



ТРАНСПЕРСОНАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ В АРТ-ТЕРАПИИ - КАК ПРИНЦИПЫ ЧЕЛОВЕЧНОСТИ

Рахматова Икболхон Иномжоновна

Преподаватель Термезского государственного педагогического института

Рашидова Фотима Гани кизи

Студентка Термезского государственного педагогического института

Аннотация: *В данной статье рассматривается становление арт-терапии как дисциплины, а также ее появление в сферах творческой арт-терапии, арт- и психотерапии, включая многие другие подходы, такие как семья, творчество, личностный рост и самовоспитание. -освещение и терапевтическое использование продуктов художественной деятельности.*

Ключевые слова: *искусство, арт-терапия, конфликт, личность, поведение, Адлериян, семья, творчество, личностный рост.*

ВВЕДЕНИЕ

Как и другие модели известного гуманистического подхода, это трансперсональная модель, считающая, что то, что находится вне человека, также важно для его благополучия. Трансперсональная модель стремится воздействовать на тело, разум и дух посредством сочетания гуманистических принципов, художественного самовыражения, духовных практик, таких как медитация, и концепций разум-тело. Подобно модели, ориентированной на пользователя, трансперсональная модель стремится сохранить врожденную способность человека к росту и здоровому развитию. Терапевт в этой модели выявляет личные потребности в улучшении других сфер жизни, таких как отношения, а также пытается выявить эмоциональные кризисы, серьезные заболевания или подобные состояния. Когнитивно-поведенческий подход к арт-терапии когнитивно-поведенческая терапия включает в себя несколько различных подходов: когнитивно-поведенческую модификацию, рационально-эмоциональную поведенческую терапию и когнитивную терапию. Общим для всех подходов является обязательство выявить личные предположения, допущения и интерпретации событий, которые ответственны за создание у ребенка негативных эмоций, которые, в свою очередь, приводят к тревоге, депрессии и различным другим эмоциональным расстройствам. Основная цель когнитивно-поведенческой терапии — помочь ребенку определить неправильные и негативные правила или предпосылки, формирующие поведение и деятельность, и заменить или реорганизовать их более позитивными и реалистичными правилами и предположениями.

В основе этого подхода лежит формирование отношений сотрудничества между терапевтом и ребенком. Эта модель является директивной и структурированной, при



этом терапевт играет образовательную и активную роль в терапевтическом процессе. В большинстве случаев основной целью является устранение или значительное уменьшение симптомов у ребенка в течение от 6 до 20 сеансов а также создание у пользователя систем предотвращения рецидивов симптомов. Когнитивно-поведенческая модель также ориентирована на действие и ребенок должен быть готов вкладывать усилия и время в лечение как во время обучения, так и в свободное от обучения время, то есть ребенок сам должен вести себя.



Начальный сеанс начинается с презентации модели, объяснения задач, а затем переходит к художественному представлению проблемы. Вместо того, чтобы устно спрашивать ребенка, почему он или она в депрессии, ребенка просят нарисовать картинку, изображающую проблему или что-то, что вызывает у него депрессию и расстройство. Для того чтобы потом интерпретировать рисунок, терапевт заранее готовит вопросы: в чем проблема, что может сказать о проблеме рисунок, какие чувства и мысли возникли у вас, когда вы рисовали рисунок, какие у вас мысли сейчас? При таком подходе важно использовать простые инструкции, инструкции и материалы, чтобы ребенок без проблем мог ими пользоваться.





Образы также можно использовать для переосмысления опыта или поведения и разработки визуальных стратегий для позитивных изменений. Примеры упражнений: «нарисуй стрессовую ситуацию», нарисуй «как подготовиться к стрессовой ситуации», нарисуй «поэтапное решение проблемы». Кроме рисования могут использоваться техники коллажа, лепки и т.д. Эволюционный подход к арт-терапии Многие терапевты комбинируют в своей работе различные концепции развития, такие как психосоциальный и психосексуальный подходы и объектные отношения, но обычно руководствуются общими принципами развития Ловенфилда, Гарднера, Келлога, Голомба и Пиаже. Модель развития в первую очередь предназначена для работы с детьми, но не исключено ее применение и в других возрастных группах, особенно для лиц с физическими недостатками, когнитивными проблемами или задержкой развития. Художественное выражение, также часто применяемое к взрослым, пережившим травму или эмоциональный стресс, пробуждает раннюю интуицию.

Опыты и их символическое выражение. Используя развивающую модель арт-терапии, терапевт может оценить психическое, эмоциональное, творческое состояние ребенка, а также двигательные, когнитивные и социальные навыки (например, использует ли ребенок с двигательным расстройством или аутизмом линейку или линейку) подставка для карандашей подходит или нет. Модель развития арт-терапии имеет несколько положительных эффектов, но наиболее важными из них являются:

- сенсорная стимуляция: использование предметов искусства и материалов для стимуляции и развития сенсорных, зрительных, двигательных и интерактивных способностей пользователя.
- приобретение навыков: изучение и овладение определенной деятельностью посредством последовательных последовательных шагов в направлении адаптации сложных двигательных навыков.



Например, терапевт делит деятельность на несколько этапов:

- научиться правильно сидеть за письменным столом;



- с терапевтом зрительный контакт;
- научиться держать кисть;
- учить макать кисть в кисть;
- учиться рисовать кистью и т.д.

У некоторых пользователей навыки развиваются за несколько сеансов, а у других это может занять больше времени. Экспрессивная модель арт-терапии Идея «экспрессивной арт-терапии» восходит ко второй половине 20-го века, хотя ее зачатки можно найти гораздо раньше в древних обществах. Некоторые авторы описывают экспрессивную арт-терапию как мультимодальный процесс, описывая ее как включающую в себя несколько направлений: искусство-живопись, музыку, танец-движение, драму и поэзию. Экспрессивная терапия проводится индивидуально. Хотя заранее заданной сцены нет, иногда можно использовать определенную форму искусства, чтобы стимулировать дальнейшее выражение. Для одних занятие может начинаться с рисования, для других – с чтения стихотворения или выполнения определенных движений или танцев. Типичное занятие начинается с разминки, терапевт обычно выбирает схему, при которой ребенок чувствует себя наиболее безопасно и комфортно. Наиболее популярные терапевтические подходы в экспрессивной арт-терапии: рисование пальцами, игра с рисованием скрученными линиями, изготовление масок, техника мокрой бумаги, кинетическая семейная рисуночная терапия (Dilawari, K. & Tripathi, N. (2014).

Значение цветов. В детских рисунках синий — цвет мечты, но самый холодный цвет. Светло-голубой — цвет медитации и спокойствия, цвет правды, верности, творчества, вечности. Также оно означает духовную сторону человека, также может означать грусть, депрессию, отчаяние. Темно-синий указывает на пространство. Оранжевый находится между желтым и красным в цветовом спектре. Представляет собой нечто среднее между духовностью и либидо и является символом преданности, страсти, плодородия. С другой стороны, оранжевый также может быть символом неуместных сексуальных отношений, насилия. Красный — цвет любви, огня и ада, он олицетворяет гнев, опасность, власть, страсть, агрессию, силу, отвагу, насилие, кровь. Черный – цвет опасности, смерти, тайны, страха. Серый может быть признаком депрессии, болезни, растерянности, одиночества, грусти, меланхолии. Зеленый – это надежда, природа, творчество, сила, бессмертие, свобода, цвет познания, ревности, независимости, перемен Как и другие, желтый имеет положительное и отрицательное значения. Может означать энергию, активность, счастье, свободу, разум, ловкость, вечную жизнь. Но может означать и обман, предательство, прелюбодеяние, жестокость, старость.

Техника рисования дома-дерева-человека. Эта техника рисования была предложена Дж. Баком в 1948 году под названием «Дом. Дерево. Человек». Интерпретация этих рисунков используется для создания картины эмоционального, социального и когнитивного функционирования человека. Всякий конкретный



эмоциональный смысл, все, что ребенок выражает в этих рисунках и все, что он относится к этим предметам, есть конкретные эмоциональные реакции, выраженные в конкретной или символической форме. Каждый из этих предметов следует рассматривать как автопортрет, поскольку ребенок придает ему определенные, значимые для него характеристики. Методика состоит из двух этапов: на первом - ребенок создает рисунки, на втором - происходит беседа, ребенок описывает и объясняет, что он нарисовал. После того, как все рисунки выполнены, специальный педагог продолжает беседу. Есть много вопросов, которые могут помочь прояснить любую путаницу и предоставить важную информацию о ребенке с особыми потребностями, например: кто живет дома?, люди посещают дом?, счастливый ли это дом?, что такое дом? сделано?, Что происходит внутри дома? Что это за дерево? Сколько лет дереву? Какой сейчас сезон? Дерево живое? Кто поливает дерево? Кто этот человек? Сколько ему лет? Как он себя чувствует? Счастлив ли человек? Чем он любит заниматься?

Линии также представляют эго, толстые линии — признак сильного эго, тонкие линии — признак более слабого эго. Линии также могут показать, как ребенок определяет свои границы с внешним миром. Есть ли у него доступ: показывает, как ребенок общается, взаимодействует с окружающей средой. Наличие окон и дверей показывает, насколько ребенок открыт и привязан к окружающим. Отсутствие окон и дверей свидетельствует об интровертированном, закрытом типе, обилие окон и дверей также может означать слишком большую зависимость от окружающих. Ваш дом является символом благочестия, ума и воображения. Дымоход может быть символом открытости, но также и ролью отца. Дым показывает теплоту и заботу отца. Слишком много дыма может означать слишком много мужской энергии. Отсутствие дымохода может означать отсутствие тепла и безопасности для ребенка.

Дерево: Тело дерева — это эго ребенка. Филиалы — это способ взаимодействия с окружающей средой. Если ветви короткие, это может быть интровертный человек. Очень длинные ветки могут быть признаком зависимости от окружающих, а голые ветки — признаком депрессии и отчаяния.

Человек: Где на картинке лицо и каковы его размеры? Размер личности связан с самооценкой и самооценкой (образом себя). Маленький человек означает низкую самооценку, депрессию, недостаток энергии. Средний размер означает здорового человека, человек больше дома означает переоценку, заблуждение, нереалистичные ожидания. Находится ли человек близко от дома или далеко, у него связаны руки (это может быть признаком страха и беспокойства) или он машет и показывает пальцами.

Ноги: Показывает осознанность и заземление. Маленькие ноги могут быть признаком неуверенности в себе.

Следует проанализировать выразительность линий: толщину, интенсивность цвета и остаточный след. Сильные линии (следы) могут быть признаком агрессии,



импульсивности, страсти, а слабые линии - признаком замкнутости, застенчивости, чувства неадекватности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Искусство может представлять тысячи отдельных мыслей. Это может быть танец, музыка, драма, творчество. Большинство детей говорят, что искусство — это способ выразить свои чувства и мысли. Помогает. Для них это способ снять стресс или выразить свои чувства и эмоции. Некоторые могут использовать жесты для общения, некоторые могут использовать технологии для передачи своих сообщений, а некоторые дети с проблемами общения могут использовать искусство для общения. Произведения искусства говорят о чувствах и эмоциях, которыми дети не могут поделиться с нами напрямую. Это также способ для родителей и учителей специального образования узнать, хорошо себя чувствует ребенок или испытывает трудности. Живопись, раскрашивание, рисование - все это требует использования художественных инструментов, таких как кисти, карандаши, мелки, ножницы. Самое главное, это повышает их уверенность в себе и самооценку не только в сфере искусства, но и по отношению к окружающим. Все виды искусства могут быть полезны для детей с особыми образовательными потребностями. Вот почему искусство должно быть включено в учебную программу в специальных школах.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1.AMERICAN ART THERAPY ASSOCIATION (2022, June 10). ABOUT ART THERAPY.

[HTTPS://ARTTHERAPY.ORG/ABOUT-ART-THERAPY/](https://arttherapy.org/about-art-therapy/) аACH-FELDMAN, S., & KUNKLE-MILLER, C. (2016). Developmental art therapy.

2.IN J.A. Rubin (Ed.), APPROACHES TO ART THERAPY (PP. 435-451). ROUTLEDGE.

3. Inomjonovna, R. I. (2022). INTERACTIVE GAMES IN THE PROCESS OF TEACHING ENGLISH IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS.

4. Inomjonovna, R. I. (2022). CHARACTERISTICS OF UZBEK FOLK APPLIED ARTS AND THEIR PLACE IN SOCIETY. *World scientific research journal*, 2(1), 29-32.

5. Inomjonovna, R. I. (2022). FINE ACTIVITIES ARE THE MAIN TOOL OF AESTHETIC EDUCATION OF CHILDREN AND THE RELATIONSHIP WITH OTHER ACTIVITIES. *World scientific research journal*, 2(1), 25-28.

6. Inomjonovna, R. I. (2022). METHODS OF FORMATION OF IMAGINATION, THINKING AND CREATIVE THINKING IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS. *World scientific research journal*, 2(1), 58-62.

7. Inomjonovna, R. I. (2022). FINE ACTIVITIES IN PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATION AS A DEPARTMENT OF INTEGRATIVE CONTENT. *World scientific research journal*, 2(1), 63-66.



8. Мурадов, Ш. К., Ташимов, Н. Э., & Рахматова, И. И. (2017). Сечение поверхностей 2-го порядка общего вида по эллипсу заданной площади. *Молодой ученый*, (50), 99-102.

9. MURADOV, S. K., TASHIMOV, N., RAXMATOVA, I., & KUKIEV, B. (2017). SECHENIE POVERXNOSTEY 2-GO PORYADKA OBshchEGO VIDA PO ELLIPSU ZADANNOY PLOshchADI. *Young Three*, 50(184), 99-101.

10. Inomjanovna, R. I., & Rozibaevna, H. N. (2021). THE GREAT SILK ROAD CULTURAL LIFE. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions*, 2(01), 1-4.

11. Inomjanovna, R. I. (2021). CREATIVE OPPORTUNITIES TO TEACH CHILDREN THE ART OF DRAWING WITH THE HELP OF NON-TRADITIONAL OBJECTS AND TECHNIQUES IN THE FIELD OF ART. *Journal of Ethics and Diversity in International Communication*, 1(1), 19-22.

12. Рахматова, И. И. (2016). Причины, повышающие творческие способности студентов на занятиях по созданию портрета. *Учёный XXI века*, (7 (20)), 26-28.

13. Рахматова, И. И. (2016). Место и значение игры в процессе художественного воспитания. *Ученый XXI века*, 23.

14. Inomjonovna, R. I. (2022). TEACHING SCULPTURE AND ITS CHARACTERISTICS TO CHILDREN IN PRESCHOOL EDUCATION PEDAGOGICAL FUNDAMENTALS. *Journal of new century innovations*, 11(7), 73-78.

15. Рахматова, И. И. (2022). ПРОБЛЕМА СТРЕССА В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА. *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(4), 108-111.

16. Рахматова, И. И. (2022). ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ ПЕДАГОГА В СФЕРЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ. *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(4), 104-107.

17. Inomjonovna, R. I., & Erkinovna, E. N. (2023). SOCIAL PEDAGOGICAL FACTORS FOR PREVENTING AGGRESSIVE SITUATIONS CHILDREN IN PRESCHOOL EDUCATION. *Journal of new century innovations*, 12(2), 29-34.

18. Inomjonovna, R. I. (2022). CHARACTERISTICS OF UZBEK FOLK APPLIED ARTS AND THEIR PLACE IN SOCIETY. *World scientific research journal*, 2(1), 29-32.

19. Inomjonovna, R. I. (2022). THE IMPORTANCE OF AESTHETIC EDUCATION IN PRESCHOOL CHILDREN. *Journal of new century innovations*, 11(2), 104-108.

20. Inomjonovna, R. I. (2022). CHILDREN IN PRESCHOOL EDUCATION. *Journal of new century innovations*, 11(7), 43-46.

21. Inomjonovna, R. I. (2022). INTERACTIVE GAMES IN THE PROCESS OF TEACHING ENGLISH IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS.

22. Inomjonovna, R. I., & Mahmadiyevna, D. C. (2022). DEVELOPMENT OF PEDAGOGICAL TECHNOLOGY OF USE OF ART THERAPY IN PRESCHOOL CHILDREN. *Journal of new century innovations*, 11(2), 125-130.



23. Inomjonovna, R. I. (2022). EFFECTIVENESS OF BUILDING-MAKING AND WORKING WITH CLAY TECHNOLOGY IN PRE-SCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATION. *Journal of new century innovations*, 11(2), 118-124.

24. Inomjonovna, R. I., & Erkinovna, E. N. (2023). SOCIAL PEDAGOGICAL FACTORS FOR PREVENTING AGGRESSIVE SITUATIONS CHILDREN IN PRESCHOOL EDUCATION. *Journal of new century innovations*, 12(2), 29-34.

25. Inomjonovna, R. I. (2022). FACTORS OF FORMATION OF IMAGINATION IN PRESCHOOL CHILDREN. *Journal of new century innovations*, 11(7), 69-72.

26. Inomjonovna, R. I. (2022). FORMING AESTHETIC IDEAS OF PRE-SCHOOL CHILDREN BY TEACHING THEM TO DRAW. *Journal of new century innovations*, 11(2), 109-112.

27. Inomjonovna, R. I. (2022). IMAGINATION OF CHILDREN THROUGH GIVING UNDERSTANDINGS OF ART TYPES TO CHILDREN AND SHAPING THINKING. *Journal of new century innovations*, 11(7), 79-84.

28. Inomjonovna, R. I. (2022). INDICATORS OF ARTISTIC CREATIVE GROWTH AND DEVELOPMENT OF AESTHETIC SENSE OF CHILDREN. *Journal of new century innovations*, 11(7), 62-68.

29. Tagaynazarova, R., & Raxmatova, I. (2020, December). LANGUAGE AND EDUCATION INTEGRATION. In *Конференции*.

30. Inomjonovna, R. I. (2022). SENSORY FUNDAMENTALS OF CLAY AND PLASTICINE TOY MAKING IN CHILDREN'S CREATION. *Journal of new century innovations*, 11(7), 52-56.

31. Inomjonovna, R. I. (2022). SOCIAL SIGNIFICANCE OF THEORETICAL AND PRACTICAL BASIS OF PICTURE ACTIVITY IN PRE-SCHOOL EDUCATION. *Journal of new century innovations*, 11(7), 85-90.

32. Inomjonovna, R. I. (2022). SPECIFIC CHARACTERISTICS OF MAKING TOYS FROM CLAY AND PLASTICLINE IN PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATION. *Journal of new century innovations*, 11(7), 47-51.

33. Inomjonovna, R. I., & Yuzboyevna, T. M. (2022). TEACHING CHILDREN TO MAKE CREATIVE MODELS FROM DIFFERENT PLANTS. *Journal of new century innovations*, 11(7), 57-61.

34. Inomjonovna, R. I. (2022). TEACHING SCULPTURE AND ITS CHARACTERISTICS TO CHILDREN IN PRESCHOOL EDUCATION PEDAGOGICAL FUNDAMENTALS. *Journal of new century innovations*, 11(7), 73-78.

35. Inomjonovna, R. I. (2022). THE IMPORTANCE OF AESTHETIC EDUCATION IN PRESCHOOL CHILDREN. *Journal of new century innovations*, 11(2), 104-108.

36. Inomjonovna, R. I. (2022). THE IMPORTANCE OF THE TECHNOLOGY OF WORKING WITH CLAY, PAPER AND MATERIALS IN INVOLVING CHILDREN IN WORK ACTIVITIES IN THE PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATION. *Journal of new century innovations*, 11(2), 113-117.



37. Inomjonovna, R. I. (2023). DEVELOPMENT OF CREATIVE COMPETENCE OF EDUCATORS IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS. *Journal of new century innovations*, 22(1), 125-129.
38. Рахматова, И. И. (2016). МЕСТО И ЗНАЧЕНИЕ ИГРЫ В ПРОЦЕССЕ ХУДОЖЕСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ. *Учёный XXI века*, (7 (20)), 23-25.
39. Inomjonovna, R. I. (2023). STEAM EDUCATION IS ONE OF THE MAIN TRENDS IN THE WORLD. *Journal of new century innovations*, 21(2), 27-32.
40. 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.
41. Inomjonovna, R. I. (2023). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PICTURE ACTIVITY IN EDUCATIONAL PERSONALITY. *Journal of new century innovations*, 22(1), 113-118.
42. Inomjonovna, R. I. (2023). HUMAN CAPABILITIES-SOCIAL DEVELOPMENT IS A PRODUCT. *Journal of new century innovations*, 22(1), 119-124.
43. Inomjonovna, R. I. (2023). DEVELOPMENT OF CREATIVE ABILITY AND IMAGINATION IN CHILDREN. *Journal of new century innovations*, 22(1), 108-112.
44. 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.
45. 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.
46. Inomjonovna, R. I. (2023). FACTORS FOR THE DEVELOPMENT OF IMAGING SKILLS OF PRESCHOOL CHILDREN. *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(5), 74-79.
47. Valiyev, A. N. (2018). Rahmatova II O'quvchilarda ijodiy fikrlashni rivojlantirishda loyihalash masalalarining o'rni. T.: "Xalq ta'limi" jurnali.
48. Inomjonovna, R. I. (2023). FACTORS OF WORKING WITH VIOLENT CHILDREN AND ADULTS USING ART THERAPY TECHNOLOGIES. *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(5), 80-88.