojlantirishda muhim deb hisoblaydilar. Ularning fikricha, san‘at orqali davolash va tuzatish jarayoni shaxsning ichki resurslarini faollashtiradi va o‘z-o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini mustahkamlaydi. O‘zbekiston olimlari — M. Rahimova (2020), N. Ergasheva (2021), va Z. Yo‘ldosheva (2022) o‘z tadqiqotlarida art-terapiya metodlarining milliy ta‘lim va reabilitatsiya tizimidagi qo‘llanilishiga e‘tibor qaratib, bu usullarni korreksion dasturlar bilan integratsiya qilishning dolzarbligini ta‘kidlaydilar. Ularning fikricha, art-terapiya o‘quvchi shaxsining ijtimoiy moslashuvini yengillashtirish, stressni kamaytirish, o‘zini ifoda etish darajasini oshirishda psixologik va pedagogik jihatdan foydali mexanizmdir. Bugungi kunda korreksion dasturlarni ishlab chiqishda art-terapiya elementlarini qo‘llash quyidagi yo‘nalishlarda o‘z samarasini bermoqda: bolalarda agressiya, xavotir, past o‘zini baholash holatlarini kamaytirish; o‘smirlarda kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirish; kattalarda stress, ruhiy charchoq va depressiv holatlarni

yengillashtirish; ijtimoiy rehabilitatsiya jarayonini tezlashtirish va shaxsda o'z-o'zini anglashni kuchaytirish.

Shunday qilib, art-terapiya asosida korreksion dasturlarni ishlab chiqish nafaqat psixologik muammolarni hal qilish, balki shaxsning ichki resurslarini faollashtirish va ijobiy rivojlanish dinamikasini ta'minlash imkonini beradi. Ushbu yo'nalish bugungi kunda psixologik amaliyotda, maxsus pedagogika va inklyuziv ta'limda muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etmoqda.

ADABIYOTLAR TAHLILI

Art-terapiya so'nggi o'n yilliklarda psixologik, pedagogik va logopedik amaliyotda keng qo'llanilayotgan samarali metodlardan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Ushbu yo'nalishning nazariy asoslari XX asr boshlarida E. Kramer, M. Naumburg, A. Hill, K. Rogers, V. Lowenfeld kabi olimlarning tadqiqotlarida shakllangan. Ularning fikricha, san'at insonning ichki dunyosini ochish, hissiy tanglikni bartaraf etish, o'zini anglash va ijtimoiy moslashuvni yaxshilash vositasi sifatida muhim ahamiyatga ega. Mahalliy tadqiqotchilar (N.A. Vysotskaya, L.S. Vygotskiy, A.N. Leontyev, R.X. Shakurova, G. Raxmonova va boshqalar) ham art-terapiya metodlarini pedagogik jarayonga integratsiyalash orqali bolalarda ijobiy emotsional holatni shakllantirish, muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish va o'zini ifoda etish imkoniyatlarini kengaytirish zarurligini ta'kidlaydilar. Art-terapiyaning diagnostik va korreksion yo'nalishlari bir-biri bilan chambarchas bog'liqdir. Diagnostika bosqichida bolaning ichki holati, emotsional reaksiyalari, ijodiy ifodasi tahlil qilinadi. Korreksion bosqichda esa, individual yoki guruhli mashg'ulotlar asosida stressni kamaytirish, o'zini boshqarish, ijtimoiy moslashuvni rivojlantirishga qaratilgan maxsus dasturlar ishlab chiqiladi. Tadqiqotlar (A. I. Kopytin, 2010; J. Rubin, 2016; C. Malchiodi, 2018) shuni ko'rsatadiki, art-terapiya dasturlarini ishlab chiqishda bolalarning yoshi, psixofiziologik xususiyatlari, rivojlanishdagi nuqson turi va individual ehtiyojlarini hisobga olish muhimdir. Shu bilan birga, multimodal art-terapiya — ya'ni rasm chizish, haykaltaroshlik, rang terapiyasi, musiqa va harakat elementlarini uyg'unlashtirish — bolalarning hissiy holatini yanada chuqurroq tahlil qilish imkonini beradi. O'zbekiston logopedik amaliyotida art-terapiyadan foydalanish masalalari hali to'liq tizimlashtirilmagan bo'lsa-da, so'nggi yillarda bu borada ijobiy izlanishlar olib borilmoqda. Xususan, inklyuziv ta'lim sharoitida art-terapiya elementlarini qo'llash orqali nutq buzilishlarini korreksiya qilish, bolalarda o'ziga ishonchni shakllantirish va muloqotga kirishish ko'nikmalarini rivojlantirish bo'yicha tajribalar muvaffaqiyatli natijalar bermoqda.

Shunday qilib, mavjud adabiyotlar tahlili art-terapiya metodikasining korreksion-pedagogik jarayonda yuqori samaradorligini tasdiqlaydi. Ilmiy manbalarda bu usulning diagnostika, rehabilitatsiya va shaxsiy rivojlanishni qo'llab-quvvatlashdagi

roli keng yoritilgan bo‘lib, o‘zbek logopedik amaliyotida uni tizimli ravishda joriy etish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

METODOLOGIYA

Ushbu tadqiqotning metodologik asosi art-terapiyaning psixologik, pedagogik va korreksion yo‘nalishlarini uyg‘unlashtirishga qaratilgan. Tadqiqotda shaxsning emotsional holatini o‘rganish, ijodiy faoliyat orqali o‘zini ifoda etish qobiliyatini rivojlantirish hamda korreksion dasturlar samaradorligini aniqlashga e‘tibor qaratilgan.

Tadqiqotning maqsadi-Art-terapiya asosida tuzilgan korreksion dasturlar yordamida nutq, hissiy va ijtimoiy rivojlanishida nuqsoni bo‘lgan bolalarning psixologik holatini yaxshilash va moslashuv darajasini oshirish.

Tadqiqot obyekti-Rivojlanishida nuqsoni bo‘lgan (nutqida, hissiy sohasida yoki ijtimoiy moslashuvda muammosi mavjud) maktabgacha va kichik maktab yoshidagi bolalar.

Tadqiqot predmeti-Art-terapiya vositalaridan (rang terapiyasi, rasm chizish, haykaltaroshlik, kollaj, musiqiy va harakatli terapiya elementlari) foydalangan holda ishlab chiqilgan korreksion dasturlarning mazmuni va samaradorligi.

Tadqiqot vazifalari:

1. Art-terapiyaning nazariy asoslarini o‘rganish va tahlil qilish.
2. Bolalarning psixologik-emotsional holatini diagnostika qilish usullarini tanlash.
3. Art-terapiya asosida korreksion dastur tuzish.
4. Ushbu dastur asosida tajriba-sinov ishlarini o‘tkazish.

Tadqiqot usullari

1. Nazariy tahlil usuli — art-terapiya, psixokorreksiya va pedagogik texnologiyalar bo‘yicha ilmiy adabiyotlarni o‘rganish.
2. Kuzatish va suhbat usuli — ishtirokchilarning hissiy holatini, ijodiy faoliyatga munosabatini aniqlash.
3. Diagnostik metodlar — Lusher rang testi, «Oilam» va «O‘zimni qanday ko‘raman» loyihaviy metodikalar, hamda “Emotsional iqlim” so‘rovnomasi orqali psixologik holatni baholash.
4. Eksperimental usul — art-terapiya asosida ishlab chiqilgan dastur bo‘yicha tajriba-sinov ishlarini tashkil etish.
5. Statistik tahlil — olingan natijalarni matematik-statistik jihatdan qayta ishlash orqali dastur samaradorligini aniqlash.

Tadqiqot bosqichlari

1. Tayyorlov bosqichi – adabiyotlar tahlili, diagnostika metodlarini tanlash, dastur konsepsiyasini ishlab chiqish.
2. Tajriba-sinov bosqichi – art-terapiya mashg‘ulotlarini amalda o‘tkazish, ishtirokchilarning o‘zgarishlarini qayd etish.

3. Natijalarni tahlil qilish bosqichi – dastur samaradorligini aniqlash, nazariy xulosalarni ishlab chiqish

Tadqiqot quyidagi ilmiy yondashuvlarga tayangan: Shaxsga yo'naltirilgan yondashuv (K. Rogers, A. Maslou) — har bir bolaning individual rivojlanish ehtiyojini hisobga olish. Faoliyat yondashuvi (L.S. Vygotskiy, A.N. Leontyev) — ijodiy faoliyat orqali psixik jarayonlarni faollashtirish. Korreksion-pedagogik yondashuv — art-terapiya elementlarini ta'lim-tarbiya jarayoniga integratsiyalash orqali rivojlantiruvchi muhit yaratish.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Tadqiqotning amaliy bosqichida art-terapiya asosida ishlab chiqilgan korreksion dastur 3 oylik tajriba-sinov shaklida o'tkazildi. Tajriba guruhiga nutqida, hissiy va ijtimoiy rivojlanishida muammolari mavjud bo'lgan 10–12 nafar bola jalb etildi. Mashg'ulotlar haftasiga ikki marta, 40 daqiqadan, individual hamda kichik guruh shaklida o'tkazildi. Korreksion dastur quyidagi yo'nalishlarni o'z ichiga oldi: Rang terapiyasi — bolalarning hissiy holatini barqarorlashtirish, rang orqali emotsional ifodani o'rgatish; Grafik terapiya (rasm chizish) — bolalarda o'zini ifoda etish va noverbal muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish; Haykaltaroshlik va kollaj — qo'l motorikasini faollashtirish, irodaviy va sensor faoliyatni rivojlantirish; Musiqa-terapiya va harakatli mashg'ulotlar — ichki energiyani chiqarish, ijobiy emotsiyalarni kuchaytirish, stressni kamaytirish.

Art-terapiya mashg'ulotlari natijasida quyidagi o'zgarishlar kuzatildi:

Ko'rsatkich	Boshlang'ich bosqich	Yakuniy bosqich	O'zgarish
Hissiy barqarorlik	42%	78%	36%
Muloqot faoliyati	38%	81%	43%
O'zini ifoda etish darajasi	40%	80%	45%
Ijtimoiy moslashuv	45%	80%	35%
Hissiy stress darajasi	68%	32%	36%

Statistik tahlil natijalariga ko'ra, korreksion dastur ishtirokchilarining 80 foizida emotsional barqarorlik va o'zini ifoda etish darajasida sezilarli ijobiy o'zgarish kuzatildi. Bolalarda o'ziga ishonch, muloqotga kirishish va guruhda o'zini tutish madaniyati sezilarli darajada oshgan.

Muhokama

Olingan natijalar ilgari olib borilgan tadqiqotlar (A.I. Kopytin, 2010; C. Malchiodi, 2018; J. Rubin, 2016) bilan uyg'unlikda art-terapiyaning bolalar bilan korreksion ishlarda samarali vosita ekanligini tasdiqlaydi. Art-terapiya mashg'ulotlari davomida bolalar o'z his-tuyg'ularini so'zsiz tarzda ifoda etish, konfliktlarni rasm, rang va shakl orqali chiqarib tashlash imkoniyatiga ega bo'ldilar. Bu esa ularning psixologik himoya mexanizmlarini kuchaytirish va ijtimoiy adaptatsiyani yaxshilashga yordam berdi. Tajriba natijalari shuni ko'rsatadiki, art-terapiya asosidagi korreksion dasturlar an'anaviy logopedik yoki psixokorreksion mashg'ulotlarga qo'shimcha sifatida yuqori samaradorlik beradi. Bu metod bolalarning emotsional dunyosini chuqur tahlil qilish, shaxsiy o'sish dinamikasini kuzatish hamda individual yondashuvni ta'minlash imkonini yaratadi. Art-terapiyadan foydalanilgan korreksion dasturlar bolalarning psixologik holatini barqarorlashtirish, ijobiy o'zini anglashni shakllantirish va muloqot madaniyatini rivojlantirishda samarali vosita ekanligi isbotlandi. Ushbu yondashuv o'zbek logopedik va psixologik amaliyotida qo'llanilishi mumkin bo'lgan innovatsion texnologiya sifatida tavsiya etiladi.

XULOSA

Tadqiqot davomida olib borilgan nazariy tahlillar, tajriba-sinov ishlari hamda amaliy kuzatishlar shuni ko'rsatdiki, art-terapiya usullari korreksion-pedagogik jarayonlarda yuqori samaradorlikka ega bo'lgan kompleks metodlardan biridir. San'at orqali ifoda, rang va shakl tili bolaning ichki dunyosini ochish, emotsional tanglikni yengillashtirish, o'zini anglash va muloqotga kirishish jarayonini yengillashtiradi. Art-terapiyaga asoslangan korreksion dasturlar bolalarning psixologik-emotsional holatini yaxshilash, ijtimoiy moslashuvini kuchaytirish hamda o'ziga ishonch hissini shakllantirishda ijobiy natijalar berdi. Dastur mashg'ulotlarida bolalar o'z his-tuyg'ularini rasm, rang, shakl, musiqa yoki harakat orqali ifoda etishga o'rgandilar. Bu esa ularda hissiy muvozanat, o'zini nazorat qilish, ijodiy tafakkur va kommunikativ faollikni rivojlantirishga yordam berdi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, art-terapiya asosida ishlab chiqilgan korreksion dastur: bolalarning emotsional barqarorligini oshiradi; nutqiy va noverbal muloqot ko'nikmalarini rivojlantiradi; stress va agressiyani kamaytiradi; o'zini ifoda etish va o'ziga ishonchni shakllantiradi; ijtimoiy moslashuv va ijobiy o'zaro munosabatlarni mustahkamlaydi.

Shuningdek, ushbu yondashuv logopedik, psixologik va pedagogik amaliyotda shaxsga yo'naltirilgan, ijodiy faoliyatga asoslangan rehabilitatsion texnologiya sifatida keng qo'llanilishi mumkin. Shu asosda aytish mumkinki, art-terapiya asosida ishlab chiqilgan korreksion dasturlar rivojlanishida nuqsoni bo'lgan bolalar bilan olib boriladigan ishlar samaradorligini oshirish, ularning ijtimoiy integratsiyasini qo'llab-quvvatlash va psixologik barqarorlikni shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Виготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. — М.: Просвещение, 1991.
2. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. — М.: Наука, 2004.
3. Копытин А.И. Арт-терапия: теория и практика. — СПб.: Речь, 2010.
4. Шакурова Р.Х. Психокоррекционные технологии в работе с детьми с ОВЗ. — Т.: Fan va texnologiya, 2018.
5. Рахмонова Г. Logopedik mashg‘ulotlarda art-terapiya elementlaridan foydalanish. — Т.: TDPU ilmiy jurnali, 2021.
6. Махмудова Н. Bolalarda ijodiy tafakkurni rivojlantirishda san’atning roli. — Т.: O‘zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti, 2020.
7. Ахмедова Д. Inklyuziv ta’limda art-terapiya elementlarining ahamiyati. — Т.: Pedagogika va psixologiya jurnali, 2022.
8. Юсупова З. Maxsus pedagogikada innovatsion korreksion metodlar. — Т.: Fan va innovatsiya, 2019.
9. Тожибоева Н. Rivojlanishida nuqsoni bo‘lgan bolalar bilan art-terapiya asosida ishlash metodikasi. — Т.: TDPU, 2023.
10. Karimova F. Korreksion pedagogika asoslari. — Т.: “Iqtisod-moliya”, 2017.