

## “ЭРТАК ТЕРАПИЯ” МУТОЛАА МАДАНИЯТИНИ ЮКСАЛТИРАДИ

**Кадирова Умида Турсуналиевна**

*Бобур номидаги вилоят ахборот кутубхона мутахассиси*

**Анотасия:** *Болалигимизда эртақ қаҳрамонлари билан бирга яхшилик ва ёмонлик, саҳийлик ва хасислик, мардлик ва кўрқоқлик, раҳмдиллик ва бағритошлик, вафо ва хоинликни бир-биридан фарқлашни ўрганамиз. Айнан мана шу ҳикоялар ўй-хаёлларимизни, психологик дунёкарашимизни шакллантириб, орзу қилишга ўргатган ва беихтиёр ўзимизни эртақ қаҳрамони ўрнига қўйиб, у билан бирга ҳаёт ҳақиқатини англаш ва энг мушкул ҳолатлардан ҳам шараф билан чиқиб кетиши чораларини топишга ёрдам бериб келган.*

**Калит сўз :** *Эртақтерапия эртақлар орқали тарбиялаш ва даволаш, китобга меҳр қўйиши, муаммоларни эртақлар ёрдамида бартара этиши, кўрқувни енгиши, китобхонлик ва мутолаа маданиятини ошириши.*

Дунёда миллий эртаги бўлмаган халқ-элатнинг ўзи бўлмаса керак. Деярли ҳаммамиз бобо-бувиларимиз, ота-оналаримиз, ака-опаларимиз ёки ўқитувчиларимиздан эртақ эшитиб улғайганмиз. Ҳеч бўлмаганда китоблардан ўқиганмиз.

Ёш авлодни билимли, доно ва ахлоқли қилиб тарбиялашда эртақларнинг ўрни жуда муҳим. Эртақ бола учун ахлоқий таълимот ва насиҳатлардан кўра афзалроқдир. У яхшиликка ишончни уйғотади, қийин вазиятда ечим топишга, одамлар билан муносабатларни ўрнатишга ёрдам беради. Эртақ боланинг адолат, севги, дўстлик, яхшилик ва ёмонлик ҳақидаги тасаввурини шакллантиради Болалар оҳанграболи олам ҳисобланиб жуда тез ўсиш, ривожланиш ва ўзгаришлар ичида яшайдилар. Бу фарзанд тарбиясида айнан шу палла қанчалик аҳамиятли эканининг яна бир исботидир. Бугунги кун психологлари болаларни тарбиялашнинг усуллари билан бири сифатида эртақ терапияни жуда кўп таъкидлаб ўтишмоқда. Эртақтерапия бу болани эртақлар орқали тарбиялаш ва даволаш методидир. Болаларимизда китобга меҳр, иштиёу уйғотиш учун, аввало, ўзимиз унга тўғри муносабатда бўлишимиз лозим. Китобга меҳр қўйишнинг ўзида бир ҳикмат бор.

- Эртақлар ақлга ҳам, юракка ҳам фаол таъсир кўрсатади: ақлни тўлдирди, юракни ҳиссиётчан қилади. Барчамиз болаларимизнинг жасур ва интилувчан, диёнатли, эътиқодли, ақлли бўлиб вояга етишини истаймиз. Бунинг учун эса, унинг тарбиясига ижобий таъсир қиладиган, ақлий салоҳиятини ўстирадиган эртақлардан фойдалансак бўлади. Эртақтерапия атроф-муҳит билан ўзаро муносабатни мукаммаллаштириш ҳамда эмоционал бузилишларни тўғрилашда фойдаланиладиган усулдир. Эртақлар болага умид беради. Эртақлар орқали биз болани тарбиялаймиз, унинг ички дунёсини бойитамиз, қалбини даволаймиз, ҳаёт ҳақида билим берамиз,

хаёлини ўстирамиз. Ҳақиқий эртақнинг асосий белгиси бу - унинг яхшилик билан тугашидир. Эртақларда нимаки содир бўлмасин, яхшилик билан якун топади,

Эртақ терапияси нима?

Эртақ терапияси боладаги муаммоларни бартараф этиш . бола идроки учун мураккаб нарсаларни унга енгил шаклда тасвирлаш, болалар билан ишлашнинг инновацион усули бўлиб, бола психологиясидаги мавжуд муаммоларни эртақлар ёрдамида мулойим тарзда ва уни ортикча қийналмай бартараф этишнинг энг таъсирчан усулидир.

Болалигимизда эртақ қаҳрамонлари билан бирга яхшилик ва ёмонлик, саҳийлик ва хасислик, мардлик ва кўрқоқлик, раҳмдиллик ва бағритошлик, вафо ва хоинликни бир-бирдан фарқлашни ўрганамиз. Айнан мана шу ҳикоялар ўй-хаёлларимизни, психологик дунёкарашимизни шакллантириб, орзу килишга ўргатган ва беихтиёр ўзимизни эртақ қаҳрамони ўрнига кўйиб, у билан бирга ҳаёт ҳақиқатини англаш ва энг мушкул ҳолатлардан ҳам шараф билан чиқиб кетиш чораларини топишга ёрдам бериб келган.

Маълумки, ҳар қандай эртақда қуйидаги элементлар бўлади: қаҳрамон ва қаҳрамонлар, сюжет, конфликт ва ечим. Аммо бола ўзини эртақдаги қаҳрамонлар билан қиёслаш олса, воқеаларни ўз ҳаётидаги воқеаларга ўхшатса ва улардан оз бўлса ҳам қандайдир ўртак олса ва энг муҳими, унинг бош мақсадини тушунсагина эртақ терапевтик таъсирга эга бўлиши мумкин. Ўшандагина бола эртақ қаҳрамонларига тақлид қила бошлайди, ҳамда яхшилик ва ёмонликнинг фарқига боради. Ўзига нисбатан ишончи кучли бўлган бола доим комиллик сари интилиб яшайди. Хусусан, “Зумрад ва Қиммат”, “Пиноккио”, “Сехрли шамчирок”, “Маугли”, “Оппоғой ва етти гном”, “Қор маликаси” каби юзлаб эртақларда шундай ғоялар мужассам..

Эртақтерапия болага нима беради?

1. Эртақтерапия ёрдамида хаёл, ижодий тасаввур ривожланади, кўнгил хотиржамлигига эришилади.

2. Бола ўзгалар хатти-ҳаракатларини таҳлил қилишни ва бу билимларини ўз хатти-ҳаракатларида қўллашни ўрганади.

3. Эртақтерапия катталарга ҳам ўз фобия, кўрқувларини енгитишга ёрдам беради, улардаги агрессивлик ва хавотирликни камайтиради.

Ушбу йўналишда ҳозирги замон болалари ҳам эртақлар ёрдамида дунёни билиш ва ҳаёт сабоқларини ўрганиш имкониятига эга бўладилар. Жаҳоннинг кўзга кўринган психологларининг таъкидлашича, эртақ-терапиясига саломатликни асраш, жумладан, кўрқувни енгитиш, руҳиятдаги салбий ҳис-туйғуларни бартараф этиш технологияси деб қараш мақсадга мувофиқдир.

Австралиялик таниқли психолог олим Д. Берттнинг қайд этишича, “Бола-кичкина инсонгина эмас, алоҳида шахс ҳамдир. У сехрли ҳикоя ва эртақлар ёрдамида ўз орзу умидларининг аксини кўради. Руҳиятдаги кўрқув ҳисси йўқолиб, муаммоларини ечишга ижобий қаҳрамонлардан ўртак олишга интилади. Колаверса,

эртак ва ҳикоялар мурғак қалбларда дадиллик ва ўз кучига ишонч ҳиссини уйғотади. Бу эса бола психологиясининг барқарор шаклланишида фавқулудда муҳимдир. Ўзига бўлган ишончини йўқотган бола муаммолар билан курашмай кўяди ва ҳеч қачон муваффақиятга эриша олмайди.

Бола эртак орқали яхшилик ва ёмонлик, эзгулик ва ёвузликни бир-биридан фарқлашни ўрганади. Энг муҳими, улар қалбида кўрқув ҳиссини енгиш, ғов ва қийинчиликдан ҳадикмаслик туйғулари шаклланади.

Эртак қаҳрамонларининг энг мушкул ва хатарли вазиятларда ҳам ғовларни сабот билан енгиб ўтишдан ўртак ола билган бола маънан ва руҳан кучли бўлиб вояга етади. Мураккаб вазиятга дуч келганда, тушкунликка тушмайди. Муаммолар, шубҳасиз, ортак қолиб, албатта, бахтли кунлар келишига ишонади. Эртаклардан олинган хайрли ўғитлар боланинг ҳаётига муҳрланиб, улар улғайгандан кейин ҳам ниҳоятда асткотади.

Андижон вилояти Бобур номидаги ахборот-кутубхона марказимизда фаолият олиб бораётган “Кутубхона иккинчи оилам” клуби фаолиятида ҳам ушбу йўналиш бўйича ижодий ишлар олиб борилмоқда. Мутахассислар тамонидан сахналаштирилган эртаклар намойиши ҳам китоб мутолаасига меҳр уйғотиш билан биргаликда ижодий сифатларни шакллантиришга хизмат қилади. Айниқса сахналаштирилган эртакларда болажонларнинг иштироки орқали уларда ўзаро муносабат, мулоқотга киришиш, эслаб қолиш қобилиятлари шаклланади. Клуб доирасида “Эртактерапия лойихаси” бўйича турли хил эртаклар намойиши ўтказилиб борилади. Бу эртаклар қандай яратилади? Биламики, баъзи болажонлар қоронғуликдан кўрқади ёки ўта тортинчоқ бўлади. Ана шундай ҳолатларни бартараф этувчи эртаклар намойиши билан болаларда бундай камчиликлар бартараф этилади. “Бувижоним эртаклари” лойихаси доирасида болаларнинг ёшига, қизиқишига қараб эртаклар, ҳикоялар, масаллар ўқиб бериш орқали, театрлаштирилган эртаклар намойиши, кўрганлари асосида расмлар чизиш машғулотларини ўтказиш каби кутубхоначилик турлари болажонларнинг идрок этишни, фикрлашни, оғзаки нутқни, дунёқарашни шакллантириш учун хизмат қилади. Айнан болажонлар билан халқ оғзаки ижоди намуналаридаги ёки халқ эртакларидаги яхшилик ва ёмонлик, жасурлик, хушёрлик каби ҳислатларларни шакллантиради. Бу ёшда болаларга тез таъсир қилади, ёдида қолади ва ёдида қолади. Болаларнинг фикру ҳаёлларини эртак қаҳрамонларидан келиб чиққан ҳолда, бахс мунозара, ўқиш маҳорати танловлари, кувноқ ўйинлар, викториналар, овозли ўқишлар ташкил этиш орқали болажонларни мунтазам ўқишга жалб этиш яхши самара бериб келмоқда. Кутубхонада эртакларнинг намойишини фаол усулда ўтказиш, болалар иштирокида ўтказиладиган эртаклар қанча мазмунга бой бўлишига қарамай узоқ чўзилиб кетса болатез чарчаб қолади ва лоқайд китобхонга айланади. Шунинг учун намойиш этиладиган эртаклар бир неча сахналарга бўлинади ва ҳар бир сахна кўриниши 10-15 дақиқа давом этади. Болаларнинг зеркиб қолмаслигига замин яратади. Ҳар бир сахна кўринишидан

сўнг тўхталиб қисқа савол-жавоблар, эртақ қаҳрамонларининг қай бири сизда ўқишга иштиёқ ва фикрлашни уйғотди; сиз билган қаҳрамонлар қандай ижобий фазилатларга эга; қайси қаҳрамон сизни нимаси билан мафтун этди; эртақдаги қай бир қаҳрамонга ўхшагингиз келди; қайси қаҳрамонга ўхшагингиз келди каби саволлар болаларнинг ўқиган китоблари тўғрисида янада кўпроқ маълумот олишга кўмак бериш билан бирга болаларда янада фаолликни оширишга кўмак беради. Маълумки мамлакатимиз ёшларини етук инсонлар қилиб тарбиялашда, билимли ва илмга чанқоқ келажак авлодни яратишда китобхонлик ва мутолаа маданиятини оширишда кутубхоналарнинг ўрни бекиёс экан, тарғибот ишларини ташкил этиш муҳимдир. Марказимизда ота-оналар билан биргаликда “Оилавий китобхонлик асосида болалар маънавиятини шакллантириш”, мавзусидаги давра суҳбатлари, мулоқотлар уюштириш, фаол китобхонлар ўртасида мусобақалар ташкил этиш, ота-оналар учун “Китобхон она- китобхон бола”, “Энг фаол китобхон оила”, “Болага китоб беринг” каби мусобақаларни ташкил этиш, тарғибот ишларини олиб бориш орқали китоб мутолаасига муносабатини мунтазам ўрганиб бориш яхши самара бермоқда.

Ота-оналарга маслаҳатлар:

1. Ота-оналар фарзандига эртақни ўқиб эмас, балки айтиб берсалар мақсадга мувофиқдир. Чунки бу ота-онага дилбандининг эртақга қандай муносабат билдирганлигини кузатиш имконини беради. Қолаверса, ота-она фарзанди билан биргаликда эртақлар оламига сайр қилади, бу эса боланинг унга ёлғиз саёҳатидан кўра афзалдир.

2. Болалар ўзгалар томонидан тасвирланган образларни яхшироқ қабул қилиш қобилиятига эга. Шунинг учун фарзандингизга эртақ айтиб бериш чоғида унда ёзилган барча манзараларни тасвирлаб беришга ҳаракат қилинг.

3. Болангизга эртақни ўзи танлаш имконини беринг. Агар у ўн марталаб „Қизил қалпоқча ҳақида эшитишни хоҳласа, демак бу бекорга эмас. Бу эртақ унинг онги шаклланишига нимадир бермоқда, унда қандайдир жараён содир бўлмоқда.

Хулоса ўрнида шуни таъкидлаб ўтиш жоизки, китобхонликни шакллантириш борасида, энг асосийси ҳар биримизга таъсирчан, воқеаларга бой, ғаройибот ва мўъжизакор ҳаёт ҳисобланган халқ эртақлари, достонлари, ривоятлари битилган китобларни болаларга ўқиб беришдан чарчамаслик, уларни доимо китобхонликка даъват қилиш юртимиз ворисларининг буюклар сафидан муносиб ўрин олиш имконини яратади.

Хулоса ўрнида

### **Фойдаланилган адабиётлар:**

1. Зебинисо Аъмедова “Эртақ терапия” Тошкент- 2019
2. З.Т.Нишанова, Г.Ф.Л Алимova, А.Х.Турғунбоева, М.Х.Асранбоева “Болалар психологияси ва психодиагностикаси” Тошкент – 2017

3 Ш Самарова “Арт терапевтик таъсирлардан бири: эртак терапияси”  
<https://gujum.uz/ozbekiston/art-terapevtik-tasirlardan-biri-ertak-terapiyasi/>

4 З Т Нишанова .Ш Туляганова “Ўсмирлик даврида кўрқув ҳолатларини  
намоён бўлиши”

5 Ш Самарова “Эртак терапияси – мутолаа маданиятини юксалтиришнинг энг  
самарали усули”

[https://gujum.uz/mutolaa/ertak-terapiyasi-mutolaa-madaniyatini-  
yuksaltirishning-eng-samarali-usuli/](https://gujum.uz/mutolaa/ertak-terapiyasi-mutolaa-madaniyatini-yuksaltirishning-eng-samarali-usuli/)