

KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI IMKONIYATI CHEKLANGAN BOLALARGA PSIXOLOGIK YORDAM BERISHDA NOMODDIY MADANIY MEROSDAN FOYDALANISH

Abdullayeva Xilola Urazaliyevna

Mustaqil tadqiqotchi

a_khilola@bk.ru

Tel.: +998908065747

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14724798>

Annotatsiya. Ushbu maqola kichik maktab yoshidagi imkoniyati cheklangan bolalar uchun nomoddiy madaniy merosdan foydalanishning psixologik yordamdagi ahamiyatiga bag'ishlangan bo'lib, unda nomoddiy madaniy meros elementlari (musiqa, ertaklar, raqslar) bolalarning ruhiy barqarorligi va ijtimoiy faolligini rivojlantirishda qanday rol o'ynashi haqida yozilgan.

Kalit so'zlar: imkoniyati cheklangan bolalar, nomoddiy madaniy meros, psixologik yordam, ijtimoiylashuv, jamiyatga integratsiya.

USING INTANGIBLE CULTURAL HERITAGE IN PROVIDING PSYCHOLOGICAL SUPPORT TO PRIMARY SCHOOL-AGED CHILDREN WITH DISABILITIES

Abstract. This article is dedicated to the significance of using intangible cultural heritage in providing psychological support to primary school-aged children with disabilities, focusing on the role of intangible cultural heritage elements (music, fairy tales, dances) in developing the psychological resilience and social activity of children.

Keywords. Children with disabilities, intangible cultural heritage, psychological support, socialization, integration into society.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕМАТЕРИАЛЬНОГО КУЛЬТУРНОГО НАСЛЕДИЯ В ОКАЗАНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ДЕТЯМ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Аннотация. Данная статья посвящена значению использования нематериального культурного наследия в психологической поддержке детей младшего школьного возраста с ограниченными возможностями, где рассматривается роль элементов нематериального культурного наследия (музыка, сказки, танцы) в развитии психологической устойчивости и социальной активности детей.

Ключевые слова. Дети с ограниченными возможностями, нематериальное культурное наследие, психологическая помощь, социализация, интеграция в общество.

Kirish. Imkoniyati cheklangan bolalarni jamiyatga samarali qo'shish, ularning psixologik holatini mustahkamlash hamda ijtimoiylashuviga yordam berish bugungi kunda muhim masalalardan biri hisoblanadi. Bu jarayonda nomoddiy madaniy meros vositalari samarali yordam beradi. Xalq an'analari, folklor va ijodiy tadbirlar bolalarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirib, ularning ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishda muhim o'rin tutadi. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning 2021-yil 22-fevral kuni BMT Inson huquqlari bo'yicha kengashining 46-sessiyasidagi nutqi alohida ehtiyojga ega bo'lgan shaxslarning huquqlarini himoya qilish masalalariga katta e'tibor qaratilishi bilan ahamiyatlidir. U o'z

nutqida imkoniyati cheklangan shaxslarning qobiliyatlarini aniqlash va rivojlantirish uchun maxsus dasturlar va shart-sharoitlar yaratish haqida soʻz yuritdi. Bunda alohida ehtiyojga ega bolalar uchun inklyuziv taʼlim tizimini kengaytirish; bunday shaxslarni sanʼat, sport, kasbiy taʼlim va boshqa sohalarida rivojlantirishga koʻmaklashish; imkoniyati cheklangan shaxslarning mehnat bozori talablariga mos keladigan kasblarni egallashi uchun imkoniyatlar yaratish masalalari taʼkidlandi.

Insonning psixologik rivojlanishi hayotning har bir bosqichida turli xil oʻzgarishlarni oʻz ichiga oladi. Kichik maktab yoshidagi imkoniyati cheklangan bolalar rivojlanishida turli xil psixologik oʻzgarishlar kuzatilib, ular jismoniy, aqliy, hissiy va ijtimoiy jihatlardan sogʻlom bolalardan farq qiladi. Avvalambor, ularda hissiy barqarorlikning pastligi kuzatiladi. Bolalar tez-tez stress, qoʻrquv va xavotirni boshdan kechiradi. Oʻziga boʻlgan ishonchning pastligi yaqqol namoyon boʻladi. Hayotga yoki biror narsaga motivatsiya va qiziqishning sustligi seziladi. Ayniqsa, taʼlim jarayoniga boʻlgan motivatsiya past boʻlishi mumkin. Shu tifaqli yangi bilim va koʻnikmalarni oʻzlashtirishda qiyinchiliklar paydo boʻladi. Bundan tashqari aqliy cheklovlar bolalarning oʻrganish qobiliyatiga salbiy taʼsir koʻrsatadi. Jismoniy imkoniyatlarining cheklanganligi esa ularning atrof-muhit bilan samarali muloqot qilishini qiyinlashtiradi. Bu yoshda imkoniyati cheklangan bolalar hatto oʻz hissiyotlarini tushunish va ifoda etish qobiliyatining sustligidan aziyat chekadi. Atrof-muhitdagi oʻzgarishlarga moslashishda sekinlik kuzatiladi.

Bu psixologik oʻzgarishlar imkoniyati cheklangan bolalarning ijtimoiylashuv jarayonida turli xil muammolarni yuzaga chiqaradi. Bu muammolar darajasi asosan ularning jismoniy va psixologik holati, shuningdek, jamiyatdagi qabul qilish darajasiga bogʻliq. Boshqa bolalar bilan teng muloqot qilish qobiliyatining pastligi, oʻz qobiliyatlariga mos kelmaydigan muhitda oʻzlarini cheklangan his qilish, jamoaviy mashgʻulotlar yoki oʻyinlarda ishtirok etishda qiyinchilik, yetakchilik qilish yoki jamoada rol oʻynash qobiliyatining pastligi, koʻpincha boshqa bolalar tomonidan toʻliq qabul qilinmaslik holatlari ularda izolyatsiya hissini kuchaytiradi va ijtimoiy rivojlanishni cheklaydi. Mustaqillikning past darajasi qiyin vaziyatlarda qaror qabul qilishda qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. Hayotiy koʻnikmalarning sust rivojlanishi sababli doimiy qoʻllab-quvvatlashga ehtiyoj sezishadi. Kichik maktab yoshidagi imkoniyati cheklangan bolalar rivojlanishida psixologik va ijtimoiy qiyinchiliklar ularning hayot sifatiga sezilarli taʼsir koʻrsatadi. Shuning uchun:

Har bir bolaning ehtiyojlariga mos tarzda yondashish va taʼlim dasturlarini shaxsiylashtirish;

Oila, jamiyat va taʼlim tizimining bolalarga koʻproq eʼtibor qaratishini taʼminlash;

Nomoddiy madaniy meros elementlaridan: xalq ertaklari, milliy qoʻshiqlar va madaniy mashgʻulotlar orqali ularning ijtimoiy va psixologik rivojlanishini ragʻbatlantirish zarur.

Imkoniyati cheklangan bolalar bilan ishlashda psixologik yordam ularning shaxsiy rivojlanishi va ijtimoiy moslashuviga katta taʼsir koʻrsatadi. Shu jarayonda nomoddiy madaniy meros elementlaridan foydalanish bolalarning ruhiy va hissiy holatini yaxshilashga xizmat qiladi. Milliy musiqalar, xalq ertaklari, raqslar va urf-odatlar orqali bolalar oʻz milliy ildizlarini anglab, jamiyatning faol aʼzolariga aylanishlari mumkin.

Nomoddiy madaniy meros bu xalqning madaniy boyligi, jumladan, milliy qoʻshiqlar, raqslar, hunarmandchilik, ertaklar va anʼanalar demakdir. Bu elementlar imkoniyati cheklangan bolalarning ruhiy barqarorligini taʼminlashga xizmat qiladi. Maʼlumki, milliy

qo'shiq va kuylar bolalarni tinchlantiradi, ularda ichki barqarorlik hissini uyg'otadi. Xalq ertaklari va hikoyalar esa bolalarda hissiyotlarni anglash va ifoda etish qobiliyatini, fantaziyasini rivojlantiradi. Jamoaviy raqs va o'yinlar bolalarning birgalikda ishlash ko'nikmalarini shakllantirsa, madaniy qadriyatlarni o'zlashtirish orqali bolalar o'zlariga bo'lgan hurmat va ishonchni oshiradi.

Madaniy tadbirlar va guruhli mashg'ulotlar imkoniyati cheklangan bolalarning empatiya, hamkorlik va ijtimoiy faollik kabi ko'nikmalarini rivojlantirishda samarali vositadir. Masalan:

- An'anaviy xalq o'yinlari bolalarning emotsional holatini yaxshilashda faol rol o'ynaydi. O'yin jarayonida bolalar bir-birlari bilan muloqot qilishni o'rganadilar, bu ularning ijtimoiy aloqalarini mustahkamlashga yordam beradi.
- Folklor qo'shiqlari va rivoyatlari bolalarning hissiy tajribasini boyitish va ularning dunyoqarashini kengaytirish uchun qo'llaniladi. Ular orqali bolalar axloqiy qadriyatlar bilan tanishadilar.
- Interaktiv mashg'ulotlardan qo'l mehnati, hunarmandchilik yoki teatr sahnalarida ishtirok etish bolalarning ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirib, o'z-o'zlariga bo'lgan ishonchni oshiradi.

Madaniy tadbirlarning yana bir afzalligi shundaki, ular orqali bolalar jamoada o'zlarining o'rnini his qiladilar. Bu o'z navbatida ularning ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirib, jamiyat bilan bog'liqlik hissini kuchaytiradi.

Imkoniyati cheklangan bolalar ko'pincha o'zlarini boshqalardan kam deb his qiladilar. Nomoddiy madaniy merosga asoslangan mashg'ulotlar ularning o'z kuchlarini qayta kashf qilishlari uchun platforma yaratadi:

- Mashg'ulot davomida bolalarning erishgan yutuqlari maqtalsa, ularning o'z kuchlariga ishonchi oshadi. Masalan, hunarmandchilik buyumlari yaratishdagi sa'y-harakatlari uchun ular rag'batlantirilishi mumkin.
- Teatr sahnalarida o'zini namoyon qilish bolalarga ijtimoiy rollarni o'rganish va o'z qobiliyatlarini namoyish etish imkonini beradi. Masalan, xalq qahramonlari rollarini ijro etish ularda g'urur va mas'uliyat hissini oshiradi.
- Guruhli mashg'ulotlar bolalarga jamoaviy ishlashni o'rgatadi va o'zlarini boshqalar bilan teng his qilishga yordam beradi.

Nomoddiy madaniy meros elementlari imkoniyatlari cheklangan bolalar uchun davo. Biroq har bir bolaning imkoniyatlari turlicha bo'lgani uchun, ular uchun qaysi elementlar foydali ekanini aniqlash kerak, buning uchun individual yondashuv zarur. Ammo, umumiy bir nechta yo'nalishni ajratib ko'rsatish mumkin:

1. Musiqa terapiyasi: maqom, kuylar, dutor, tanbur kabi milliy cholg'u asboblari ijro etiladigan musiqa bolalarning emotsional holatini yaxshilaydi, stressni kamaytiradi va ijodiy qobiliyatlarini rivojlantiradi. Bolalar uchun maxsus yozilgan yoki xalq og'zaki ijodidan olingan qo'shiqlarni xorda yoki yakka holda ijro etish bolalarning o'zlarini ifoda etish imkonini beradi.

2. Raqs terapiyasi: lazgi, farg'ona, andijon raqslari kabi milliy raqs bolalarning jismoniy rivojlanishiga yordam beradi, muvozanatni saqlash ko'nikmasini shakllantiradi va koordinatsiyani yaxshilaydi. Musiqa ostida erkin harakatlanib, improvizatsiya qilish bolalarning ijodiy fikrlashini va o'z-o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi.

3. Ertaklar va afsona terapiyasi: xalq ertaklari bolalarning tasavvurini rivojlantiradi, axloqiy qadriyatlarni shakllantiradi va murakkab hayotiy vaziyatlarda qanday yo'l tutish

kerakligini o'rgatadi. Milliy qahramonlar haqidagi afsona va rivoyatlar bolalarda vatanparvarlik tuyg'usini uyg'otadi va ularga o'rnak bo'ladi.

4. Hunarmandchilik va amaliy san'at: so'zana, kashtachilik, bezakchilik – bu kabi hunarmandchilik turlari bolalarning mayda motorikasini rivojlantiradi, diqqatni jamlashga yordam beradi va estetik didiga ta'sir qiladi. Kulolchilik, yog'och o'ymakorligi kabi ishlar bolalarning fazoviy tafakkurini rivojlantiradi va ularda mehnatga bo'lgan muhabbat uyg'otadi.

5. Tabiat bilan muloqot: tabiat qo'ynida bo'lish bolalarning stressni kamaytirishi, ruhiy holatini yaxshilashi va immunitetini mustahkamlashi isbotlangan. O'simliklar va hayvonot olami haqidagi xalq bilimlari bolalarning tabiatga bo'lgan muhabbatini oshiradi va ekologiyaviy ongni shakllantiradi.

Qaysi elementlar aniq bir bolaga foydali ekanini aniqlash uchun bolaning yoshi va ruhiy rivojlanish darajasi; bolaning qiziqishlari va qobiliyatlari; imkoniyatlarining cheklangan turi; psixologning tavsiyasi kabi omillarni hisobga olish kerak. Muhim jihati shundaki, nomoddiy madaniy meros elementlarini bolalar bilan ishlashda ularning individual xususiyatlarini hisobga olish va ularning qiziqishlarini qo'llab-quvvatlash muhimdir. Maqsadimiz bolalarda o'zgacha qobiliyatlarni rivojlantirish, ularning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish va jamiyatga moslashishiga yordam berish.

Nomoddiy madaniy merosga asoslangan terapiya (NMMT) alohida yondashuvga ega bo'lib, boshqa terapevtik usullar bilan qiyoslanganda quyidagi jihatlari bilan ajralib turadi:

- Terapiyaning asosi milliy va mahalliy madaniyatning xalq qo'shiqlari, ertaklari, raqslari, urf-odatlariga tayanadi. Ushbu elementlar orqali hissiy va psixologik barqarorlikka erishish maqsad qilingan.
- Davolash jarayonida milliy qadriyatlar orqali shaxsiy va ijtimoiy identifikatsiya mustahkamlanadi. Terapiya ishtirokchilari o'zlarini millatning ajralmas qismi sifatida his qilishadi.
- Xalq musiqasi, qo'shiqlar, raqslar, hunarmandchilik kabi ijodiy faoliyatlar terapiya jarayonining asosini tashkil qiladi. San'at orqali ichki hissiyotlarni ifoda etish va ruhiy barqarorlikka erishish maqsad qilinadi.
- Ko'pincha jamoaviy faoliyatlar, masalan, raqs jamoalari yoki folklor ijrosi orqali ijtimoiylashuv va jamoa bilan integratsiya rivojlanadi.
- Terapiyaning asosiy maqsadi shaxsni jamiyatga integratsiya qilish va uning ijtimoiy o'rnini mustahkamlashdir. Ushbu yondashuv jamiyat bilan muloqotni kuchaytiradi.
- Madaniy meros elementlari shaxsning ehtiyojlariga moslashtiriladi. Masalan, bola uchun ertaklar, o'smirlar uchun raqslar va kattalar uchun xalq musiqalari ishlatiladi.
- Milliy meros va qadriyatlar orqali shaxsning hissiy barqarorligi va ichki uyg'unligi mustahkamlanadi. Bu yondashuv etnoterapiya tamoyillariga yaqin.

Nomoddiy madaniy merosga asoslangan terapiya boshqa terapiya turlaridan o'zining milliy qadriyatlarga asoslanganligi, ijtimoiy integratsiyaga yo'naltirilganligi va estetik elementlarni qo'llashi bilan farq qiladi. Bu yondashuv, ayniqsa, alohida ehtiyojli shaxslarning rivojlanishida samarali bo'lib, ularning jamiyatda o'z o'rnini topishga yordam beradi.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, imkoniyati cheklangan bolalarga psixologik yordam ko'rsatishda nomoddiy madaniy merosdan foydalanish samarali va innovatsion yondashuvdir. Milliy musiqalar, xalq ertaklari, raqslar va boshqa madaniy elementlar bolalarning ruhiy barqarorligi va ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Ushbu

yondashuv bolalarning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi, jamoaviy ishlash qobiliyatlarini oshiradi va ularni jamiyatning faol a'zolariga aylanishlariga yordam beradi. Nomoddiy madaniy meros elementlaridan foydalanish orqali bolalarda tasavvur, ijodkorlik, hamkorlik va empatiya kabi muhim fazilatlarni rivojlantirish mumkin. Shuningdek, bu usul alohida ehtiyojli bolalarni jamiyatga muvaffaqiyatli integratsiya qilish va ularning hayot sifatini oshirishga xizmat qiladi. Ushbu yondashuvni amalga oshirish uchun maxsus dasturlar ishlab chiqish, ota-onalar va pedagoglarni bu sohada tayyorlash va madaniy tadbirlarni keng targ'ib qilish zarur. Nomoddiy madaniy merosni psixologik yordamning asosiy qismiga aylantirish bolalar bilan ishlash jarayonini yanada samarali va mazmunli qiladi.

References:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning 2021-yil 22-fevral kuni BMT Inson huquqlari bo'yicha kengashining 46-sessiyasidagi nutqi.
2. Vohidov M. Bolalar psixologiyasi. T.: 1974
3. Rakhimov R. Madaniy meros va ijtimoiylashuv jarayonlari. T.:2018.
4. Hasanov B. Imkoniyati cheklangan bolalar va ijtimoiy integratsiya. T.: 2019.
5. Yusupova M. Nomoddiy madaniyat va uning bolalar rivojiga ta'siri. Samarqand: 2021.
6. Abduraximova D. Kichik maktab yoshidagi bolalarning psixik rivojlanishining o'ziga xos xususiyatlari. Andijon: 2024