



UDK:37.013(005.32)

Aziza KHAYITOVA,
Teacher of the Interlanguage department of Foreign philology faculty
National University of Uzbekistan named after Mirzo Ulugbek
E-mail:azizarakhimovna@gmail.com
f.f.d.professor Shirinova R. H.

Toshkent Tibbiyot Akademiyasi Psixologiya, pedagogika, tillar kafedrasida kata o'qituvchisi Tashxodjayeva P.B

ART THERAPY IN EDUCATIONAL SYSTEM

Annotation

Art therapy is a form of expressive therapy that uses the creative process of making art to improve a person's physical, mental, and emotional well-being. In art therapy, individuals are encouraged to explore and express their thoughts, feelings, and emotions through various art forms such as painting, drawing, sculpture, and other creative activities. Art therapy can be a powerful tool in teaching English as a second language, offering a creative and engaging approach to language learning. It can help students express themselves in a non-verbal way, which can be particularly beneficial for those who may struggle with traditional language learning methods.

Key words: art therapy, expressive therapy, critical thinking, creativity, motivation.

АРТ-ТЕРАПИЯ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация

Арт-терапия - это форма экспрессивной терапии, которая использует творческий процесс создания произведений искусства для улучшения физического, психического и эмоционального благополучия человека. В арт-терапии людям предлагается исследовать и выражать свои мысли, чувства и эмоции с помощью различных видов искусства, таких как живопись, черчение, скульптура и другие творческие виды деятельности. Арт-терапия может стать мощным инструментом в преподавании английского как второго языка, предлагая творческий и увлекательный подход к изучению языка. Она может помочь учащимся выразить себя невербальным способом, что может быть особенно полезно для тех, кто может испытывать трудности с традиционными методами изучения языка.

Ключевые слова: арт-терапия, экспрессивная терапия, критическое мышление, креативность, мотивация.

ART TERAPIYA TA'LIM TIZIMIDA

Annotatsiya

Art-terapiya-bu insonning jismoniy, aqliy va hissiy farovonligini oshirish uchun badiiy ijod qilishning ijodiy jarayonidan foydalanadigan ekspressiv terapiya shakli. Art-terapiyada odamlar rasm, chizmachilik, haykaltaroshlik va boshqa ijodiy faoliyat kabi turli xil san'at turlari orqali o'z fikrlari, his-tuyg'ulari va his-tuyg'ularini o'rganish va ifoda etishga da'vat etiladi. Art-terapiya ingliz tilini ikkinchi til sifatida o'qitishda kuchli vosita bo'lib, tilni o'rganishga ijodiy va qiziqarli yondashuvni taklif qiladi. Bu o'quvchilarga o'zlarini og'zaki bo'lmagan tarzda ifoda etishga yordam beradi, bu ayniqsa an'anaviy til o'rganish usullari bilan kurashayotgan har bir kishi uchun foydali bo'lishi mumkin.

Kalit so'zlar: art terapiya, ekspressiv terapiya, tanqidiy fikrlash, kreativlik, motivatsiya.

Kirish. Art terapiya inglizcha so'zdan olingan bo'lib "Art"- san'at "Therapy"- davolash degan ma'noni anglatadi. Bu san'at va ijodkorlikdan foydalanishga asoslangan psixoterapiya hamda psixologik korreksiyaning bir yo'nalishi hisoblanadi. Art terapiyaning asosiy maqsadi insonning o'z ichki holatini namoyon qila olishi, o'zini bilish qobiliyatini rivojlantirish o'z navbatida shu orqali insonning ruhiy holatini uyg'unlashtirishdan iboratdir.

Asosiy qism. Hozirgi jadal rivojlanish davrida shaxs kamoloti g'oyalari tubdan o'zgarib ketdi. Zamonaviy inson jamiyatda o'z taqdirini o'zi belgilashiga, yangi paydo bo'lgan ijtimoiy munosabatlarda boshqa ma'nolarni izlashga majbur bo'layotganiga amin bo'lmoqdamiz. Shaxsning shakllanishi, uning ijodiy salohiyatining rivojlanishi, shaxsning o'zini o'zi anglashi ko'plab omillar sabablidir. Ular orasida hissiy farovonlik muhim o'rin tutadi.

Hozirgi davrda yoshlar ta'lim - tarbiyasi sohasida ijod mahsullaridagi badiiy obrazlarning inson ruhiyatiga ta'sirini o'rganish muhim vazifa hisoblanadi. Shu sababli ulg'ayib kelayotgan avlod vakillarini badiiy- ijodiy faoliyat (vizual, musiqa, teatr, o'yin) orqali rivojlantirish hamda tarbiyalash

tizimida badiiy pedagogika (art pedagogika) singari yangi yo'nalishga qiziqish kun sari ortib bormoqda.

Art pedagogikaning o'ziga xos xususiyati shundan iboratki, u rivojlanuvchi va tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'lgan badiiy hamda badiiy ijodiy faoliyat vositalari bilan birga ishlaydi, garchi, u badiiy ta'lim, tarbiyaning o'rnini bosmasa ham, ammo ularni to'ldirib boradi hamda rivojlanish, anglash, tasavvur qilish, xissiyotlarini namoyon eta olish, o'qitish, tarbiya jarayonida yangicha, o'ziga xos yo'nalishni shakllantirib boradi. Art terapiyaning tarbiyaviy ahamiyati haqida R. Silver (1978) [1] quyidagilarni bayon etgan: "Art terapiyaning tarbiyaviy ahamiyati juda yuqori chunki u kognitiv va aqliy qobiliyatlarni rivojlantirishda muhim vosita hisoblanadi".

Shu o'rinda o'rinli savol tug'iladi, art terapiya dunyo olimlari tomondan endigina o'ylab topilgan metodmi? Yo'q, ijod erkinligi va shu orqali shaxs rivojiga hissa qo'shish haqidagi fikrlar qadim dunyo faylasuflari tomondan ham olg'a surilgan. Xususan buyuk faylasuf Aristotel ijodkorlik va fikrlash o'zaro chambarchas bog'liq ekanligini e'tirof etgan bo'lsa, Shopenhauer har bir shaxsda biror yo'nalishda qobiliyat mavjud bo'lib, o'sha qobiliyatini yuzaga chiqarish

uchun albatta shaxsni ijod erkinligi bilan ta'minlash kerakligini isbotlab bergan. (Kolodyajnyaya T.V., 2005) [2]

Shundan ko'rinib turibdiki, art terapiya ildizi uzoq o'tmishga borib taqaladi. Binobarin, bu shaxsga, shaxsiyatga mo'ljallangan metod. Yana shuni aytib o'tish joizki, art terapiya bosh miyaning o'ng yarimsharini rivojlantirishga hissa qo'shadi, bu esa o'z navbatida ijodkorona fikrlashga zamin bo'ladi (Virshup, E. 1978) [3].

Art terapiya chet tillarni o'qitishda bir qancha ikoniyatlarni tuhfa etishi mumkin. Jumladan:

- **Rivojlantirish imkoniyati**, ya'ni xar bir shaxsga individual yondashilganligi hisobidan undagi bor ijodkorlik qobiliyatini yuzaga olib chiqish, qolaversa, shu salohiyatini rivojlantirishga, kreativ fikrlashga, tanqidiy fikrlashga, o'zini, o'zligini anglab etishga, muhim qarorlarni mustaqil qabul qilishda, hayotda faol bo'lishiga yordam beradi.

- **Tarbiyaviy imkoniyat**, ya'ni bunda jamoada o'zini qanday tutishi, ijtimoiyaswy me'yor qoidalariga amal qilishi, etika estetika qonun qoidalariga amal qilishni, jamoadoshlar bilan hamkorlik qilish, o'z-o'zini nazorat qila olishi, jamoada teng huquqlilikka asoslangan demokratik muhitni yaratishi, atrofdagi insonlar va narsa buyumlarga nisbatan g'amxo'r munosabatda bo'lishni, shuningdek, atrofdagi insonlar bilan muloqotga kirishishni o'rgatadi.

- **Diagnostik imkoniyatlar**, ya'ni bunda pedagoglar talabalarining individual va shaxsiy imkoniyatlarini hisobga olib, har bir talabaga qay yo'l orqali muloqot qilish kerakligi aniqlashga, va bu orqali u yoki bu talabani yaxshiroq tushunishga, uning ichki olami haqida tasavvurga ega bo'lishga, ma'lum bir jamoada yoki bo'lmasa oilaviy xayotida ro'y bergan ayrim voqea xodisalarni yuzaga chiqarishda va shu orqali unga to'g'ri maslahatlar berishga yordam beradi.

- **Tashkiliy imkoniyatlar**, ya'ni bunda guruhdagi sheriklar bilan munosabat yaxshilashga, jamoada uyg'unlik va hamjihatlik hissini rivojlantirishga, jamoadoshlar orasida o'zaro yordam va umumiy muammoni hal qilishda qaror qabul qila olishlikda, guruh topshiriqlarini samarali tashkil etishda va bu orqali darsdan tashqari hayotda xam jamoada faoliyat yuritish jarayonida as qotadigan ko'nikma bo'lib xizmat qiladi.

Art terapiya nofilologik yo'nalishdagi talabalarga chet tili o'rgatish jarayonida yuzaga keladigan qator muammolarda yechim vazifasini ham o'taydi. Xususan:

- *Emotsional stress holatida*, biz bilamizki nofilologik yo'nalishdagi talabalar uchun chet tili biroz murakkab va bu tilni o'rganish jarayonida ular stress holatiga tushish ehtimoli katta. Shuni oldini olish maqsadida qo'shiq, musiqa turli tabiat manzaralari tasvirlangan ijod namunalaridan lavhalar keltirish orqali pedagog talaba ruhiyatida ro'y berishi mumkin bo'lgan emotsional stress oldi olinishi mumkin.

- *Til to'sig'ida*, nofilologik yo'nalishdagi talabalarda til to'sig'i bo'lishi tabiiy jarayon. Bu muammoni bartaraf etishda o'rganilayotgan tildagi badiiy asarlar, badiiy filmlar, videoroliklar yordamiga tayanish mumkin.

- *Mashg'ulotga qiziqishning pastligida*, bunda avvalo talabaning ichki olamini bilish va u qiziqadigan soha tomondan yondashib, uni ijodkorona fikrlashga yo'naltirib, sahna asari sahnalashtirib, rasm chizdirib, qiziqishini oshirish mumkin.

Art terapiyani mashg'ulotda qo'llashdan avval pedagog talabalar xohish istaklari haqida qisqacha bo'lsada

ADABIYOTLAR

1. Silver, R. (1978) Developing cognitive and creative skills through art. Baltimore: University Park Press
2. Колодяжная, Т., В. (2005) Педагогические условия развития духовно-эстетической культуры студентов в процессе изучения иностранного языка Ростов на Дону
3. Virshup, E. (1978) Right brain people in a left brain world. Los Angeles, California: Guild of Tutors Press
4. Elausova, O., V. (2012) Art techniques like means of acquirement of foreign communication at secondary school Moscow, "Tsarino"

tasavvurga ega bo'lishi kerak. Talabalar kuylashga ko'proq moyilmi yoki raqs tushishgami, rasm chizishni yoqtiradimi yoki saxnada rol ijro etish qobiliyatiga egami, shu va shu kabi savollarga aniqlik kiritilgach art terapiyani mashg'ulotlarda qo'llash maqsadga muvofiqdir.

Elausova, O. V., (2012) [4] o'z tadqiqotida Art terapiyaning turli metodlaridan turli xil natija olish mumkinligini sanab o'tgan. Xususan tayyor rasmlar namoyish etish orqali talabalarni fikrlashga, muhokama qilish jarayoni boshlanishiga, talaba o'z fikr va g'oyalarini erkin bayon eta olishga yordam bersa, talabalarga rasm chizdirish talabalar emotsional holatining yaxshilanishiga, emotsional hissiy stress holatiga barham berilishiga, til to'sig'i yengib o'tilishiga, jamoadoshlari bilan muloqotga kirishishning yengillashuvi va o'zaro munosabatlarning yaxshilanishiga olib keladi.

Mashg'ulot jarayonlarida musiqadan foydalanish og'zaki nutqning rivojlanishiga, darsni noodatiy tarzda o'tkazilishi esa talabalarda darsga bo'lgan qiziqishning ortishiga olib kelishi bilan birga ular dunyoqarashini rivojlantiradi.

Dars mobaynida turli xil dialoglardan foydalanish talabalarining nafaqat so'z boyligini oshiradi, balki, talabalarda leksik, grammatik, fonetik ko'nikmalarni hosil qiladi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, Art-terapiya-bu odamlarga his-tuyg'ularini, fikrlarini va tajribalarini ifoda etishga yordam berish uchun rasm, rasm, musiqa, raqs va drama kabi ijodiy ifodalardan foydalanadigan psixoterapiya shakli bo'lib, ingliz tilini o'qitish uchun samarali vosita bo'la oladi, chunki u talabalarga:

- *Ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirishga yordam beradi*, bu esa yangi tilni o'rganish uchun samarali yo'l hisoblanadi, zero, tasvirlangan rasm yoki kollaj yaratishni so'ralganda materialni yaxshiroq tushunish va eslab qolishga yordam beradi.

- *Motivatsiyasini oshirishga yordam beradi*. Talabalar ijodiy faoliyat bilan shug'ullanganda, ular o'rganishga ko'proq qiziqishadi. Masalan, talabalardan ingliz tilida qo'shiq yoki she'r yozishni so'rash mumkin. Bu ular uchun tildan foydalanishni mashq qilish va o'zlarini ijodiy ifoda etishning ajoyib usuli bo'lishi mumkin.

- *Muloqot qobiliyatlarini rivojlantirishga yordam beradi*, bu esa ingliz tilidan Real hayotda foydalanish uchun foydali bo'lishi mumkin. Masalan, talabalardan sahnani ingliz tilida sahnalashtirish so'ralishi mumkin. Bu ularga nutq va yozish ko'nikmalarini yaxshilashga yordam beradi.

- *O'z-o'zini hurmat qilishni rivojlantirishga yordam beradi*. Talabalar chiroyli va ifodali san'at asarlarini yarata olishlarini ko'rsalar, bu ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirishi mumkin. Bu, ayniqsa, o'zini past baholaydigan talabalar yoki ingliz tilini o'rganishda qiynalayotgan talabalar uchun foydali bo'lishi mumkin.

Art-terapiya ingliz tilini o'rganish uchun metod emas, biroq, bu an'anaviy ta'limga samarali qo'shimcha sifatida tadbir etishga arziydigan vosita. Art-terapiya puxta o'ylangan holda darslarda qo'llanilsa, talabalar ijodkorligini rivojlantirishga, motivatsiyani oshirishga, muloqot qobiliyatlarini yaxshilashga va o'z qadr-qimmatini rivojlantirishga yordam beradi. Bu umuman ingliz tilini yanada muvaffaqiyatli o'rganishga olib keladi.