

## ОСОБЕННОСТИ СТАНОВЛЕНИЯ АРТ-ТЕРАПИИ

*Авазов Убайдулла Тургунович*

*Студент Термезского государственного  
педагогического института*

**Аннотация:** В данной статье рассматривается значение использования искусства в терапевтических целях, развитие познавательных способностей, психотерапия и психологическая коррекция, основанная на использовании искусства и творчества для терапии, трудностей эмоционального развития, стресса, депрессии, эмоциональной неустойчивости, межличностных конфликтов, страха, фобия, освещены важные аспекты направлений арт-терапии в таких случаях, как низкая самооценка.

**Ключевые слова:** личность, познание, поведение, способности, искусство, история, семья, творчество, личностный рост, арт-терапия, горе, конфликту

### ВВЕДЕНИЕ

Характерные особенности становления арт-терапии. Арт-терапия уникальна и незаменима в тех случаях, когда вербальный метод невозможен, это особый язык самовыражения через искусство. Арт-терапия порой становится единственным способом «связаться» между человеком и обществом, между клиентом и консультантом. В арт-терапии используются все языки (телесный, звуковой и т. д.). Само творчество неразрывно связано с представлением об удовольствии как процессе. Творчество по своей природе не может причинять боль, но может привести к опыту. Потому что забыть или подавить травму совершенно невозможно. Но можно выжить, ассимилироваться, принять и отпустить. Поэтому арт-терапия признана самым безболезненным способом решения проблем.

Когда мы обращаемся к творчеству, мы сознательно даем ему возможность выжить, не уйти от боли, но в арт-терапии также важно адаптироваться к любой ситуации посредством творчества. Креативность позволяет находить парадоксальные решения буквально из ничего, тем самым способствуя личностному самосознанию и росту. Это отказ от стереотипных способов мышления и действий, который помогает развивать творческий полет, фантазию, а значит, переход границ. Ведь ни для кого не секрет, что людей, мыслящих творчески, очень мало, ведь в процессе жизни у каждого человека формируется образ, соответствующий той среде, в которой он родился, которая может иметь запреты и ограничения.



Нормы, неблагоприятные ситуации и многие другие моменты жизни способны «удалить» ту матрицу, которая свойственна человеку с самого начала. Терапия пробуждает в человеке творчество, а человек пробуждается в творчестве, а это необходимо, чтобы выжить в постоянно меняющемся мире. Чем более развито общество, тем меньше в нем удовольствия. Если остановиться на отличиях искусства от других видов деятельности, то разница в том, что оно не ставит практических и прагматических целей. В науке человек стремится к точности, правильности, пониманию сути, подтверждению различными теориями, искусство целостно по своей сути и в то же время мечтательно, сверкает своими фантазиями и красками.

Образы и звуки не могут причинить боль или травму, искусство может заставить человека почувствовать и увидеть мир совершенно по-другому, почувствовать себя и свои переживания, по-другому оценить себя. У каждого своя история. В этой истории есть смешные и грустные моменты. Есть ситуации, которые очень хочется вспомнить, пережить, может быть, подумать заново, но доступ к ним находится за «семи замками», то есть внутренними аномальными ощущениями.

Арт-терапия – это ключ к раскрытию творческого потенциала человека, высвобождению его скрытых энергетических резервов и, в конечном итоге, поиску лучших способов решения своих проблем. Все, что связано с творчеством, предполагает веселье и творчество. Если клиент не профессионал, а в арт-терапии есть правило – работать можно в паре, но клиент не обязательно должен быть профессионалом, то творческий процесс становится своего рода игрой. Игра – это существующий для человека вид деятельности, в котором смысл заключается не в самом результате, а в игре ради игры. Если лишить человека игры, то он будет страдать глубоким психическим заболеванием. Игра

дает большую свободу в выборе своей стратегии, свободу мысли, она не терпит стереотипов и шаблонов. В игре вы можете быть любым человеком – женщиной, мужчиной, ребенком, животным, деревом и т. д. Если человек начинает игру даже с, казалось бы, искренней и безразличной целью типа «научиться чему-то новому» — то «игра» перестает быть игрой и человек просто начинает чему-то учиться.

Травести – «унижение, унижение, издевательство». Через искусство человек может высмеивать вещи, которые человек не может преодолеть, которые вызывают страх. Моделируя свои страхи, рисуя картину того, что его пугает, человек способен понять корень этих страхов. Иногда, например, огромного медведя, идущего на охоту, легко нарисовать маленьким и забавным чудачком. Искусство поистине чудесная вещь и оно поистине терапевтическое, играя словами, музыкой, красками, костюмами, масками, глиной и многими другими атрибутами искусства, чтобы создать голограмму человеческого образа и суть проблемы. Так что почувствуйте это, примите это и отпустите. Искусство учит выживанию и принятию жизни. Искусство лечит, то есть возвращает человеку целостность.

Становление арт-терапии как науки. Согласно известным исследованиям, из художественной среды западного искусства принадлежат деятели А. Хилла, Э. Адамсона (Великобритания), Э. Кремера, М. Хантона, Д. Джонса, Р. Олта (США) и др. В частности, Адриан Хилл наиболее известен тем, что одним из первых использовал слово «арт-терапия» для описания своей работы с пациентами в послевоенных британских больницах. Адриан Хилл — автор книги «Визуальное искусство против болезней» (1945) и инициатор организации художественных мастерских в учреждениях Национальной системы здравоохранения. С 1946 года Адамсон, еще один английский художник, начавший работать в психиатрической больнице, начал проводить занятия с пациентами на базе созданной им открытой художественной мастерской.

Адриан Хилл считал, что с помощью визуализации пациенты могут преодолеть свои психические заболевания. Адамсон также создал коллекцию, насчитывающую около 60 000 рисунков, картин и поделок, которые он считал уникальными произведениями изобразительного искусства. Начиная с 1930-х годов Хантун начал преподавать уроки рисования пациентам психиатрических клиник в клинике Меннингер в Топике, штат Канзас. Клиника получила известность как один из ярких примеров реализации нового, гуманного подхода к лечению психических больных. Важное место в деятельности клиники отводилось психоаналитической терапии и фактору творческой деятельности.

В дальнейшем на базе этой клиники работали известные представители американской арт-терапии, художники Джонс и Олт. Вместе с другими

пионерами в этой области, в начале 1960-х годов они инициировали создание Американской ассоциации арт-терапии. Следует также помнить, что развитие первых форм арт-терапии активно поддерживали представители арт-мира. Хотя многие из них не занимались непосредственно проведением художественных занятий с больными, они заинтересовались творчеством душевнобольных и считали его уникальным и удивительным художественным явлением и даже источником вдохновения для своего творчества.

М. Эрнст, В. Кандинский, Ж. Дебюффе, П. Клее, А. Арто, С. Дали и многие другие авангардисты внесли свой вклад в развитие новых форм медицинской практики, основанных на изобразительном искусстве. Подходы к использованию изобразительного искусства в клинической среде, применявшиеся художниками того времени, основывались на идеях о целебном действии процесса изобразительной деятельности, его способности активизировать личность больного, его возможности свободно выходить на улицу. Это, эмоции или болезнь.. отвлекает от мыслей о.

Идеологической платформой пионеров зарубежной арт-терапии из художественной среды является инновационная арт-педагогика, концепция воспитания и воспитательного воздействия на человека посредством искусства, которая часто сочетается с психоаналитическими взглядами на изобразительное искусство как проводника бессознательных импульсов. На самом деле в англоязычных странах такой подход к арт-терапии, как правило, называют «терапевтическое изобразительное искусство» (therapeutic art), «изящное искусство как терапия» (как арт-терапия), «искусство исцеления» (healing art). ) и использовался как форма психотерапевтической практики или арт-психотерапии. Хотя терапевтическое изобразительное творчество и художественная психотерапия представляют собой две стороны одного и того же явления или две разные формы реализации терапевтического потенциала изобразительной деятельности, они имеют ряд принципиальных отличий, связанных, прежде всего, с использованием разных терапевтических синогенных факторов. Дошкольный возраст имеет богатейшие возможности для развития творческих способностей. Но, к сожалению, эти возможности со временем постепенно исчезают, поэтому необходимо максимально эффективно использовать их в дошкольном возрасте, когда дети очень любознательны и имеют огромное желание познавать окружающий мир.

### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В то время, когда жизнь сегодня становится все более красочной и сложной, арт-терапия – это не привычные действия, а мобильность, гибкость мышления, быстрая ориентация и адаптация к новым условиям, различным проблемам,

чтобы не пропустить чувствительный период для развитие творческих способностей, требует творческого подхода к решению

### **ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА:**

1. M.D. Shavkatovna "Pedagogy before school" Bukhara 2021
2. Karimov M., Ikromova M., Physical development of children through dance elements. Т., "IZ", 2008. p. 304.
3. "Pedagogy" edited by A. Munavvarova - Т., 1996
4. Inomjonovna, R. I. (2023). DEVELOPMENT OF CREATIVE COMPETENCE OF EDUCATORS IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS. *Journal of new century innovations*, 22(1), 125-129.
5. Inomjonovna, R. I. (2023). STEAM EDUCATION IS ONE OF THE MAIN TRENDS IN THE WORLD. *Journal of new century innovations*, 21(2), 27-32.
6. 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.
7. Inomjonovna, R. I. (2023). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PICTURE ACTIVITY IN EDUCATIONAL PERSONALITY. *Journal of new century innovations*, 22(1), 113-118.
8. Inomjonovna, R. I. (2023). HUMAN CAPABILITIES-SOCIAL DEVELOPMENT IS A PRODUCT. *Journal of new century innovations*, 22(1), 119-124.
9. Inomjonovna, R. I. (2023). DEVELOPMENT OF CREATIVE ABILITY AND IMAGINATION IN CHILDREN. *Journal of new century innovations*, 22(1), 108-112.
10. 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.
11. 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.
12. 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.
13. Рахматова, И. И. (2023). АРТ-ТЕРАПИЯ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ДЕТЕЙ С ТРАВМАМИ (ВО ВРЕМЯ ВОЙНЫ, НАСИЛИЯ, СТИХИЙНЫХ БЕДСТВИЙ). *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(6), 192-198.
14. Рахматова, И. И. (2023). УЧЕНИЯ О ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА И ПРИРОДЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НАСЛЕДИЯ АБУ АЛИ ИБН СИНЫ. *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(6), 207-215.

15. Inomjonovna, R. I., & Vofuqulovna, B. D. (2023). UZBEKISTAN IS A CENTER OF SCIENCE, ENLIGHTENMENT AND CULTURE. *THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY*, 1(6), 199-206.

16. Inomjonovna, R. I. (2023). THE IMPORTANCE OF USING ART, ARTISTIC CREATIVITY AND ART THERAPY IN PREVENTING AGGRESSION IN CHILDREN. *Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities*, 11(6), 383-389.

17. Inomjonovna, R. I. (2023). THE IMPORTANCE OF USING ART, ARTISTIC CREATIVITY AND ART THERAPY IN PREVENTING AGGRESSION IN CHILDREN. *Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities*, 11(6), 383-389.

18. Рахматова, И. И. (2023). ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ АРТ-ТЕРАПИИ ЧЕРЕЗ ИНТЕГРАЦИЮ ИСКУССТВА. *Innovative Development in Educational Activities*, 2(18), 33-39.

19. TURAKULOVNA, M. F., & QIZI, M. M. M. (2021). COMPETENCE OF THE EDUCATOR IN THE ORGANIZATION OF VISUAL ACTIVITIES. *International Journal of Philosophical Studies and Social Sciences*, 1(2), 100-103.

20. Muhammadiyeva, F. (2023). THE ROLE OF PEDAGOGICAL WORKERS OF THE PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATION IN SOCIAL ACTIVITIES WITH CHILDREN. *International Bulletin of Medical Sciences and Clinical Research*, 3(4), 94-96.

21. Muhammadiyeva, F. (2022). THE ROLE OF EDUCATORS OF THE PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATION IN SOCIAL ACTIVITIES WITH CHILDREN. *International Bulletin of Applied Science and Technology*, 2(10), 225-227.

22. Muhammadiyeva, F., & Muyassar, E. (2023). МАКТАБГАЧА ТА'ЛИМ YOSHIDAGI BOLALARNING XOTIRASINI KUCHAYTIRISH USULLARI. *Journal of new century innovations*, 28(5), 54-59.

23. Feruza, M. (2023). THE ROLE OF THE NEIGHBORHOOD IN SOCIAL EDUCATION. *International Journal of Advance Scientific Research*, 3(07), 112-120.

24. Muhammadiyeva, F. (2023). МАКТАБГА ТАЙЙОРЛОВ GURUHLARI TARBIYALANUVCHILARINI MILLIY QADRIYATLAR ASOSIDA TARBIYALASH YO'LLARI. *Interpretation and researches*, 2(1).

25. Turakulovna, M. F. (2023). МАКТАБГАЧА ТА'ЛИМДА TEXNOLOGIYA TA'LIMI: BOLALARGA ARTEFAKTLARDAN FOYDALANISH VA YARATISH IMKONIYATLARINI TA'MINLASH: Muxammadiyeva Feruza

26. Turakulovna, Termiz davlat pedagogika instituti, maktabgacha ta'lim nazariyasi kafedrasida o'qituvchisi. *Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал*, (2), 180-182.

27. Muhammadiyeva, F., & Otaxo'jayeva, B. (2023). МАКТАБГАЧА YOSHIDAGI BOLALARNING YOSHGA DOIR PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *Инновационные исследования в современном мире: теория и практика*, 2(10), 52-54.

28. Turakulovna, M. F. (2022). THE ROLE AND IMPORTANCE OF MODERN TECHNOLOGICAL METHODS IN PRESCHOOL

29. Radjabova, G. M. The educational value of oral folk art for preschoolers. *European research*, (1), 75.

30. Rajabova, M. G., Makkaeva, R. S. A., & Mahluff, A. (2021). Strategic framework for sustainable enterprise development. In *Sustainable Development of Modern Digital Economy: Perspectives from Russian Experiences* (pp. 35-43). Cham: Springer International Publishing.

31. Rajabova, M. (2021). O'ZBEKISTONDA INVESTITSION FAOLLIKNI OSHIRISH YO'LLARI VA SAMARADORLIGINI VAHOLASH. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)*, 7(7).

32. Rajabova, M. (2021). MAMLAKATIMIZDA MEHNAT RESURSLARI VA MEHNAT SALONIYATI KO 'RSATKICHLARINI VAHOLASH SAMARADORLIGI. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)*, 7(7).

33. Rajabova, G. (2021, September). MAKTABGACHA TA'LIM MUASSASASI VA BOSHLANG'ICH TA'LIM ORASIDAGI UZVIYLIK: DOI: 18.53885/edinres. 2021.58. 96.028 Rajabova Gulbahor Mamatraimova, TerDU Pedagogika instituti. In *Научно-практическая конференция* (pp. 65-66).

34. Раджабова, Г. М., Турсунова, Ю. С., & Бозорова, Х. М. (2018). ОРГАНИЗАЦИЯ ХУДОЖЕСТВЕННО-КОНСТРУКТОРСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА УРОКАХ ТРУДОВОГО ОБУЧЕНИЯ. *Интернаука*, (42-1), 52-53.

35. Diyorakhon, N., & Gulbakhor, R. (2017). Viability of *Dunaliella salina* in the state of anhydrobiosis. *European journal of biomedical and life sciences*, (1), 4-5.