

## OG'IR NUTQ KAMCHILIGIGA EGA BO'LGAN BOLALARDA ART TERAPIYA YORDAMIDA BARTARAF ETISH USULLARI

**Kayumova Dilnoza Fathulla qizi**

*A.I.Gersin nomidagi RDPU Toshkent filali o'qituvchisi*

**Annotatsiya:** *Ushbu maqolada art-terapiya haqida uni bolalar nutqini faollashtirishga ta'siri haqida so'z boradi.*

**Kalit so'zlar:** *individual, guruhli, qum terapiya, ertakterapiya, musiqa terapiya.*

Maktabgacha tarbiyachilar ta'lim muassasalari har yili aloqa va rivojlanishning yangi usullarini joriy etish duch kelmoqda. Nisbatan yaqinda art-terapiya ommalashib ketdi, bu esa bolani nafaqat rivojlantirishga imkon beradi ijodiy mahoratshuningdek, nutq va muloqot qobiliyatlarini rivojlantirishga yordam beradi.

Ko'pgina ota-onalar ushbu kontseptsiyani hatto bilishmaydi, lekin buning sababi shundaki, aksariyati bolalarni eski usullar bilan rivojlantirishga odatlangan, masalan, bolaligida o'qitilgan. Va deyarli har bir kishi har qanday kiritilgan yangilikka talabchanlik bilan qaraydi va unga ishonmaydi.

Darhaqiqat, har yili maktabgacha yoshdagi bolalarni hayotga moslashishini, o'zlarini ko'rishni o'rganishni, mag'rurlanishni, shuningdek, o'zlari bilan muloqot qilish va his-tuyg'ulari va istaklarini ifoda etishning qulay usulini topishga harakat qilishni osonlashtiradigan ko'plab dastur va ko'rsatmalar ishlab chiqilmoqda.

Ushbu yo'nalishlardan biri art-terapiya bo'lib, u rasm chizish, modellashtirish, tovushlarni o'rganish, raqs va boshqa ko'p narsalarni o'z ichiga oladi. 20-asrning boshlarida urushga ketgan rassomlardan biri jarohatini tiklash uchun bir muncha vaqt sanatoriyada edi. Va u erda hech narsa yo'qligi sababli, u bo'sh vaqtlarini protseduralardan tortib oldi. Biroz vaqt o'tgach, u shifokorlar bashorat qilganidan tezroq tuzalayotganini tushuna boshladi. Bu chizilgan bo'lib chiqdi. Shundan so'ng sanatoriya bazasida maxsus kurslar tashkil etildi, ularda odamlar rasm chizishdi. Va ajablantiradigan narsa, ammo aynan shu harakatlar ularga tezroq tiklanishiga yordam berdi.

Biroz vaqt o'tgach, evropalik rassomlardan biri o'z ishini davom ettirdi. Va shu vaqtdan boshlab butun bir usul paydo bo'ldi - san'at, buning natijasida ko'p odamlar ko'nglini tinchlantirdilar. Rossiyada art terapiya nisbatan yaqinda paydo bo'ldi. Va bu haqda ko'plab ijobiy sharhlarga qaramay, u chet elda bo'lgani kabi keng qo'llanilmaydi. Shu bilan birga, katta shaharlarda allaqachon butun badiiy terapiya markazlari ochilgan.

Zamonaviy art terapiya quyidagi yo'nalishlarni o'z ichiga oladi:

-Izoterapiya - tasviriy san'at yordamida terapevtik ta'sir: rasm, modellashtirish, badiiy hunarmandchilik va hk.;

-imoterapiya - obraz, teatrlashtirish, dramatisatsiya orqali ta'sir o'tkazish;

- musiqiy terapiya - musiqani idrok etish orqali ta'sir o'tkazish;
- ertak terapiyasi - ertak, masal, afsona orqali ta'sir o'tkazish;
- kinesiterapiya - raqs va harakat orqali ta'sir;
- dramaterapiya
- qum terapiya
- fototerapiya
- tuzatuvchi ritm (harakatlar bilan ta'sir), xoreoterapiya;
- o'yin terapiyasi va boshqalar.

Art-terapiya kursidan o'tib, bola o'zini-o'zi bilish, o'zini ifoda etish, introspeksiya bilan shug'ullanadi, buning natijasida uning ruhiy holati uyg'unlashadi. Art-terapiya individual va guruh darslari shaklida olib boriladi.

So'nggi yillarda art-terapiya turli xil psixologik muammolarni hal qilishning ajoyib usuliga aylandi. "Art Terapiya" samarali va foydalidir, shuning uchun yoshidan qat'iy nazar bemorlar bilan ishlashda keng qo'llaniladi. Albatta, ko'pchilik uchun har qanday ma'lumot qiziq. Masalan, bunday tuzatish usullari qanday ko'rinishga ega, uning turlari qanday. Art-terapiyada deyarli hech qanday cheklovlar 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 bolalarga tegishli. Bundan tashqari, bemorning o'zi (qaysi bo'lishidan qat'iy nazar yosh guruhi u murojaat qiladi) mashg'ulotlar o'yin va o'yin-kulgi shaklida taqdim etiladi, bu esa unga to'liq ochilish imkonini beradi. Xo'sh, bolalar va kattalar uchun art-terapiyaning asosiy turlari qanday ko'rinadi? Darslar qanday o'tkaziladi? Tuzatish uchun qanday materiallardan foydalanish mumkin? Art-terapiyaning maqsadlari qanday? Qanday natijalarni kutish mumkin? Bu savollarga javoblar ko'pchilikni qiziqtiradi.

Art terapiya nima? Biroz tarixda zamonaviy psixologiya ko'pincha art terapiya deb ataladi. Ushbu texnikaning turlari va usullari xilma-xil bo'lib, bu tajriba uchun katta maydonni ta'minlaydi. Bu atama so'zma-so'z san'at bilan 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 turlaridan, jumladan, rasm chizish, raqsga tushish, bastakorlik, haykaltaroshlik va boshqalarni qo'llash imkoniyatiga ega.

Psixologiyada eng mashhur art-terapiya turlarini ko'rib chiqishdan oldin, ushbu tuzatish texnikasining yaratilish va rivojlanish tarixiga e'tibor qaratish lozim. Dastlab, badiiy ishlov berish sxemasi bunday nazariyalarda taqdim etilgan mashhur odamlar Z. Freyd, K. Jung, A. Maslou kabi. Ammo amalda gipotetik modellar faqat XX asrning 30-yillarida qo'llanila boshlandi. Shunga o'xshash tuzatish usuli urush tugaganidan keyin Germaniyadan AQShga hijrat qilgan bolalarni davolashda qo'llanila boshlandi. O'sha paytda san'at terapiyasi, ehtimol, stressni engish va fashistlar lagerlarida bo'lganimda olingan jarohatlar bilan kurashishning yagona yo'li edi.

Birinchi tajribalar berdi ijobiy natija, shuning uchun "san'at bilan davolash" tobora ommalashib ketdi. Bugungi kunda art-terapiyaning deyarli barcha turlari psixoterapiyada keng qo'llaniladi. Bunday uslub insonga ko'plab muammolarni tushunish va hal qilish, uning shaxsiyatining yangi qirralarini ochish imkonini beradi.

Terapiyaning asosiy maqsadlari. Deyarli har bir psixolog bemorni davolashning ma'lum bir bosqichida art-terapiya kabi usulga murojaat qilish zarurligini his qiladi. Ushbu texnikaning turlari va usullari davolanish rejimini sezilarli darajada diversifikatsiya qilishi, bemorning farovonligini yaxshilash va unga chuqur nizolarni hal qilishga yordam beradi.

Ushbu tuzatish sxemalaridan foydalanib, shifokor bir nechta maqsadlarni ko'zlaydi. San'at bilan shug'ullanish odamga erkinlik berishga imkon beradi salbiy his-tuyg'ular, shu jumladan tajovuzkorlik va ijtimoiy jihatdan maqbul shaklda. Misol uchun, haykallar yoki chizmalar ustida ishlash kuchlanishni bartaraf etish va almashtirish imkonini beradi.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:**

1. Baxtiyarovna, S. D., & Shukurullo o'g'li, N. J. (2022). TIBBIYOT XODIMLARINING HISSIY-EMOTSIONAL XUSUSIYATLARI. Scientific Impulse, 1(3), 439-443.

2. Karimovna, N. Y. (2023). COGNITIVE DISORDERS. American Journal of Interdisciplinary Research and Development, 12, 126-131.

3. Нарметова, Ю. (2022). Психосоматик беморларда эмоционал-невротик бузилишлари ва уларга психологик ёрдам кўрсатишнинг ўзига хослиги. Общество и инновации, 3(2/S), 64-71.

4. Нарметова, Ю. (2015). Психосоматик беморларда эмоционал холат бузилишлари ва уларга психологик ёрдам кўрсатишнинг ўзига хослиги. ФЗМУ хабарлари.

5. Нарметова, Ю. (2016). Вопросы организации психологической службы в перинатологии и родовспоможении. Фан ва жамият