

ERTAKTERAPIYA PSIXOTERAPEVTIK VA DIAGNOSTIKA ISHLARINING MAXSUS USULI SIFATIDA

Hikmatullayeva Gulnoza Abdurasulovna

Olmazor tumani, 458-sonli DMTT psihologi

Tashxodjayeva Zebo Anvarovna

Olmazor tumani, 269-sonli DMTT psihologi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada ertaktepapiyaning bolalar shaxsini shakllanishida samarasi hamda mazmun mohiyati to'g'risida fikr yuritilgan.*

Аннотация: *В данной статье рассматриваются эффективность и содержание сказкотерапии в формировании личности детей.*

Kalit so'zlar: *terapiya, shaxs, korreksiya.*

Ertak - bu xayoliy harakat, lekin u atrofidagi hayot haqidagi ma'lumotlarni o'z ichiga oladi, bu bolaga real vaziyatlarni to'g'ri baholashga va muayyan qarorlar qabul qilishga yordam beradi.

Ertaklar ko'p qirrali material bo'lib, undan bolalarni tarbiyalash, rivojlantirish foydalansa bo'ladi. Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun ertak terapiyasi bolalarning psixologik muammolarini tuzatishning arzon va juda samarali usuli hisoblanadi. Ertaklar yordamida psixologlar tomonidan murakkab psixoanaliz amalga oshiriladi. Maktabgacha yoshdagi bolalarda ko'pincha o'zlari bilmagan va to'g'ri aniqlay olmaydigan psixologik muammolar yuzaga keladi. Bola biror narsadan qo'rqadi, tashvishlanadi, ba'zi holatlarda noqulaylik his qiladi, lekin muammoning mohiyatini tushunmaydi. Ertak terapiyasi psixologik muammolarni tortib olish va tuzatishga yordam beradi. Bolalar uchun ertak terapiyasi - bu bolaning his-tuyg'ulari va hissiyotlari bilan ishlashga qaratilgan mujassam mashg'ulot.

Ertakterapiya bu-psixologik usul bo'lib, bola bilan birgalikda olib boriladi. Ertak yordamida bolaning shaxs emotsional muammolarini hal qilishda va bolani axloqiy reaksiyalarini korreksiyalashda foydalaniladi.

Ertakterapiyasi ruhni bilish va davolash shaklidir. Ertakterapiyada inson duch keladigan muammolar va tajribalar haqida hikoya qiluvchi terapevtik ertaklardan foydalaniladi.

Ertakterapiyasi - bu psixoterapevtik yo'nalish bo'lib, uning yordamida bola o'z qo'rquvini, salbiy shaxsiy xususiyatlarini engib o'tadi, shuningdek, uning shaxsiyatini tarbiyalaydi, rivojlantiradi va kerak bo'lganda xatti-harakatlarini to'g'rilaydi. Bu tarbiya va ta'limning eng qadimiy usuli. Ertakterapiya bugungi

kunda juda mashhur bo'lib, og'ir intellektual nogiron bolalar bilan ishlashda faol qo'llaniladi.

Ertakterapiya kontseptsiyasining manbalari L. S. Vygotskiy, D. B. Elkonin asarlari hisoblanadi. Ertakterapiyaning tarixi amaliy psixologiya maktabi sifatida o'z mazmunida san'at, fantaziya elementlarini va inson bilan o'zaro munosabatlarning madaniy kontekstining o'ziga xos xususiyatlarini XX asrning 90-yillaridan boshladi. Biroq, agar biz buni aniq shaxsga faol ta'sir qilish usuli deb hisoblasak, unda uning tarixi ancha qadimiy ildizlarga ega bo'ladi.

Ertakterapiya tufayli odamda hayotga ijodiy munosabat shakllanadi, maqsadga erishish yo'llarining xilma-xilligini ko'rishga yordam beradi, hayotiy muammolarni hal qilishda yashirin qobiliyatlarni rivojlantiradi, o'ziga ishonch paydo bo'ladi, odam salbiy his-tuyg'ulardan xalos bo'ladi. muhitda o'zini yo'naltiradi, o'zining kuchli va zaif tomonlarini anglaydi. Boshqa tomondan, o'zini o'zi qadrlash va o'zini o'zi nazorat qilish rivojlanadi.

Ta'lim-tarbiya jarayonida ertakdan foydalanish orqali, bolaning salbiy xulq-atvorining namoyon bo'lishini tuzatishingiz mumkin.

Ertakterapiyaning maqsadi:

- hissiy stressni olib tashlash.
- Guruhda ishonchli o'yin muhitini yaratish. Bolalar o'rtasida shaxslararo aloqalarni o'rnatish.
- bolalarda o'zlariga, tashqi ko'rinishiga nisbatan ijobiy hissiy reaksiyalarni shakllantirish, o'zini va boshqa odamlarni xursand qilish istagini shakllantirish, bolaning emansipatsiyasiga yordam berish.
- bolaning o'ziga, o'z qobiliyatiga ishonch hissini rivojlantirish.
- Tengdoshlar va kattalar bilan muloqot qilish ko'nikmalarini va ko'nikmalarini rivojlantirish.

Ertakterapiyada ishlatiladigan ertak turlari:

Didaktik ertak - bolalarga yangi tushunchalar (uy, tabiat, oila, jamiyatdagi xatti-harakatlar qoidalari va boshqalar) haqida gapirib berish uchun yaratilgan. Bunday ertaklardagi vazifalar bolaga olingan bilimlarni amalda darhol qo'llash imkoniyatini beradi. Didaktik ertakni har qanday qulay shaklda (hikoya, multfilm yoki shunchaki o'yin) aytib berish mumkin. Bu bolada qiziqish uyg'otishi va muntazam mashg'ulotni jonlantirishi mumkin bo'lgan didaktik ertak.

Psixologik ertak - bolaning shaxsiy rivojlanishini yo'naltirish va boyitish uchun mo'ljallangan.

Badiiy ertak - bolalarni insoniyatning estetik tamoyillari, an'analari bilan tanishtiradi.

Diagnostik ertak - bolaning xarakterini aniqlashga yordam beradi va uning dunyoga munosabatini ochib beradi.

Meditatsion ertak - bu ertakning o'ziga xos turi bo'lib, u tinglovchining ongsizligi bilan muloqot orqali uning tasavvurida jonli yorqin tasvirlarni yaratishga urg'u beradi.

Giperaktiv bolalar uchun ertakterapiya. Diqqat tarqoq giperaktivlik buzilishi bo'lgan bolalar bilan ishlashda ko'pincha ertakterapiya usuli qo'llaniladi, bu haddan tashqari faollikni kamaytiradi va bolaning hissiy holatini normallashtiradi. Ertak orqali giperaktiv bola o'z xatti-harakatlarini nazorat qilishni o'rganadi, yanada xotirjam bo'ladi.

Ertakterapiyadan foydalanib, siz bolani fobiya va salbiy xarakter xususiyatlaridan halos etishimiz mumkin. Ertak sevgi va do'stlikni qadrlashga, hayotiy qadriyatlarni tushunishga va boshqalarni kechirishga yordam beradi.

Olimlar uzoq yillar davomida ertakterapiyaning o'sib borayotgan shaxsga ta'sirini o'rganib, undan foydalanishning 3 ta usulini aniqladilar:

➤ Tarbiyalash vositasi. Jamiyatda borliq haqida tushuncha shakllanadi, xulq-atvor normalari va qoidalari haqidagi bilimlar rivojlanadi, axloqiy tamoyillar singdiriladi.

➤ Turli yosh toifalaridagi bolalarga qo'llanilishi mumkin bo'lgan rivojlanish vositasi. Masalan, 3 yoshli bolalar ezgulik va yomonlik tushunchalarini farqlashni, tevarak-atrofdagi olamni, undagi hodisalarni tushunishni o'rganadilar. Bu erda o'yinchoqlar, hayvonlar haqidakichik ertak va hikoyalarni tanlash tavsiya etiladi. 10 yoshdan oshgan bolalar hayot sharoitlariga qarshi turishni o'rganadilar, haqiqiy hayotda so'zlaringiz va harakatlaringiz uchun javobgarlikni o'z zimmangizga olishingiz kerakligini qabul qiling.

➤ Psixoterapiya. Ertak terapiyasini guruh va individual tarzda qo'llash orqali hayot muammolarini hal qilish, qo'rquvdan xalos bo'lish va to'g'ri qaror qabul qilish imkonini beradi. 4 yoshda pari va sehrgarlar haqidagi asarlardan foydalanish to'g'ri bo'ladi.

Ertaklarni faqatgina psixologik terapiyadagina qo'llamay, balki oila davrasida muntazam qo'llash bolalik davridagi eng iliq hislarni bola xotirasida muhrlashga imkon beradi. Ertaklar bolaning muammolaridan kelib chiqqan holda tuzilishi, ertak terapiyasini o'tkazish mobaynida bolaning har bir xatti-harakatiga ahamiyat berib borilishi lozim. Bolaning individual xususiyatlaridan kelib chiqqan holda ertakni qabul qilish darajasini muntazam kuzatib borish lozim. Xulosa o'rnida shuni aytish mumkinki, bola xatti-harakatidagi emotsional buzilishlarni, albatta o'yinlar, o'yinchoqlar, bolaning tasviriy faoliyati, musiqa, teatr va umuman aytganda san'at yordamida ham

to'g'rilasa bo'ladi. Lekin, bolalar uchun eng tushunarli va sevimli usul bu – ertakdir. To'g'ri tanlangan ertak yordamida boladagi ko'plab muammolar – qo'rquv, injiqlik kabilarni yo'qotish, bolada qat'iyat va irodani shakllantiradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Tkach R. M. T-48 Bolalar muammolari uchun ertakterapiya . - Sankt-Peterburg: nutq; M .: Sfera. 2008. - 118 b.
2. Vachkov I.V. Peri terapiyasi. Psixologik ertak orqali ongni rivojlantirish. - M: Os-89, 2007.-144 b.
3. Grebenshchikova L.G. Marionet terapiyasining tamoyillari. Qo'g'irchoqlar galereyasi. - Sankt-Peterburg: Nutq, 2007. - 80 p.
4. Zinkevich-Evstigneeva T.D. Ertaklar bilan ishlash shakllari va usullari. - Sankt-Peterburg: Nutq, 2008. - 240 b.
5. Zinkevich-Evstigneeva T.D. Peri terapiyasi asoslari.
6. <https://nsportal.ru/>
7. <https://cyberleninka.ru/>