

**PECULIAR FEATURES OF DEVELOPING IMAGINATION AND CREATIVITY THROUGH ART THERAPY IN PRIMARY SCHOOL-AGED CHILDREN****Muhinova Rushana Jasurovna**Master's Degree Student in Psychology, 2nd Year  
Bukhara International University<https://doi.org/10.5281/zenodo.20107228>

**Abstract:** This article scientifically and theoretically analyzes the specific characteristics of art-therapeutic work conducted with primary school-aged children (7–10 years old). The article examines the role of art therapy in child psychology and its impact on cognitive, emotional, and social development. As a result of the study, the adaptability of art therapy methods for primary school age, the possibilities of integrating them into the educational process, and the features of their practical implementation were identified. The obtained conclusions are of practical significance for specialists working in the fields of child psychology and pedagogical psychology.

**Keywords:** art therapy, primary school age, psychological development, emotional intelligence, creative activity, psychodiagnostics, social adaptation.

**KICHIK MAKTAB YOSHI O'QUVCHILARDA ART TERAPIYA ORQALI TASAVVUR VA IJODKORLIKNI RIVOJLANTIRISHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI****Muhinova Rushana Jasurovna**Buxoro Xalqaro Universiteti  
Psixologiya 2-kurs magistranti

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada kichik maktab yoshidagi o'quvchilar (7–10 yosh) bilan olib boriladigan art terapevtik ishning o'ziga xos xususiyatlari ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilingan. Maqolada art terapiyaning bolalar psixologiyasidagi o'rni, uning kognitiv, emotsional va ijtimoiy rivojlanishga ta'siri ko'rib chiqilgan. Tadqiqot natijasida art terapiya metodlarining kichik maktab yoshi uchun moslashuvchanlik darajasi, o'quv jarayoniga integratsiyalash imkoniyatlari va amaliy tatbiq etish xususiyatlari aniqlangan. Olingan xulosalar bolalar psixologiyasi va pedagogik psixologiya sohasida faoliyat yurituvchi mutaxassislar uchun amaliy ahamiyat kasb etadi.

**Kalit so'zlar:** art terapiya, kichik maktab yoshi, psixologik rivojlanish, emotsional intellekt, ijodiy faoliyat, psixodiagnostika, ijtimoiy adaptatsiya.

**KIRISH**

Hozirgi kunda zamonaviy ta'lim tizimida bolalarning yaxlit rivojlanishini ta'minlash muhim vazifa sifatida ko'rilmogda. Kichik maktab yoshi — bu shaxs shakllanishining eng nozik va mas'uliyatli bosqichi bo'lib, mazkur davrda bolaning psixologik salomatligi, emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuvchanligi uchun mustahkam poydevor quriladi. Shu bois, ushbu yoshdagi bolalar bilan ishlashda faqat an'anaviy o'qitish uslublari bilan cheklanib qolmasdan, psixologik-pedagogik yordamning yangi shakllarini joriy etish zarurati tobora ortib bormogda.

Art terapiya — ijodiy faoliyat orqali amalga oshiriladigan psixoterapevtik yondashuv bo'lib, u rassomlik, haykaltaroshlik, rangtasvir, kollaj, musiqa va harakat kabi turli san'at shakllaridan foydalanadi. Bu usul bolalarga o'zlarini og'zaki tarzda ifoda eta olmaslik muammosini bartaraf etishga, ichki kechinmalarni xavfsiz muhitda ifodalashga va psixologik to'siqlarni engib o'tishga yordam beradi. So'nggi yillarda art-terapiya turli xil psixologik muammolarni hal qilishning ajoyib usuliga aylandi. "Art healing" samarali va foydalidir, shuning uchun u yoshidan qat'i nazar, bemorlar bilan ishlashda keng qo'llaniladi. Albatta, har qanday ma'lumot ko'pshilik uchun qiziqarli. Masalan, bunday tuzatish usullari qanday ko'rinishga ega, uning turlari qanday. Art-terapiyada deyarli hech qandaysheklovlar va kontrendikatsiyalar yo'q, ammo bu sizga haqiqatan ham yaxshi natijalarga erishishga imkon beradi. Ko'pincha ota-onalar bunday ish usullariga qiziqishadi, chunki ular har qanday yoshdagi bolalar uchun qo'llaniladi. Bundan tashqari, mijozning o'zi (qaysi bo'lishidan qat'iy nazar yosh guruhi u murojaat qiladi) sessiyalar o'yin va o'yin-kulgi shaklida taqdim etiladi, bu esa unga to'liq oshilish imkonini beradi. Xo'sh, bolalar va kattalar uchun art-terapiyaning asosiy turlari qanday ko'rinishga ega? Darslar qanday o'tkaziladi? Tuzatish uchun qanday materiallardan foydalanish mumkin? Art-terapiyaning maqsadlari qanday? Qanday natijalarni kutish mumkin? Ko'pshilik bu savollarga javoblarni qiziqtiradi.

Art terapiya nima? Zamonaviy psixologiya Art-terapiya haqida tez-tez tilga olinadi. Ushbu texnikaning turlari va texnikasi xilma-xil bo'lib, bu tajribalar uchun katta maydonni ta'minlaydi. To'liq ma'noda, bu atama san'atni davolashni anglatadi. Darhaqiqat, mashg'ulotlar davomida bemorlar o'zlarining his-tuyg'ularini va his-tuyg'ularini ifoda etish, o'zlarining shaxsiy xususiyatlarini o'rganish, turli xil san'at turlari, jumladan, chizish, raqs, yozish, haykaltaroshlik va boshqalarni qo'llash imkoniyatiga ega.

Psixologiyada eng mashhur art-terapiya turlarini ko'rib shiqishdan oldin, ushbu tuzatish texnikasining yaratilish va rivojlanish tarixiga e'tibor qaratish lozim.

Badiiy ishlov berish sxemasi dastlab bunday nazariyalarda taqdim etilgan mashhur shaxslar, Z. Freyd, K. Jung, A. Maslou kabi [89;72;102]. Ammo amalda gipotetik modellar faqat XX asrning 30-yillarida qo'llanila boshlandi. Shunga o'xshash tuzatish usuli urush tugaganidan keyin Germaniyadan AQShga kelgan bolalarni davolashda qo'llanila boshlandi. O'sha paytda art terapiya stressni yyengish va fashistlar lagerlarida olingan jarohatlarni yengishning deyarli yagona usuli edi.

Birinchi tajribalar berdi ijobiy natija shuning uchun "badiiy shifo" tobora ommalashib bordi. Bugungi kunda art-terapiyaning deyarli barcha turlari psixoterapiyada keng qo'llaniladi. Ushbu uslub insonga ko'plab muammolarni tuchunish va hal qilish, uning shaxsiyatining yangi qirralarini oshish imkonini beradi.

Art-terapiya psixoterapiyaning zamonaviy yo'nalishlaridan biri bo'lib, rus tiliga tarjima qilinganida "art-davolash" ma'nosini anglatadi. Ushbu atama Birinchi marta 1938 yilda Adrian Xill tomonidan ishlatilgan va tez orada keng tarqaldi.

Ko'pincha, art terapiya san'atning vizual doirasi, ya'ni ko'z bilan ko'riladigan narsa deb tuchuniladi. Ushbu texnikaning samaradorligi shundaki, u hissiyotlar bilan tajriba o'tkazishga, ularni ramziy darajada o'rganishga va ifoda etishga imkon beradi. Art terapiya - bu sizning ongsizligingizga sayohat. Tushlar singari, u odamga qalbining yashirin burshaklarida yashiringan narsalarni oshib beradi.

Art terapiya jarayonida odamning o'z travmatik tajribasi, tajribasi va kasalliklariga munosabati o'zgaradi. Ushbu psixologiya metodidan foydalanish nimada?

Art terapiya usullari quyidagilarga yordam beradi:

O'z-o'zini tasvirlash va ijobiy o'z-o'zini anglashni shakllantirish;

O'z his-tuyg'ularingizni va his-tuyg'ularingizni o'rganish va ifoda etish;

Muloqot qobiliyatlarini rivojlantirish;

Oila a'zolarini hissiy jihatdan yaqinlashtirish;

Oilada va ishda psixo-emotsional stressdan xalos bo'lish;

Ijodiy faoliyatning har xil turlari uchun qobiliyatlarni rivojlantirish;

Ichki potentsialingizni oshib berish.

Bugungi kunda artterapiyaning eng keng tarqalgan turlari quyidagilar:

Art terapiya (Art terapiya) yoki izoterapiya.

Musiqiy terapiya (musiqiy terapiya).

Raqs terapiyasi.

Dramaterapiya.

Ertak terapiyasi.

Biblioterapiya (ijodiy yozuv).

Izoterapiya va ertak terapiyasi kabi mashhur sohalar haqida batafsilroq to'xtalamiz.

Izoterapiya... Ushbu sohada, yuqorida ta'kidlab o'tilganidek, tasviriy san'at - rasmning barcha turlari, mozaikalar, kollajlar, bo'yanish, bodibilding, niqoblar, modellashtirishning barcha turlari, qo'g'irchoqlar, fotosuratlar va boshqa ko'plab narsalar mavjud. Bu juda ko'p sonli texnik, texnik va texnikaga ega bo'lgan eng rivojlangan yo'nalish. Aynan chizilgan rasmdan boshlab psixoterapevtik yo'nalish sifatida artterapiya tarixi boshlandi. Izoterapiyaning afzalliklari - kontrendikatsiyalarning yo'qligi, nisbatan qulay foydalanish, materiallarning boyligi, boshqa har qanday psixoterapiya sohalar bilan birgalikda foydalanish qobiliyati.

Ko'p odamlar rasm chizishdan qo'rqishadi, shuning uchun psixolog mashg'ulotlarida ko'pincha quyidagi so'zlarni eshitadilar: "Men chizolmayman!"

Bu ko'pincha maktabdan boshlab o'z faoliyatimizni doimiy ravishda baholashga odatlanib qolganligimiz bilan bog'liq. Lekin men xursand bo'lishga shoshildim - hesh kim sizning ishingizga baho bermaydi. Art-terapiya sizning his-tuyg'ularingizni ifoda etish, o'zingiz haqida rasm chizish orqali aytib berish uchun kerak. Va buning uchun qo'lingizda sho'tkani qanday tutishni o'rganish kifoya. Men hatto chizish qobiliyati jarayonga xalaqit berishi mumkin, deyman, chunki tasvirning to'g'ri texnik bajarilishi haqiqiy his-tuyg'ularni yashirishi mumkin. Shuning uchun, jur'at eting - siz nafaqat terapevt mashg'ulotlarida, balki uyda ham, yurak qiyin bo'lganda yoki aksinsha, rasm chizishingiz mumkin, va his-tuyg'ularingizni ifoda etadigan odam yo'q. Faqat bo'yoqlar bilan bo'yash kerakligini eslash muhimdir. Bo'yoq bilan rasm chizish qalamga qaraganda qiyinroq, chunki chizish jarayonini boshqarish ancha qiyin, demak, hissiyotlar yaxshiroq ishlangan.

Boshqa yo'nalish, ertak terapiyasi Uning yoshidan qat'i nazar, Ichki bolani tarbiyalash, inson qalbini rivojlantirish jarayoni. Ertak yordamida siz nafaqat qalbingizda sodir bo'layotgan narsalarni ko'rish va tuchunish, balki ertakning oxirini ham o'zgartirishingiz, uni yanada baxtli qilishingiz va shu bilan hayotingizni o'zgartirishingiz mumkin.

Odatda, ertak terapiyasining quyidagi turlari ajratiladi: tanlangan yoki tuzilgan ertakni tahlil qilish va talqin qilish, ertak arxetipidan foydalanish, ertaklar (biblioterapiya), meditatsion ertaklar, sahnada ertak o'ynash, ertak chizish, ertak sayohati, qo'g'irchoqlar.

Ertak terapiyasida turli janrlar qo'llaniladi: masallar, ertaklar, afsonalar, dostonlar, dostonlar, afsonalar, ertaklar va latifalarning o'zi. Shuningdek, zamonaviy janrlardan foydalaniladi: detektiv hikoyalar, romantik romanlar va fantaziya. Har bir inson o'z qiziqishiga mos janrni tanlaydi.

Art terapiya yakka tartibda ham, guruhda ham yaxshi ishlaydi. Ushbu usul ko'pincha homilador ayollar bilan ishlashda qo'llaniladi, chunki hissiyotlarning bevosita namoyon bo'lishi kelajakdagi onaga zarar etkazishi mumkin, o'z bolaligi bilan ishlashda, qashonki bolalik jarohatlari xotiradan o'shiriladi va faqatgina rasm chizish ularni eslab qolishga yordam beradi va hissiy stressni engillashtirish zarur bo'lganda travmalarga bo'lgan munosabatni o'zgartiradi. Bolalar va kattalar bilan ishlashda qo'rquvni tasvirlash qog'ozga o'tkazilganda qo'rquvni chizish texnikasi qo'llaniladi, so'ngra bu qo'rquvni chizgan kishi xohlagan narsani rasm bilan bajaradi.

O'zingiz uchun har qanday artterapiya turini tanlaysiz, siz bolalikka, insonning eng zukko holatiga sayohat qilasiz. Ya'ni, siz har doim eng qiyin vaziyatdan shiqish yo'lini topishingiz va hayot deb nomlangan notinsh daryoda yo'l topishingiz mumkin bo'lgan holatda.

Agar sizga ushbu ish uslubi yoqsa, har doim ushbu yo'nalishda ishlaydigan psixologni tanlashingiz mumkin.

Terapiyaning asosiy maqsadlari:

Deyarli har bir psixolog bemorni davolashning ma'lum bir bosqishida art-terapiya kabi usulga murojaat qilish zarurligini his qiladi. Ushbu texnikaning turlari va usullari davolash rejimini sezilarli darajada diversifikatsiya qilishi, bemorning farovonligini yaxshilash va shuqur nizolarni hal qilishga yordam beradi. Ushbu tuzatish sxemalaridan foydalanib, shifokor bir nechta maqsadlarni ko'zlaydi.

San'at darslari odamni tashqariga shiqarishga imkon beradi salbiy his-tuyg'ular, shu jumladan tajovuzkorlik va ijtimoiy jihatdan maqbul shaklda [45]. Misol uchun, haykallar yoki chizmalar ustida ishlash kushlanishni bo'shatish va almashtirish imkonini beradi.

San'at og'zaki bo'lmagan muloqot qilish imkonini beradi. Ba'zan odam uchun Ichki ziddiyatlarni vizual tasvirlar yordamida, so'zlarni ishlatmasdan, nima sodir bo'layotganini to'g'ri tavsiflashga harakat qilmasdan anglash va ifodalash ancha osonlashadi.

San'at ob'ektini yaratish jarayonini o'z ishiga olgan psixologiyadagi art-terapiya turlari shifokorga ko'plab qiziqarli materiallarni olish imkoniyatini beradi, keyinshalik ularni sharhlash va tashxislash uchun ishlatilishi mumkin[100].

Qo'shma san'at mashg'ulotlari bemor va uning terapevti o'rtasida tezda aloqa o'rnatish, kerakli ishonsh darajasiga erishish, sharmandalikni yengish va mashg'ulotlar uchun qulay sharoitlarni yaratishga imkon beradi.

Art-terapiya inson bostirishga odatlangan his-tuyg'ulari va fikrlarini yaxshi ishlab shiqishga imkon beradi. Ba'zida bu bemorning his-tuyg'ularini ifodalashning yagona yo'li.

San'at darslari o'z-o'zini nazorat qilish va o'zini o'zi boshqarish tuyg'usini rivojlantirishga yordam beradi.

Texnika, shuningdek, diqqatni his-tuyg'ularga qaratish va yangi tajriba orttirish imkonini beradi. Masalan, haykaltaroshlik haqida gap ketganda, bemor shakllar bilan tajriba o'tkazish, teksturani his qilish va h.k.

Va, albatta, san'at terapiyasining barcha turlari o'z-o'zini hurmat qilishni oshirishga yordam berishini unutmang. Bunday mashg'ulotlarga tashrif buyurgan odamlar ishni tugatgandan so'ng (masalan, rasm yoki haykaltaroshlikni tugatgandan keyin) qoniqish his qiladilar. Bundan tashqari, san'at darslari ko'pincha odamga o'zida hatto shubha qilmagan yangi badiiy qobiliyatlarni kashf etishga yordam beradi.

Aytgancha, afzalligi shundaki, maktabgacha yoshdagi bolalar va kichik yoshdagi bolalar uchun badiiy terapiyaning deyarli barcha turlari maktab yoshi katta imkoniyatlar oshadi. Kurs oxirida sobiq bemorlar ijod qilishda davom etishi mumkin, kim biladi deysiz, balki kelajakda qandaydir faoliyat ularning kasbiga aylanib qolar. Kattalar uchun ham xuddi shunday terapiya turlari mavjud.

Ushbu texnika universal deb hisoblanadi. U mustaqil ravishda ishlatilishi mumkin, lekin ko'pincha san'at darslari muntazam maslahatlashuvlar bilan birlashtiriladi, bu erda shifokor bemordan ko'proq ma'lumot olishi, maslahat berishi va hokazo. Ko'pincha guruh mashg'ulotlari o'tkaziladi, unda bir vaqtning o'zida bir nechta bemorlar ijodkorlik bilan shug'ullanadi. Bu ularning aloqa va yordamga bo'lgan ehtiyojlarini qondirishga imkon beradi.

Olib borilgan tadqiqot kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda art terapiya orqali rivojlantirishning o'ziga xos xususiyatlarini aniqlab berdi. Art terapiya ushbu yoshdagi bolalar uchun quyidagi sabablarga ko'ra alohida ahamiyatga ega:

- Bolalar o'zlarini og'zaki tarzda to'liq ifodalay olmaydi, shuningdek art terapiya bu kamchilikni bartaraf etadi;
- Ijodiy faoliyat bolada tabiiy va o'yinga mos keluvchi muhit yaratadi;
- Emotsional, kognitiv va ijtimoiy rivojlanish bir vaqtning o'zida uyg'unlashadi;
- Art terapiya metadiagnostik vosita sifatida ham qo'llanilishi mumkin.

Kichik maktab yoshidagi bolalar bilan art terapevtik ish olib borishda mutaxassislar quyidagilarga rioya qilishi tavsiya etiladi: rivojlanish xususiyatlariga mos materiallar tanlash, seanslarni o'yin elementi bilan boyitish, ota-onalar va o'qituvchilar bilan hamkorlikni yo'lga qo'yish va har bir bolaning individual sur'atini hisobga olish. Kelgusida art terapiyaning O'zbekiston kontekstida, milliy madaniyat va qadriyatlarini inobatga olgan holda yanada kengroq tadqiq etilishi, mutaxassis kadrlar tayyorlash tizimiga kiritilishi va maktab psixologiyasi amaliyotiga tizimli joriy etilishi zarur deb hisoblaymiz.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Vigotskiy L.S. (1984). Bolalik psixologiyasi. Tanlangan asarlar. T. 4. — Moskva: Pedagogika.
2. Kopytyn A.I. (2010). Art terapiyaning nazariy va amaliy asoslari. — Sankt-Peterburg: Rech'.
3. Malchiodi C.A. (2011). Handbook of Art Therapy. 2nd ed. — New York: Guilford Press.
4. Eisner E.W. (2002). The Arts and the Creation of Mind. — New Haven: Yale University Press.
5. Winner E., Hetland L. (2007). Art for our sake. School arts classes matter more than ever – but not for the reasons you think. Boston Globe.
6. Slayton S.C., D'Archer J., Kaplan F. (2010). Outcome Studies on the Efficacy of Art Therapy: A Review of Findings. *Art Therapy*, 27(3), 108–118.
7. Gilroy A. (2006). Art Therapy, Research and Evidence-based Practice. — London: Sage Publications.
8. Karimov I.A. (1997). Barkamol avlod — O'zbekiston taraqqiyotining poydevori. — Toshkent: O'zbekiston.
9. Hasanboyev J., Tog'ayev O. (2014). Pedagogika. — Toshkent: Fan va texnologiya.
10. Nishonova Z.T. (2019). Maktab psixologiyasi. — Toshkent: TDPU nashriyoti.
11. Case C., Dalley T. (2014). The Handbook of Art Therapy. 3rd ed. — London: Routledge.
12. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni (2020). — Toshkent: O'zbekiston.