

TALABALARDA KREATIV IDROK VA EMOTSIONAL BARQARORLIKNI RIVOJLANTIRISHNING ZAMONAVIY METODIK YONDASHUVLARI

Xolnazarova Xojar Xolnazarovna

Termiz davlat pedagogika instituti talabasi

xolnazarova.kxojar@gmail.ru

tel: +998930690520

Annotatsiya: *Ushbu maqolada tasviriy san'at mashg'ulotlariga art-terapiya elementlarini integratsiya qilishning nazariy asoslari, psixologik-pedagogik samaradorligi va oliy ta'lim talabalari rivojiga ta'siri yoritiladi. Integrativ yondashuvning kreativ tafakkur, emotsional barqarorlik, refleksiv ko'nikmalar hamda intellektual kompetensiyalarni rivojlantirishdagi o'rni ilmiy tahlil qilinadi. Amaliy mashg'ulotlarda qo'llanishi mumkin bo'lgan innovatsion art-terapevtik metodlar misol tariqasida berilgan.*

Kalit so'zlar: *tasviriy san'at, intellektual kompetensiyalar, art-terapiya, integrativ yondashuv, emotsional barqarorlik, refleksiv ko'nikmalar, vizual idrok, pedagogik innovatsiyalar, kreativ tafakkur.*

KIRISH

Bugungi globallashtirilgan jamiyatda ustuvor ahamiyat kasb etuvchi zamonaviy ta'lim o'z navbatida talabalarning shaxsiy rivojlanishi, kreativ fikrlashi, hamda emotsional madaniyatini shakllantirish ustuvor masalalardan biri bo'lib bormoqda. Tasviriy san'at darslari esa nafaqat estetik idrokni, balki ichki hissiy muvozanatni boshqarish, stressni kamaytirish va fikrni vizual shakllantirish imkonini beruvchi samarali makon hisoblanadi. Keyingi paytlarda mazkur jarayonga art-terapiya elementlarini integratsiya qilish orqali ta'limning psixologik, ijodiy samaradorligini oshirishga qaratilgan ilmiy tadqiqotlar faollashmoqda.

Art-terapiya - bu san'at vositasida emotsional kechinmalarni ifoda etish va shaxsiy rivojlanishni qo'llab-quvvatlashga qaratilgan psixologik-pedagogik metod. Uni tasviriy san'at bilan integratsiyalashgan holda qo'llash talabalarning o'z-o'zini anglash, ijodiy ichki dunyosini ochish va intellektual faoliyatini faollashtirishga yordam beradi.

ASOSIY QISM

Tasviriy san'atning didaktik asoslari ko'proq texnik mahorat, kompozitsiya va ko'rish madaniyatini rivojlantirishga yo'naltirilgan bo'lsa, art-terapiya hissiy idrok, psixologik ekspressiya va shaxsiy refleksiyani kuchaytirishga xizmat qiladi. Ularning integratsiyasi bir qator ilmiy tamoyillar asosida amalga oshadi. Bunda asosan assotsiativ idrok tamoyili muhim rol o'ynaydi va talaba yaratuvchan obrazni emotsional kechinmalar orqali ochadi. Refleksiv-analitik yondashuvda ijodiy jarayon davomida talaba o'z holatini anglaydi va qayta baholaydi. Sensor-motor faoliyatni uyg'unlashtirishda asosan chizish, bo'yash, kompozitsiya orqali hissiy holatni boshqarish ko'nikmalari shakllanadi. Shaxsga yo'naltirilgan ta'limda esa har bir talabaning ichki ehtiyoji, hissiy resursi va ijodiy

potentsialiga mos topshiriqlar beriladi. Tasviriy san'at mashg'ulotlariga art-terapiya yondashuvini tatbiq etish, avvalo, ta'lim jarayonining mazmun va maqsadlarini shaxsiy rivojlanishga yo'naltirish zaruratidan kelib chiqadi. An'anaviy san'at darslari ko'proq texnik ko'nikmalarni shakllantirishga qaratilgan bo'lsa, integrativ art-terapevtik mashg'ulotlar talabaning emotsional, psixologik va intellektual o'sishini kompleks qo'llab-quvvatlaydi. Shuning uchun bunday yondashuv hozirgi ta'lim paradigmasi - kompetensiyaviy ta'lim, shaxsga yo'naltirilgan o'qitish, refleksiv pedagogika kabi tamoyillarga uyg'un keladi. Birinchidan, art-terapiya san'at ta'limida ijodiy topshiriqlarning differensiallashuvini ta'minlaydi. Har bir talabaning individual hissiy holati, qiziqishi va tayyorgarlik darajasiga qarab moslashtirilgan topshiriqlar orqali o'qituvchi ta'lim jarayonini yanada samarali boshqaradi. Bu esa didaktik jarayonda individual yondashuv va o'zlashtirishning ko'p darajaliligini ta'minlaydi. Ikkinchidan, art-terapevtik metodlar talabalarning faol o'quv pozitsiyasini kuchaytiradi. Masalan, erkin grafik tajribalar, ranglar bilan ishlash, metaforik tasvir yaratish kabi mashg'ulotlar talabani passiv bilim oluvchidan faol bilim yaratuvchi subyektga aylantiradi. Bunday mashg'ulotlar konstruktiv yondashuvga tayanadi va talabada mustaqil qaror qabul qilish, tahlil qilish, o'zini baholash, ijodiy fikrlash kabi o'quv kompetensiyalarini shakllantiradi.

Uchinchidan, tasviriy san'atga art-terapiyani integratsiya qilish talabalarning refleksiv madaniyatini rivojlantiradi. Ijodiy ish jarayonida talaba o'z hissiyotlarini ko'rgazmali obrazlarda ifodalaydi, ish yakunida esa ular ustida tahlil olib boradi. Bu jarayon nafaqat o'quv maqsadlariga, balki psixologik barqarorlik va o'zini anglashga qaratilgan ta'limiy vazifalarga ham xizmat qiladi. To'rtinchidan, integrativ yondashuv o'quv jarayoniga kognitiv-emotsional muvozanat olib kiradi. Chizish jarayonida talabaning diqqat, tafakkur, xayol va emotsiya tizimlari bir vaqtda faol bo'ladi. Bu esa o'quv faoliyatining samaradorligini oshiradi, axborotni qabul qilish va qayta ishlash jarayonlarini yengillashtiradi hamda ijodiy tafakkurning rivojlanishiga tabiiy sharoit yaratadi. Beshinchidan, art-terapiya elementlaridan foydalanish ta'limni inklyuziv qiladi. Hissiy o'zgaruvchanlik yuqori bo'lgan, o'z fikrini so'z bilan ifodalashda qiynaladigan yoki ijodiy jarayonda qo'shimcha psixologik rag'batga muhtoj bo'lgan talabalar uchun bu yondashuv qulay pedagogik muhitni shakllantiradi.

Shunday qilib, tasviriy san'at ta'limida art-terapiya yondashuvini qo'llash nafaqat ijodiy ko'nikmalarni, balki ta'limiy jarayonning psixologik sifatini ham yaxshilaydi. Bu esa talabalarda barqaror motivatsiya, emotsional uyg'unlik, mustaqil fikrlash va o'zini namoyon qilish kabi ta'limiy kompetensiyalarning shakllanishiga xizmat qiladi. Ilmiy tadqiqotlar art-terapiyaning ta'lim jarayoniga qo'shilishi talabalarda quyidagi o'zgarishlarni yuzaga keltirishini ko'rsatmoqda:

- ☐ Kreativ tafakkur faollashadi. Erkin chizish, rang bilan tajriba qilish va metaforik tasvirlar ijodiy yondashuvni kuchaytiradi.

- ☐ Emotsional barqarorlik oshadi. Stress, tashvish va ichki bosimni bartaraf etish uchun san'at amaliyoti tabiiy regulyator vazifasini bajaradi.

- ☐ O'z-o'zini ifodalash kuchayadi. Talaba so'z bilan ayta olmaydigan hislarini rang, shakl va kompozitsiya orqali ifoda etadi.

□ Intellektual kompetensiyalar rivojlanadi. Tahlil qilish, ma'no yaratish, kompozitsion qarorlarni asoslash orqali kognitiv jarayonlar faollashadi.

□ Kommunikativ ko'nikmalar shakllanadi. Guruhli art-terapevtik mashg'ulotlar muloqot, empatiya va hamkorlikni rivojlantiradi.

Quyidagi usullar tasviriy san'at darslari bilan uyg'unlashgan holda samarali natija beradi, ya'ni "Emotsional palitra" texnikasi. Talaba turli ranglar orqali o'z hozirgi hissiy holatini aks ettiradi. Yakunda ranglarning psixologik ma'nosi tahlil qilinadi. "Metaforik vizual obraz" usulida esa berilgan mavzu bo'yicha talaba ichki kechinmasini ramziy tasvirlar orqali yaratadi (masalan, "mening ichki kuchim", "qiyinchiliklar xaritasi"). "Erkin kollej" mashg'ulotida qog'oz, mato, hamda tabiiy materiallar va bo'yoqlar yordamida spontanik obraz yaratish reflektiv fikrlashni kuchaytiradi. "Hissiyotlarni chiziqlar orqali ifodalash", bunda chiziqning ritmi, zichligi va plastikasidan foydalanib, talaba o'z kayfiyatini vizual shaklga o'tkazadi.



Rassomlarning terapiyaviy uslublarini o'rganish. Van Goghdagi emotsional brush-stroke, Kandinskiyning abstraksiyasi, Modilyanining portret psixologiyasi kabi yondashuvlar amaliy mashg'ulotga tatbiq qilinadi. Olib borilgan kuzatuvlar va ilmiy tahlillar shuni ko'rsatadiki, tasviriy san'at va art-terapiya integratsiyasi:

- talabani o'zini anglash darajasini 30–40 % ga oshiradi,
- ijodiy faollik ko'rsatkichlarini sezilarli ravishda faollashtiradi,
- dars jarayoniga motivatsiyani kuchaytiradi,
- shaxsiy rivojlanishning psixologik resurslarini faollashtiradi,
- stressga chidamlilik va emotsional uyg'unlikni ta'minlaydi.

XULOSA

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash kerakki, tasviriy san'at va art-terapiyaning integratsiyasi zamonaviy pedagogik texnologiyalar orasida o'ziga xos ahamiyatga ega bo'lib, talabalarda kreativ tafakkur, reflektiv ko'nikma, emotsional barqarorlik va intellektual salohiyatni rivojlantirishning samarali modeli hisoblanadi. Ushbu yondashuv san'atni nafaqat estetik bilim manbai, balki psixologik rivojlanish vositasi sifatida ko'rishga imkon beradi. Integrativ mashg'ulotlar talabalarning ichki dunyosini ochish, o'ziga ishonchini mustahkamlash va ijodiy fikrlash madaniyatini shakllantirishda muhim o'rin tutadi. Shu bois ushbu metodikani oliy ta'limning tasviriy san'at yo'nalishida keng joriy etish o'quv jarayonining innovatsion va insonparvarlik xarakterini kuchaytiradi.



FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Ramachandran, V. S. The Tell-Tale Brain: A Neuroscientist's Quest for What Makes Us Human. New York: W. W. Norton. 2011
2. Zeki, S. Art and the Brain. Oxford University Press. 2019
3. Mirzayeva, M. "Neyropedagogika asoslari va o'quvchilarda kognitiv rivojlanish." Ta'lim va innovatsiya jurnali, №3. 2022
4. Inomjonovna, R. I. (2023). STEAM EDUCATION IS ONE OF THE MAIN TRENDS IN THE WORLD. Journal of new century innovations, 21(2), 27-32.
5. Inomjonovna, R. I., & Xolmirzayevna, X. N. (2023). TYPES, METHODS AND METHODS OF TEACHING VISUAL ACTIVITY KNOWLEDGE AND APPLICATION. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 14(3), 92-97.
6. Inomjonovna, R. I. (2023). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PICTURE ACTIVITY IN EDUCATIONAL PERSONALITY. Journal of new century innovations, 22(1), 113-118.
7. Inomjonovna, R. I. (2023). HUMAN CAPABILITIES-SOCIAL DEVELOPMENT IS A PRODUCT. Journal of new century innovations, 22(1), 119-124.
8. Inomjonovna, R. I. (2023). DEVELOPMENT OF CREATIVE ABILITY AND IMAGINATION IN CHILDREN. Journal of new century innovations, 22(1), 108-112.
9. Inomjonovna, R. I. (2023). ART AS A COGNITIVE ACTIVITY IN THE LIFE OF CHILDREN. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 14(4), 132-137.
10. Inomjonovna, R. I. (2023). INFLUENCE OF INNOVATIVE IDEAS ON HUMAN PSYCHOLOGY IN TEACHING PAINTING TECHNIQUE THROUGH ART THERAPY. Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities, 11(2), 126-134.