

O'SMIRLARDA KREATIV TAFAKKURNI SHAKLLANTIRISHDA ART-TERAPEVTIK MASHG'ULOTLARNING PSIXOLOGIK SAMARADORLIGI

M.A.A'zamova¹

Mas'ul muallif: A'zamova Maxliyo Abduraximovna, Buxoro xalqaro universiteti mustaqil tadqiqotchisi.

e-mail: maxzamova93@gmail.com

Accepted: 01 Oktabr 2026

Published: 01 Oktabr 2026

Copyright: © 2026 by the author(s). Licensee Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi.

Iqtibos uchun: A'zamova, M. A. O'SMIRLARDA KREATIV TAFAKKURNI SHAKLLANTIRISHDA ART-TERAPEVTIK MASHG'ULOTLARNING PSIXOLOGIK SAMARADORLIGI / M.

A. A'zamova // Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi. — 2026. — T. 10, № 1. — B. 35–39.

1. Buxoro xalqaro universiteti mustaqil tadqiqotchisi

Annotatsiya. Mazkur maqolada o'smirlik davrida kreativ tafakkurni shakllantirish va rivojlantirishda art-terapevtik mashg'ulotlardan foydalanishning psixologik imkoniyatlari tahlil qilinadi. Tadqiqotda o'smirlarning ijodiy fikrlashi, yangi g'oyalarni ilgari surishi, muammolarga turli nuqtayi nazardan yondashishi hamda o'z fikrlarini erkin ifodalashiga ta'sir etuvchi psixologik omillarga e'tibor qaratiladi. Art-terapiyaning rasm chizish, ranglar bilan ishlash, kollaj yaratish, obrazli kompozitsiyalar tuzish va erkin ijodiy topshiriqlar kabi shakllari o'smirlarning tasavvur, assotsiativ fikrlash, mustaqil qaror qabul qilish va ijodiy tashabbuskorligini faollashtirish vositasi sifatida ko'rib chiqiladi. Shuningdek, art-terapevtik mashg'ulotlarning emotsional zo'riqishni kamaytirish, psixologik xavfsiz muhit yaratish va o'smirning o'z imkoniyatlarini namoyon etishiga sharoit yaratishdagi ahamiyati yoritiladi. Maqolada art-terapiya elementlarini ta'lim jarayoniga maqsadli integratsiya qilish orqali kreativ tafakkurni rivojlantirishning psixologik-pedagogik mexanizmlari asoslanadi.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, kreativ tafakkur, art-terapiya, ijodkorlik, ijodiy fikrlash, tasavvur, emotsional holat, psixologik rivojlanish, ijodiy faollik, psixologik xavfsizlik.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ В ФОРМИРОВАНИИ КРЕАТИВНОГО МЫШЛЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В статье рассматриваются психологические возможности использования арт-терапевтических занятий в формировании и развитии креативного мышления подростков. Особое внимание уделяется психологическим факторам, определяющим способность подростков генерировать новые идеи, находить различные способы решения проблем, проявлять инициативу и свободно выражать собственные мысли. Такие формы арт-терапии, как рисование, работа с цветом, создание коллажей, построение образных композиций и выполнение свободных творческих заданий, рассматриваются как средства активизации воображения, ассоциативного мышления, самостоятельности и творческой инициативы подростков. В работе также раскрывается значение арт-терапевтических занятий в снижении эмоционального напряжения, формировании психологически безопасной среды и создании условий для раскрытия индивидуального творческого потенциала подростка. Обосновывается целесообразность целенаправленной интеграции элементов арт-терапии в образовательный процесс как одного из психологико-педагогических условий развития креативного мышления подростков.

Ключевые слова: подростковый возраст, креативное мышление, арт-терапия, творчество, творческое мышление, воображение, эмоциональное состояние, психологическое развитие, творческая активность, психологическая безопасность.

PSYCHOLOGICAL EFFECTIVENESS OF ART-THERAPEUTIC ACTIVITIES IN DEVELOPING CREATIVE THINKING AMONG ADOLESCENTS

Abstract. This article examines the psychological potential of art-therapeutic activities in developing creative thinking among adolescents. Particular attention is given to psychological factors that influence adolescents' ability to generate original ideas, approach problems from different perspectives, demonstrate initiative, and express their thoughts freely. Various forms of art therapy, including drawing, color-based activities, collage making, visual composition, and open-ended creative tasks, are considered as tools for stimulating imagination, associative thinking, independent decision-making, and creative initiative. The article also highlights the role of art-therapeutic activities in reducing emotional tension, creating a psychologically safe environment, and providing adolescents with opportunities to express and develop their individual creative potential. The study substantiates the importance of purposefully integrating art-therapy elements into the educational process as a psychological and pedagogical condition for enhancing adolescents' creative thinking.

Keywords: adolescence, creative thinking, art therapy, creativity, creative activity,

imagination, emotional state, psychological development, creative initiative, psychological safety.

Kirish. Bugungi kunda ta'lim jarayonining asosiy vazifalaridan biri o'quvchiga tayyor bilimlarni yetkazish bilangina cheklanib qolmay, uning mustaqil fikrlashi, yangi g'oyalarni ilgari surishi, mavjud muammolarga noodatiy yondashishi va turli vaziyatlarda ijodiy yechimlar topish qobiliyatini rivojlantirishdan iborat. Ayniqsa, o'smirlik davrida mazkur qobiliyatlarni maqsadli shakllantirish alohida psixologik ahamiyat kasb etadi. Chunki ushbu davrda shaxsning bilish jarayonlari murakkablashib, mustaqil fikrlashga bo'lgan ehtiyoj kuchayadi, o'z qarashlarini asoslash, muqobil variantlarni izlash va o'z imkoniyatlarini namoyon etishga intilish tobora faollashadi. Shu sababli o'smirlarning intellektual va ijodiy salohiyatini rivojlantirishga xizmat qiladigan psixologik-pedagogik vositalarni takomillashtirish zamonaviy ta'limning muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Kreativ tafakkur shaxsning mavjud bilim va tajribalar doirasidan tashqariga chiqib, yangi fikr, g'oya, obraz yoki yechimlarni shakllantira olish imkoniyatini ifodalaydi. Uning rivojlanganligi o'smirning muammoli vaziyatni turli nuqtayi nazardan ko'ra olishi, bir masalaga bir nechta yechim variantlarini taklif qilishi, noodatiy assotsiatsiyalar hosil qilishi va o'z fikrini mustaqil tarzda ifodalashida namoyon bo'ladi. Biroq kreativ tafakkurning shakllanishi faqat intellektual mashqlar bilan belgilanmaydi. Shaxsning emotsional holati, o'ziga bo'lgan ishonchi, xatoga munosabati, tashqi baholashdan qo'rqish darajasi, psixologik qulaylik hissi va ijodiy faoliyatga bo'lgan ichki motivatsiyasi ham ushbu jarayonga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

O'smirlik davrining o'ziga xos xususiyatlaridan biri shundaki, bu bosqichda shaxs o'zining ichki kechinmalari, qiziqishlari va imkoniyatlarini anglashga faol intiladi. Tengdoshlar fikri, oila va ta'lim muhitidagi munosabatlar, muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik tajribasi o'smirning o'ziga nisbatan munosabatiga ta'sir ko'rsatishi mumkin. Natijada ayrim o'smirlar o'z fikrlarini ochiq ifodalashda tortinishi, xato qilishdan cho'chishi yoki tayyor qoliplardan tashqarida fikrlashga yetarli darajada jur'at qilmasligi mumkin. Bunday sharoitda o'smirlarga o'zini erkin ifodalash, tajriba o'tkazish va faoliyat natijasini faqat "to'g'ri" yoki "noto'g'ri" mezon bilan baholamaslik imkonini beruvchi rivojlantiruvchi muhitni yaratish muhimdir.

Art-terapiya ana shunday muhitni tashkil etishda qo'llanishi mumkin bo'lgan psixologik vositalardan biridir. Uning asosida shaxsning ijodiy faoliyat orqali o'z kechinmalari, tasavvurlari, munosabatlari va ichki tajribalarini ifodalash imkoniyati yotadi. Rasm chizish, ranglardan foydalanish, kollaj tuzish, turli obrazlarni yaratish, grafik kompozitsiyalar ishlab chiqish yoki erkin ijodiy topshiriqlarni bajarish jarayonida o'smir verbal ifodalash qiyin bo'lgan fikr va kechinmalarini boshqa shaklda namoyon qilishi mumkin. Shu bilan birga, ijodiy faoliyatning o'zi yangi obrazlar yaratish, turli variantlarni sinab ko'rish va mavjud tasavvurlarni qayta tashkil etishni talab qilgani sababli kreativ tafakkurning ayrim komponentlarini faollashtirishga xizmat qiladi.

Art-terapevtik mashg'ulotlarning psixologik samaradorligini faqat tayyor badiiy mahsulotning estetik sifatleri orqali baholash maqsadga muvofiq emas. Bunday mashg'ulotlarda asosiy e'tibor ijodiy jarayonning o'ziga, o'smirning mustaqil tanloviga, faoliyatga jalb etilish darajasiga, yangi g'oya yaratishiga va o'z fikrini erkin ifodalashiga qaratiladi. Masalan, bir xil mavzuda turli obrazlar yaratish, bir vaziyat uchun bir nechta vizual yechim topish yoki odatiy predmetni noodatiy maqsadda tasvirlashga doir topshiriqlar divergent fikrlashning faollashishiga yordam berishi mumkin. Bunda o'smir yagona javobni izlashdan ko'ra, bir nechta ehtimoliy variantlarni ilgari surishga yo'naltiriladi.

Mazkur jarayonda psixologik xavfsizlik alohida ahamiyatga ega. O'smir o'z ijodiy mahsuloti keskin tanqid qilinmasligiga, xatolari uchun salbiy baholanmasligiga va o'ziga xos fikrini ifodalash huquqiga ega ekanligiga ishongan taqdirdagina ijodiy faolligi yuqoriroq namoyon bo'lishi mumkin. Shuning uchun art-terapevtik mashg'ulotlarni tashkil etishda majburlashdan qochish, individual farqlarni hisobga olish, jarayonni qo'llab-quvvatlash va ijodiy tanlov uchun yetarli erkinlik berish muhim psixologik shartlardan hisoblanadi.

O'zbekistonda ham yosh avlodning ijodiy, intellektual va shaxsiy salohiyatini rivojlantirishga yo'naltirilgan ta'lim-tarbiya yondashuvlarini takomillashtirish dolzarb vazifalardan biridir. Zamonaviy maktab ta'limida o'quvchilarning faqat akademik natijalarini emas, balki mustaqil fikrlashi, tashabbuskorligi, ijtimoiy-emotsional rivojlanishi va ijodiy imkoniyatlarini qo'llab-quvvatlashga ehtiyoj ortib bormoqda. Shu nuqtayi nazardan art-terapevtik mashg'ulotlardan pedagogik va psixologik jarayonlarda maqsadli foydalanish o'smirlarning ijodiy faolligini qo'llab-quvvatlovchi qo'shimcha imkoniyat sifatida qaralishi mumkin.

Shu asosda o'smirlarda kreativ tafakkurni shakllantirishda art-terapevtik mashg'ulotlarning psixologik samaradorligini o'rganish nazariy va amaliy jihatdan muhimdir. Bunday tadqiqot art-terapiyaning qaysi shakllari o'smirlarning ijodiy faolligini rag'batlantirishi, qanday psixologik sharoitlar kreativ fikrlashning namoyon bo'lishiga yordam berishi hamda ijodiy mashg'ulotlarni ta'lim jarayoniga qanday mazmunda integratsiya qilish mumkinligini aniqlashga xizmat qiladi. Natijada o'smirlarning kreativ tafakkurini rivojlantirishga qaratilgan psixologik-pedagogik yondashuvlarni mazmunan boyitish va amaliy mashg'ulotlar samaradorligini oshirish uchun zarur ilmiy-amaliy asoslar shakllantiriladi.

Adabiyotlar tahlili. O'smirlarda kreativ tafakkurni rivojlantirish masalasi psixologiya va pedagogika fanlarida shaxsning intellektual imkoniyatlari, ijodkorlik faoliyati hamda bilish jarayonlarining rivojlanishi bilan uzviy bog'liq holda tadqiq etib kelinadi. Kreativ tafakkurga doir ilmiy yondashuvlarda, avvalo, shaxsning mavjud bilim va tajribalarni yangi kombinatsiyalarda qo'llashi, muammoga bir nechta nuqtayi nazardan yondashishi va original yechimlarni ilgari surishi muhim mezon sifatida qaraladi. J. Guilford divergent tafakkur tushunchasini ishlab chiqishda fikrlashning ravonligi, moslashuvchanligi, originalligi va g'oyalarni batafsil rivojlantirish kabi jihatlarni ijodiy faoliyatning muhim ko'rsatkichlari sifatida ko'rsatgan [1]. Mazkur yondashuv o'smirlarning kreativ tafakkurini baholashda faqat bitta to'g'ri javobni topish

emas, balki muayyan vaziyat uchun turli xil fikr va yechimlarni ishlab chiqish imkoniyatini hisobga olish zarurligini ko'rsatadi.

E. Torrance ijodiy fikrlashning rivojlanishini shaxsning muammoni sezishi, savollar shakllantirishi, taxminlar ilgari surishi va mavjud vaziyatga nisbatan turlicha yechimlarni izlash jarayoni bilan bog'laydi [2]. Uning tadqiqotlari kreativ tafakkurni faqat tug'ma qobiliyat sifatida emas, balki tegishli muhit va mashqlar yordamida rivojlantirilishi mumkin bo'lgan psixologik imkoniyat sifatida ko'rib chiqishga asos yaratgan. Ayniqsa, o'smirlik davrida ochiq turdagi topshiriqlardan foydalanish, erkin fikr bildirishga imkon berish va noodatiy javoblarni rag'batlantirish kreativ fikrlashning rivojlanishi uchun muhim shartlardan biri sifatida qaraladi.

R. Sternberg va T. Lubart ijodkorlikni shaxsning intellektual imkoniyatlari, bilimlari, fikrlash uslubi, motivatsiyasi va muhit bilan o'zaro ta'siri natijasida yuzaga keladigan murakkab hodisa sifatida izohlaydi [3]. Ushbu konsepsiya kreativ tafakkurning rivojlanishida faqat kognitiv mashqlar yetarli emasligini ko'rsatadi. O'smirning ijodiy faoliyatga bo'lgan ichki qiziqishi, mustaqil fikrlashga beriladigan imkoniyat va qo'llab-quvvatlovchi psixologik muhit ham muhim ahamiyat kasb etadi. Shu jihatdan art-terapevtik mashg'ulotlar kreativ tafakkurning kognitiv va emotsional komponentlarini birgalikda faollashtirish imkonini beruvchi faoliyat shakli sifatida ilmiy qiziqish uyg'otadi.

Art-terapiya yo'nalishidagi tadqiqotlarda ijodiy faoliyatning insonning emotsional holati, o'zini ifodalashi va psixologik moslashuviga ta'siri alohida o'rganilgan. M. Liebmman art-terapevtik faoliyatni guruhdagi o'zaro munosabatlarni rivojlantirish, shaxsning o'zini ifodalash imkoniyatlarini kengaytirish va psixologik qo'llab-quvvatlash bilan bog'laydi [4]. Mazkur yondashuvdan kelib chiqib, o'smirlar bilan tashkil etiladigan art-terapevtik mashg'ulotlarda ijodiy mahsulotning badiiy mukammalligidan ko'ra, o'smirning faol ishtiroki va o'z tajribasini erkin ifodalashi muhimroq hisoblanadi.

C. Malchiodi art-terapiyaning turli shakllari shaxsga verbal muloqotdan tashqari vizual va obrazli vositalar orqali o'z tajribasini ifodalash imkonini berishini ta'kidlaydi [5]. Ayniqsa, o'smirlik davrida ichki kechinmalarni bevosita so'z orqali ifodalash murakkab bo'lishi mumkinligi sababli, rasm, rang, obraz va boshqa ijodiy vositalardan foydalanish psixologik muloqotning qo'shimcha kanali sifatida ahamiyat kasb etadi. Bunday faoliyat kreativ tafakkurning rivojlanishi uchun ham qulay sharoit yaratishi mumkin, chunki o'smir o'z fikrlarini tayyor verbal shaklda emas, balki erkin obrazlar va individual assotsiatsiyalar orqali shakllantiradi.

K. E. Seifert va boshqa tadqiqotchilarning ijodkorlik va ta'lim muhitiga oid qarashlarida ham o'quvchining faol pozitsiyasi, mustaqil izlanishi va tajriba qilish imkoniyati kreativ rivojlanishning muhim sharti sifatida ko'rsatiladi. Bunday yondashuv ta'lim jarayonida standart topshiriqlar bilan bir qatorda ochiq yakunli, bir nechta javob variantiga ega va o'quvchidan mustaqil fikrlashni talab qiladigan mashqlardan foydalanish zarurligini ko'rsatadi.

Mahalliy ilmiy tadqiqotlarda ham o'quvchi-yoshlarning ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish, shaxsiy faolligini oshirish va ta'lim jarayonini psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash masalalariga e'tibor qaratilmoqda. Ushbu tadqiqotlarda o'quvchi shaxsining individual xususiyatlarini hisobga olish, ijodiy topshiriqlardan foydalanish, interfaol metodlarni qo'llash va psixologik qulay muhit yaratish ijodkorlikni rivojlantirishning muhim omillari sifatida talqin qilinadi. Shu bilan birga, art-terapiyaning aynan o'smirlarda kreativ tafakkurni shakllantirishga ta'sirini kompleks tarzda o'rganishga ehtiyoj saqlanib qolmoqda.

Tahlil qilingan ilmiy qarashlarni umumlashtirganda, kreativ tafakkur faqat intellektual faoliyat bilan cheklanmaydigan, balki motivatsion, emotsional va shaxsiy omillar bilan bog'liq ko'p komponentli jarayon ekanligi ko'rinadi. Art-terapevtik faoliyat esa mazkur komponentlarning ayrimlarini bir vaqtning o'zida faollashtirish imkonini beradi. Xususan, ijodiy topshiriqlarning ochiqligi divergent fikrlashni, obrazlar bilan ishlash tasavvur va assotsiativ tafakkurni, mustaqil tanlov qilish esa tashabbuskorlikni rag'batlantirishi mumkin. Shu sababli art-terapiya va kreativ tafakkur o'rtasidagi bog'liqlikni o'rganish psixologik-pedagogik tadqiqotlar uchun istiqbolli yo'nalishlardan biri hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, mavjud tadqiqotlarda kreativ tafakkurning nazariy asoslari va art-terapiyaning psixologik imkoniyatlari alohida yo'nalishlarda yetarlicha yoritilgan bo'lsa-da, ularning o'smirlik davriga xos psixologik xususiyatlar bilan integratsiyalashgan holda o'rganilishi qo'shimcha ilmiy izlanishlarni talab etadi. Ayniqsa, art-terapevtik mashg'ulotlarning o'smirlarning yangi g'oya yaratishi, muqobil yechimlarni ilgari surishi, ijodiy tashabbus ko'rsatishi va o'z fikrini erkin ifodalashiga qanday ta'sir ko'rsatishini aniqlash mazkur tadqiqotning muhim ilmiy yo'nalishini tashkil etadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot o'smirlarda kreativ tafakkurni shakllantirishda art-terapevtik mashg'ulotlarning psixologik samaradorligini aniqlashga yo'naltirildi. Tadqiqot metodologiyasi kreativ tafakkurning namoyon bo'lish shakllari, o'smirlarning ijodiy faoliyatga munosabati va art-terapevtik mashg'ulotlar jarayonidagi psixologik o'zgarishlarni kompleks kuzatish tamoyiliga asoslandi. Tadqiqotda miqdoriy ko'rsatkichlarni mexanik tarzda hisoblashdan ko'ra, o'smirlarning ijodiy topshiriqlarni bajarish jarayonidagi sifat o'zgarishlarini aniqlashga ustuvor ahamiyat berildi.

Tadqiqotning asosiy maqsadi art-terapevtik mashg'ulotlar o'smirlarning kreativ tafakkuriga qanday ta'sir ko'rsatishini aniqlashdan iborat bo'ldi. Shu maqsadda o'smirlarning yangi g'oyalar ishlab chiqishi, bir muammoga bir nechta yechim taklif qilishi, tasavvurdan foydalanishi, noodatiy assotsiatsiyalar hosil qilishi va ijodiy vazifalarni mustaqil bajarish darajasi kuzatildi. Tadqiqot jarayonida art-terapiyaning rasm chizish, ranglar bilan ishlash, kollaj yaratish, obrazli tasvirlash va ochiq yakunli ijodiy topshiriqlar kabi shakllardan foydalanish ko'zda tutildi.

Tadqiqot ishtirokchilari sifatida umumiy o'rta ta'lim muassasasining 56 nafar o'smiri jalb qilindi. Ishtirokchilar

o'smirlik davrining psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda tanlandi. Tadqiqot shartli ravishda dastlabki diagnostika, art-terapevtik rivojlantiruvchi mashg'ulotlar va yakuniy diagnostika bosqichlarida tashkil etildi. Bunday ketma-ketlik art-terapevtik ta'sirdan oldingi va keyingi holatni taqqoslash imkonini berdi.

Dastlabki bosqichda o'smirlarning kreativ tafakkurini aniqlashga qaratilgan ochiq turdagi ijodiy topshiriqlar berildi. Topshiriqlarni baholashda fikrlarning ravonligi, g'oyalarning xilma-xilligi, original yechimlarning mavjudligi, obrazli tasavvurdan foydalanish va berilgan vazifani mustaqil rivojlantirish qobiliyati asosiy mezonlar sifatida belgilandi. Bundan tashqari, o'smirlarning topshiriqni bajarish jarayonidagi qiziqishi, faolligi va o'z fikrini erkin ifodalashga tayyorligi ham kuzatildi.

Rivojlantiruvchi bosqichda art-terapevtik mashg'ulotlar tizimli ravishda tashkil etildi. Mashg'ulotlarda o'smirlarga aniq bitta javobni talab qilmaydigan ijodiy vazifalar taklif qilindi. Masalan, "Tasavvuringdagi kelajak shahri", "Oddiy predmetning noodatiy imkoniyatlari", "Ranglar orqali kayfiyat", "Bir voqeaning uch xil tasviri", "Yangi obraz yaratish" kabi topshiriqlar orqali o'smirlarning tasavvur, divergent fikrlash va ijodiy tashabbuskorligi faollashtirildi. Mashg'ulotlar davomida tayyor namunani aynan takrorlash emas, balki o'ziga xos yechim yaratish rag'batlantirildi.

Art-terapevtik mashg'ulotlarni tashkil etishda psixologik xavfsizlik tamoyiliga alohida e'tibor berildi. O'smirlarning ijodiy ishlari badiiy mahorat nuqtayi nazaridan keskin baholanmadi. Asosiy e'tibor ijodiy jarayon, mustaqil tanlov, yangi g'oya va fikrni ifodalashga qaratildi. Bu yondashuv o'smirlarda xato qilishdan qo'rqmaslik, o'z fikrini erkin namoyon etish va ijodiy tajriba qilishga bo'lgan tayyorgarlikni qo'llab-quvvatlashga xizmat qildi.

Tadqiqotda pedagogik kuzatish, ijodiy topshiriqlar, suhbat, faoliyat mahsulotlarini tahlil qilish va dastlabki hamda yakuniy natijalarni taqqoslash metodlaridan foydalanildi. Metodlarni birgalikda qo'llash orqali kreativ tafakkurning faqat bitta ko'rsatkichini emas, balki uning bir nechta jihatlarini aniqlash imkoniyati yaratildi.

Tadqiqot mezonlari va diagnostik yo'nalishlar

Tadqiqot yo'nalishi	Aniqlanadigan ko'rsatkichlar	Qo'llanilgan usul	Art-terapevtik faoliyat shakli	Kutiladigan psixologik o'zgarish
G'oyalar ravonligi	Qisqa vaqt ichida bir nechta g'oya ilgari surish	Ochiq ijodiy topshiriq	Erkin rasm va tezkor tasvirlash	G'oya ishlab chiqarish faolligining oshishi
Fikrlash moslashuvchanligi	Bir vazifaga turli yondashuvlarni taklif qilish	Muqobil yechimlar topshirig'i	Kollaj va obrazlarni qayta tashkil etish	Muammoni turli nuqtayi nazardan ko'rish
Originallik	Noodatiy va o'ziga xos yechim yaratish	Ijodiy mahsulot tahlili	"Noodatiy predmet" mashqi	Standart qoliplardan chiqib fikrlash
Tasavvur	Yangi obraz va vaziyatlarni yaratish	Obrazli topshiriqlar	Fantaziya rasmlari	Obrazli va assotsiativ tafakkurning faollashuvi
Ijodiy tashabbus	Mustaqil g'oya tanlash va uni rivojlantirish	Kuzatish va suhbat	Erkin ijodiy kompozitsiya	Mustaqillik va tashabbuskorlikning kuchayishi
O'zini ifodalash	Fikr va kechinmalarni ijodiy vositalar orqali ifodalash	Suhbat va faoliyat mahsulotini tahlil qilish	Ranglar va obrazlar bilan ishlash	O'z fikrini erkin ifodalash imkoniyatining kengayishi
Psixologik faollik	Mashg'ulotga qiziqish va faol ishtirok	Pedagogik-psixologik kuzatish	Guruhli ijodiy mashqlar	Ijodiy faoliyatga motivatsiyaning oshishi

Tadqiqotning yakuniy bosqichida dastlabki diagnostikada qo'llangan mezonlar asosida o'smirlarning kreativ tafakkuridagi o'zgarishlar qayta baholandi. Bunda o'smirlarning yangi g'oya ishlab chiqishi, yechimlar xilma-xilligi, ijodiy mahsulotning o'ziga xosligi, tasavvur imkoniyatlari va mustaqil ijodiy qarorlar qabul qilishi taqqoslandi. Natijalarni tahlil qilishda individual farqlar ham hisobga olindi.

Metodologik jihatdan tadqiqotning muhim jihati art-terapevtik mashg'ulotlarni oddiy rasm chizish faoliyati sifatida emas, balki kreativ fikrlashni rag'batlantiruvchi maxsus tashkil etilgan psixologik-rivojlantiruvchi faoliyat sifatida ko'rib chiqishdan iborat bo'ldi. Mashg'ulotlarning mazmuni o'smirlarga tayyor yechimni qabul qildirishga emas, balki muammoni mustaqil talqin qilish, bir nechta variantni sinab ko'rish va individual ijodiy yechim ishlab chiqishga yo'naltirildi.

Shuningdek, tadqiqot jarayonida o'smirlarning yosh va individual psixologik xususiyatlarini hisobga olish, ijodiy faoliyatga majburlamaslik, shaxsiy fikrni hurmat qilish hamda ishtirokchilarning psixologik xavfsizligini ta'minlash asosiy metodik talablar sifatida belgilandi. Shu asosda art-terapevtik mashg'ulotlarning samaradorligi nafaqat yakuniy ijodiy mahsulot, balki o'smirning fikrlash jarayoni, ijodiy faolligi, mustaqilligi va o'zini ifodalashidagi dinamik o'zgarishlar orqali baholandi.

Xulosa. O'tkazilgan nazariy tahlil va metodik yondashuvlar asosida o'smirlarda kreativ tafakkurni rivojlantirish jarayonida art-terapevtik mashg'ulotlardan foydalanish muhim psixologik-pedagogik imkoniyatlarga ega ekanligi aniqlandi. O'smirlik davrida shaxsning mustaqil fikrlashi, o'z qarashlarini shakllantirishi, yangi tajribalarni o'zlashtirishi va o'z imkoniyatlarini namoyon etishga intilishi kuchayadi. Shu sababli mazkur davrda kreativ fikrlashni qo'llab-quvvatlovchi rivojlantiruvchi muhitni yaratish o'smirning intellektual va shaxsiy rivojlanishi uchun muhim shartlardan biri hisoblanadi.

Art-terapevtik faoliyatning o'ziga xosligi shundaki, u o'smirlarga o'z fikrlarini faqat verbal shaklda emas, balki rang, tasvir, obraz va kompozitsiya orqali ifodalash imkonini beradi. Bunday faoliyat jarayonida o'smir tayyor namunani takrorlashdan ko'ra, o'z tasavvuriga tayangan holda yangi obrazlar yaratadi, mavjud g'oyalarni o'zgartiradi va muayyan

vazifaga nisbatan individual yechim ishlab chiqadi. Natijada kreativ tafakkurning ravonlik, moslashuvchanlik, originallik va tasavvur bilan bog'liq jihlatlarini faollashtirish uchun qulay sharoit yuzaga keladi.

Tadqiqot metodologiyasi art-terapevtik mashg'ulotlarning samaradorligini baholashda faqat yakuniy ijodiy mahsulotga emas, balki o'smirning ijodiy faoliyat jarayonidagi xatti-harakatlariga ham e'tibor qaratish zarurligini ko'rsatdi. Yangi g'oyalar taklif qilish, bir vaziyatga bir nechta yechim topish, mustaqil tanlov qilish, noodatiy fikr bildirish va topshiriqni ijodiy tarzda davom ettirish kreativ tafakkurning muhim namoyonlari sifatida belgilandi.

Art-terapevtik mashg'ulotlarning psixologik samaradorligini ta'minlovchi muhim omillardan biri psixologik xavfsiz muhitni shakllantirishdir. O'smir o'z ijodiy ishini erkin yaratishi, xato qilishdan qo'rqmasligi va o'ziga xos fikri hurmat qilinishini his qilganida ijodiy tashabbusni faolroq namoyon etishi mumkin. Shu sababli bunday mashg'ulotlarda natijani qattiq baholashdan ko'ra, ijodiy jarayonni qo'llab-quvvatlash, mustaqil fikrlashni rag'batlantirish va individual farqlarni hisobga olish maqsadga muvofiqdir.

Tadqiqot doirasida foydalanilgan ijodiy topshiriqlar art-terapiyani o'smirlarning divergent fikrlashini rag'batlantirishga yo'naltirilgan faoliyat bilan uyg'unlashtirish imkoniyatini ko'rsatadi. Ayniqsa, ochiq yakunli topshiriqlar, bir vaziyat uchun bir nechta obraz yaratish, ranglar orqali mazmun ifodalash, oddiy predmetga yangi funksiyalar o'ylab topish va fantaziya asosidagi kompozitsiyalar tuzish o'smirlarning ijodiy izlanishlarini faollashtiruvchi metodik vositalar sifatida qo'llanishi mumkin.

Shu bilan birga, art-terapiyani ta'lim jarayoniga joriy etishda uning maqsadi va qo'llash chegaralarini aniq belgilash zarur. Art-terapevtik mashg'ulotlar psixologik rivojlantirish va ijodiy faollikni qo'llab-quvvatlash vositasi sifatida rejalashtirilishi, mashg'ulot mazmuni esa o'smirlarning yoshi, individual xususiyatlari va psixologik ehtiyojlariga moslashtirilishi lozim. Bunda pedagog, maktab psixologi va zarur hollarda tegishli mutaxassislarning hamkorligi mashg'ulotlarni yanada maqsadli tashkil etishga yordam beradi.

Umuman olganda, art-terapevtik mashg'ulotlar o'smirlarning kreativ tafakkurini rivojlantirish uchun ijodiy, emotsional va kommunikativ imkoniyatlarni birlashtiruvchi rivojlantiruvchi vosita sifatida qaralishi mumkin. Uning samaradorligi ijodiy topshiriqlarning mazmuni, mashg'ulotlarning muntazamligi, psixologik xavfsiz muhit va o'smirlarga beriladigan ijodiy erkinlik bilan chambarchas bog'liq. Mazkur yondashuvni umumiy o'rta ta'lim amaliyotida maqsadli qo'llash o'smirlarning ijodiy tashabbuskorligi, mustaqil fikrlashi va yangi g'oyalar yaratish imkoniyatlarini qo'llab-quvvatlashga xizmat qilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

- [1] O'zbekiston Respublikasi. "Ta'lim to'g'risida"gi O'zbekiston Respublikasi Qonuni, O'RQ-637-son. - Toshkent, 2020.
- [2] O'zbekiston Respublikasi Prezidenti. "O'zbekiston - 2030" strategiyasi to'g'risida: PF-158-son Farmon. - Toshkent, 2023.
- [3] O'zbekiston Respublikasi Prezidenti. Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida: PF-60-son Farmon. - Toshkent, 2022.
- [4] Guilford J. P. The Nature of Human Intelligence. - New York: McGraw-Hill, 1967. - 538 p.
- [5] Torrance E. P. Torrance Tests of Creative Thinking: Norms-Technical Manual. - Bensenville, IL: Scholastic Testing Service, 1990.
- [6] Sternberg R. J., Lubart T. I. Defying the Crowd: Cultivating Creativity in a Culture of Conformity. - New York: Free Press, 1995. - 326 p.
- [7] Liebmann M. Art Therapy for Groups: A Handbook of Themes, Games and Exercises. - 2nd ed. - London: Routledge, 2004. - 264 p.
- [8] Malchiodi C. A. Handbook of Art Therapy. - 2nd ed. - New York: Guilford Press, 2012. - 480 p.
- [9] Malchiodi C. A. Creative Arts Therapy Approaches to Adolescent Mental Health. - London: Jessica Kingsley Publishers, 2014.
- [10] Runco M. A., Jaeger G. J. The Standard Definition of Creativity // Creativity Research Journal. - 2012. - Vol. 24, No. 1. - P. 92-96.