

ERTAK TERAPIYASI MAKTABGACHA YOSHIDAGI BOLALARNING PSIXOLOGIK XAVFSIZLIGINI SHAKLLANTIRISH USULI SIFATIDA

Ravshanov Olim

Milliy universitetning Jizzax filiali katta o'qituvchisi
<https://doi.org/10.53885/edinres.2024.01.1.070>

Annotasiya. Maqola ertak terapiyasi usulidan foydalangan holda bolalarning psixologik tarbiyasini ko'rib chiqishga bag'ishlangan. Ushbu usul ularning xavfsizlik tuyg'usini shakllantirishga yordam beradi. Ertaklar bolaning ma'naviy tarbiyasini, mustaqil shaxsini rivojlantirishga ta'sirining afzalliklari haqida hikoya qilinadi. Maqolada ertakning xilma-xilligi va u bilan ishlash haqida qisqacha ma'lumot berilgan. Psixologlarning fikriga ko'ra, bu psixokorreksiya usuli ertak metaforasi turli muammolarni hal qilishning yashirin ma'nosiga ega ekanligiga asoslanadi. Shunday qilib, ertak terapiyasi bola hayotining ma'naviy va axloqiy sohasini rivojlantirishga yordam beradi. Ushbu masalaning zamonaviy bolalar jamiyatida dolzarbligi ham ko'rsatilgan.

Kalit so'zlar: ertak terapiyasi, bola rivojlanishi, psixologik xavfsizlik, ma'naviyat, ertak, metafora, terapiya, maktab yoshidagi bolalar.

FAIRY TALE THERAPY AS A METHOD OF FORMING PSYCHOLOGICAL SECURITY OF PRESCHOOL CHILDREN

Ravshanov Olim

senior teacher of the Jizzakh branch of National University

Abstract. The article is devoted to the consideration of psychological education of children using the method of fairy tale therapy. This method helps to build their sense of security. Tales are told about the benefits of the child's spiritual upbringing and the development of his independent personality. The article gives a brief description of the variety of the fairy tale and how to work with it. According to psychologists, this method of psychocorrection is based on the fact that the metaphor of a fairy tale has a hidden meaning of solving various problems. Thus, fairy tale therapy helps to develop the spiritual and moral sphere of a child's life. The relevance of this issue in modern children's society is also shown.

Key words: fairy tale therapy, child development, psychological safety, spirituality, fairy tale, metaphor, therapy, school-aged children.

СКАЗОЧНАЯ ТЕРАПИЯ КАК МЕТОД ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНИКА

Равшанов Олим

старший преподаватель Джизакского филиала Национального университета

Абстракт. Статья посвящена рассмотрению психологического воспитания детей с использованием метода сказкотерапии. Этот метод помогает укрепить чувство безопасности. Рассказываются сказки о пользе духовного воспитания ребенка и развитии его самостоятельной личности. В статье дается краткое описание разновидности сказки и способов работы с ней. По мнению психологов, этот метод психокоррекции основан на том, что метафора сказки имеет скрытый смысл решения различных задач. Таким образом, сказкотерапия способствует развитию духовно-нравственной сферы жизни ребенка. Также показана актуальность данного вопроса в современном детском обществе.

Ключевые слова: сказкотерапия, развитие ребенка, психологическая безопасность,

духовность, сказка, метафора, терапия, дети школьного возраста.

Atrof muhit va maktabgacha yoshidagi bolalarning psixologik xavfsizligi muhofazasi nafaqat, davlat, jamiyat, balki har bir fuqaroning vazifasidir. Shunday ekan maktabgacha ta'lim va maktab yoshidagi bolalarning muassasalarida ta'lim olayotgan bolalarning bolalik davridan atrof-olamni anglash, uni muhofaza qilish, unga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantirish, atrof muhitni iflos qilmaslik va psixologik xavfsizligini shakllantirish haqida kompetensiyaviy yondashuvni amalga oshirishda «ilk va maktabgacha yoshdagi bolalar rivojlanishiga qo'yilgan davlat talablari» hamda «ilk qadam» davlat o'quv dasturida belgilangan vazifalar amalga oshiriladi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2016 yil 29 dekabrda «2017-2021 yillarda maktabgacha va maktab ta'lim tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi farmoni ijrosini ta'minlash maqsadida maktabgacha yoshdagi bolalarni har tomonlama maktab ta'limiga tayyorlash darajasini tubdan yaxshilashda, atrof-olamga bo'lgan ijobiy munosabatni shakllantirish, ongli idrok qilish, borliqni xis qilishda bolalarni har tomonlama intellektual, axloqiy, estetik va jismoniy rivojlantirish uchun shart-sharoitlar yaratishni avvalo oiladan boshlab maktabgacha ta'lim muassasalarida davom ettirishni taqozo etmoqda. Kengroq mushohada yuritadigan bo'lsak, millat barkamolligi, Vatan taraqqiyoti farzand tarbiyasi bilan bog'liqdir. Ertak terapiya bu bolani ertaklar orqali tarbiyalash, psixologik xavfsizligi shakllantirish va davolash metodidir [1].

Bu boradagi ishlarni amalga oshirishda ota-onaning, o'qituvchilarning va psixologlarning o'rni muhimdir. O'qituvchilarning kasbiy faoliyatining o'ziga xos xususiyati shundaki, ular o'quvchilarga ta'lim va tarbiya berish jarayonini tashkil qilish va boshqarishda tashqi ta'sir sub'ektiga aylanadi.

Shuning uchun ular o'zlarining funktsional majburiyatlarini bajarishda ta'lim jarayoni orqali uzatiladigan ijtimoiy qadriyatlarni takror ishlab chiqarishga yordam beradigan maxsus sharoitlarni yaratishlari kerak. Ammo shuni ta'kidlash kerakki, bularga nafaqat yosh avlodning davlat ta'lim standartlariga mos keladigan yuqori darajadagi ta'lim darajasi, balki ularning sog'lig'i holati ham kiradi.

Afsuski, oxirgi yillarda nafaqat maktab yoshidagi bolalar orasida kasallanish, balki ularning o'lim darajasi ham oshdi. Bu o'quv jarayonida o'quvchilarning sog'lig'ini saqlash va mustahkamlash uchun yanada samarali o'qitish usullarini joriy etish zarurligini belgilaydi. Maktab yoshidagi bolalarning psixologik xavfsizligini shakllantirish usullaridan biri bu ertak terapiyasi bo'lib, uning asosiy yo'nalishi ma'naviy rivojlangan, mustaqil shaxsni shakllantirish, uning ahamiyatini anglash va sog'liqni saqlashning aqliy, ma'naviy va ijtimoiy tarkibiy qismlarini saqlab qolishdir, bu bolaning umumiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadigan jarayondir [2].

Ilmiy va pedagogik adabiyotlarda ertak terapiyasi usulining shaxsning ichki dunyosiga ta'siri muammolarini o'rganishga qaratilgan ertak terapiyasi sohasida tadqiqotlar mavjud (V.Belyanin, N.Berkovskaya, E.Bern, I.Vachkov, A.Gnezdilov, T.Grabovskaya, Ya.Deikovskiy, A.Zaporojets, T.Zinkevich-Evstigneeva, Ya.Kolominskiy, A.Kulchiskaya, N.Rubakin, D.Kudzilov, M.Erikson va boshqalar.). Ertaklarning odamning ongsizligiga ta'siri E.Bern, S.Freyd, E.Fromm, K.Yung kabi mashhur psixologlar tomonidan qayd etilgan. Bundan tashqari Respublikamiz olimlaridan Ahmedova Z. «Ertak terapiya», Kadirova u.T. «Ertak terapiya» mutolaa madaniyatini yuksaltiradi» kabi maqolalarida ertak terapiya haqida tadqiqotlar olib borgan.

Maqolaning maqsadi—tadqiqotning nazariy tahlili asosida maktab yoshidagi bolalarning psixologik xavfsizligini shakllantirish usuli sifatida ertak terapiyasining mohiyatini aniqlash.

«Ertak terapiyasi» tushunchasining usul sifatida ta'rifi 1997 yilda T.D.Zinkevich-Evstigneeva tomonidan berilgan. Uning ta'rifiga ko'ra, «ertak terapiyasi» - bu ruhning

ma'naviy yo'li va insonning ijtimoiy realizatsiyasi haqidagi bilimlarni uzatish usullari to'plami, insonning ma'naviy tabiatiga mos keladigan ta'lim tizimidir [6].

Vrach-terapevt A.V.Gnezdilov ertak terapiyasini bolalarning psixologik xavfsizligini shakllantirish usuli sifatida ko'rib chiqadi va «ertak terapiyasi-bu «eslash» va bolaga uyg'un dunyoqarashni qaytarish jarayoni deb hisoblaydi [5].

I.Vachkovning so'zlariga ko'ra, ertak maktab yoshidagi bolalarning psixologik xavfsizligini shakllantirish usuli sifatida ikkita muhim vazifani hal qilishga imkon beradi [4]:

1. «Oyna» ning vazifasi. Ertak bolaga o'zini ko'rishga, o'zi bilan uchrashishga yordam beradi, shuning uchun o'z-o'zini anglashni rivojlantiradi va shaxsiy makonini uyg'unlashtirish imkoniyatini beradi. Masalan Zumrad va qimmat obrazlari.

2. «Kristal» ning vazifasi. Ertak terapiyasi tufayli bola atrofdagi dunyoni va uning atrofidagi odamlarni yangicha ko'ra oladi, shuning uchun odamlar va umuman dunyo bilan yangi, konstruktiv munosabatlar o'rnatadi.

I.Vachkovning so'zlariga ko'ra, ertak terapiyasining usul sifatida asosiy afzalligi shundaki, har qanday ertakning yadrosi metafora hisoblanadi. Metafora - ertak terapiyasining psixologik ta'sir vositasi bo'lib xizmat qiladi. Metaforaning aniqligi va mukammalligi tuzatish usullarining samaradorligini belgilaydi. Ushbu psixokorreksiya usuli xayoliy hikoyaning murakkab muammolarni hal qilishning yashirin ma'nosini anglatishiga asoslanadi [4].

Ertakning psixikani oddiy, ammo chuqur arxetipik vaziyatlarni takrorlash va ijro etish orqali «davolash» qobiliyati ertak syujetining ko'p so'zligiga asoslangan bo'lib, unda ongli va ongsiz ravishda tashkil topgan inson psixikasining psixoanalitik tekshiruviga mos keladigan bir necha darajadagi tahlillarni ajratish mumkin (Nartova-Bochaver, 1996) [8].

Ertaklar bolaning sezgirligini, mehr-muhabbatni rivojlantirishga yordam beradi, bolaning hissiy va ixtiyoriy rivojlanishini boshqariladigan va maqsadga muvofiq qiladi, deb ta'kidlaydi.

Maktab o'quvchilarining psixologik xavfsizligini shakllantirishda ertak terapiyasi usulining xususiyatlarini ko'rib chiqing (B.M.Kiseleva, 2006) [7]:

1. Ertakning informatsion tarkibi-bola yaratadigan ertakni tahlil qilish orqali o'qituvchi uning hayoti, hozirgi holati, qiyinchiliklarni engish usullari, dunyoqarash pozitsiyalari haqida ma'lumot oladi;

2. Ertakning ekologik xavfsizligi-bu kundalik hayotda emas, balki dramatik haqiqatdaligida; bola ham, o'qituvchi ham hissiy jihatdan himoyalangan. Shunday qilib, «yonish» xavfi kamayadi va bolaning terapevtik ta'sirga bo'lgan ishonchi oshadi;

3. Ertakning cheksizligi-ertakni to'ldirish, almashtirish, boyitish, bola (kattalar) o'z-o'zini cheklashni engib, o'z hayotini to'ldiradi, o'zgartiradi, boyitadi;

4. Ertakning hissiyligi-bola o'zining ijtimoiy immunitetini mustahkamlab, ijobiy hissiy zaryadni to'playdi;

5. Ertakning donoligi-ertak orqali o'qituvchi bolaga muammoli vaziyatdan chiqishning yangi usullari va algoritmini etkazishi mumkin;

6. Yosh cheklovlarining yo'qligi-ertak bolaning individual tarixidagi bo'shliqlarni bajaradi va uni umuminsoniy ma'lumotlar bilan to'ldiradi.

Funksiyalarga qarab, ertaklarning quyidagi turlari ajratiladi: diagnostik, korreksiyalovch va rivojlantiruvchi. Buning uchun ertaklarning quyidagi toifalari qo'llaniladi: badiiy, ular o'z navbatida muallif va xalq, didaktik, psixoterapevtik va psixokorreksiya bo'linishi mumkin.

Agar dastlabki ikki tur maktabdagi darslarda doimiy ravishda ishlatilsa va o'quv va tarbiyaviy vazifalarni amalga oshirishga qaratilgan bo'lsa, ikkinchisi faqat mutaxassislar tomonidan amalga oshirilishi kerak, ammo ularning elementlari o'qituvchi darslarida, psixologning aniq nazorati va uning dastlabki maslahati ostida ishlatilishi mumkin.

Ertak terapiyasining terapevtik ta'siri ikki darajada sodir bo'ladi: verbal va noverbal. Ishni og'zaki darajada boshlash tavsiya etiladi (ertakni idrok etish), og'zaki bo'lmagan (rasm,

modellashtirish) tartibda davom eting va yakuniy bosqichda og'zaki vositalar qo'llaniladi (ertakni muhokama va munozaral qilish).

O. Burchik ertak ustida profilaktika va korreksiya yo'nalishiga ega bo'lgan quyidagi ish turlarini aniqlaydi, ya'ni [3]:

1. Ertak aytib berish:

A) bir guruh bolalarga uchinchi shaxs nomidan yangi yoki taniqli ertakni aytib berish. O'qituvchi ma'lum bir ajoyib vaziyatning ahamiyatini va uning shaxsning rivojlanishiga tarbiyaviy ta'sirini tushunib, ushbu turdagi ish paytida ularga e'tibor qaratishi mumkin. Bu bolaning shaxsiy fazilatlarini yaxshilashga yordam beradi.

B) butun guruhga ma'lum bo'lgan ertakning guruh hikoyasi. Bunday holda, hikoyachi bitta bola emas, balki guruhdir. Guruhning har bir a'zosi navbatma-navbat ertakning kichik bir qismini aytib beradi. Hikoya oldingi rivoyatchi hikoyaning qaysi qismini o'z zimmasiga olishiga qarab, erkin va o'z-o'zidan kichik qismlarga bo'linadi. Ammo bu ish jarayonida o'qituvchi bolalarning hikoyasini nazorat qiladi.

2. O'zingizning ertagingizni yaratish.

A) guruhning har bir a'zosi tomonidan individual ertak yaratish. Ushbu turdagi faoliyat metafora shaklida bolaning ichki dunyosini aks ettiradi va bilvosita shaxsiy rivojlanishga hissa qo'shadi. Agar siz bolalarning o'zlari qahramonlarga ism berishlarini taklif qilsangiz, bu jamoada u yoki bu o'quvchining qanday qabul qilinishini aniqlashga yordam beradi.

B) guruh bo'lib ertakni tuzish. Har bir bola o'z navbatida ertak asarini o'zi davom ettirib to'ldiradi. Guruhni qo'shish jarayoni guruhda kim etakchi ekanligini, kim o'ziga e'tiborni jalb qilmoqchi, kim e'tiborsiz qolishni xohlaydi, kim o'z qarorini o'tkazishni istaydi va kim boshqasining fikrini hurmat qiladi. Bundan tashqari, ushbu turdagi ishga bo'lgan munosabat guruh jamoasining qanchalik yaqinligini aniq ko'rsatib beradi.

3. Ertak qo'g'irchoq terapiyasi va ertaklarni drammatizatsiya qilish.

Ushbu turdagi ishlar nafaqat o'qish darslarini diversifikatsiya qilishi, balki jamoani mustahkamlashga, guruhda ijobiy hissiy muhitni shakllantirishga, o'quvchilarning ijodiy salohiyatini rivojlantirishga va ichki muammolarni metafora shaklida hal qilishga yordam beradi.

Darslar davomida ertak terapiyasini samarali amalga oshirish uchun o'quv jarayoniga moslashtirish va ularni o'qitish paytida amalga oshirishning quyidagi tamoyillariga rioya qilish kerak [6]:

1. Bolaning ichki dunyosini so'zsiz qabul qilish printsipli. Bunda ertak dunyosi yaxlit va bebaho tarzda qabul qilinadi.

2. Ob'ektivlik printsipli. Bunda ertakni ko'p qirrali qismida ko'rib chiqiladi va o'rganiladi.

3. Natijaga erishish printsipli. O'tkazilgan tahlil aniq maqsadga ega bo'lishi kerak: xulosalarni shakllantirish, jamoani birlashtirish, ma'lum bir darsning o'quv va o'quv maqsadlariga erishish.

Yuqoridagilarni umumlashtirib shuni ta'kidlashimiz mumkinki, so'nggi paytlarda sog'lig'ini yo'qatayotgan bolalar soni, ayniqsa uning ma'naviy yoki ruhiy tarkibiy qismlari ko'paygan. Ularning oldini olish va bartaraf etishning samarali usullaridan biri ertak terapiyasidan foydalanishdir. Ushbu usul maktab yoshidagi bolalarning psixologik xavfsizligini shakllantirish mohiyatini aniqlashga va ularni bartaraf etishga, ijobiy xulq-atvor modellarini o'zlashtirishga, salbiy his-tuyg'ularni, tashvish darajasini pasaytirishga imkon beradi. Bolaning ertak bilan muloqati uning salbiy holatlarini, xususiyatlarini, ishonchsizligini, dangasaligini va yangi narsalarni o'rganishni istamasligini engishga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ahmedova Z. "Ertak terapiya" Toshkent- 2019

2. Nishanova Z.T., Alimova G.F.L., Turg'unboyeva A.G'., Asranboyeva M.X. "Bolalar psixologiyasi va psixodiagnostikasi" Toshkent – 2017

3. Бурчик О.В. Групповая сказкотерапия в личносно - ориентированном воспитании детей / О.В. Бурчик // Вестник Житомирского государственного университета имени И. Франка. – 2005 – № 25 – С. 203–205.

2. Вачков И. Сочиняем сказки (сказкотерапевтический тренинг) // Школьный психолог: приложение к газете «Первое сентября» / И. Вачков. 2003.- № 19.- С. 16

3. Гнездилов А.В. Авторская сказкотерапия. Дым старинного камина (сказки доктора Баллу) / А. В. Гнездилов. - Санкт-Петербург: Речь, 2003. - 290 с.

4. Зинкевич-Евстигеева Т. Практикум по сказкотерапии / Т. Зинкевич-Евстигеева, Т. Грабенко. – СПб.: Питер, 2001 – 315 с.

5. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. — СПб.: Речь, 2006 — 160 с.

6. Нартова-Бочавер С.К. Народная сказка как средство стихийной психотерапии // ХРЕСТОМАТИЯ. Сказки народов мира / Под ред. К.М. Нартова. М., Ин-т практической психологии, 1996.