

Bolalar bilan ishlashda “Ertak terapiyasi”

Bolaning ichki olami — bu uning his-tuyg‘ulari, kechinmalari, o‘z-o‘zi haqidagi tasavvurlari, o‘tmish tajribalari hamda uni o‘rab turgan dunyo haqidagi qarashlari, qadriyatlar tizimi va shaxsiy ma’nolar yig‘indisidir. Bolalik davrida ichki olam ayniqsa nozik va ta’sirchan bo‘lib, tashqi muhit ta’siriga tezda beriluvchandir. Ertak esa bu jarayonda muhim o‘rin tutadi, chunki u bola uchun tabiiy muloqot shakli hisoblanadi.

Ertak qadimdan insoniyat madaniyatining ajralmas qismi bo‘lib, nafaqat hordiq, balki bilim, ma’naviy mezonlar va avlodlar tajribasini uzatish vositasi ham bo‘lgan. Bola uchun ertak voqealari olamni anglashning o‘ziga xos shakliga aylanadi. Unda haqiqat va xayol uyg‘unlashib, murakkab hayotiy masalalar bolaga tushunarli va hissiy jihatdan yaqin tarzda yetkaziladi. Zamonaviy psixologiya va pedagogika tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, ertak bolaning shaxsiy va hissiy rivojlanishi uchun katta ahamiyatga ega. Uning ramziy tili va arxetipik obrazlari orqali bola uchun muhim mavzular — qo‘rquv va xavotirlar, yaqinlar bilan munosabatlar, qiyinchiliklarni yengish va ichki resurslarni topish kabi jihatlarga majburlamasdan, yumshoq tarzda yondashish mumkin.

Shunday qilib, psixologo-pedagogik amaliyotda ertakka murojaat qilish bolaning ichki olamini anglash va uning uyg‘un shakllanishini qo‘llab-quvvatlash uchun samarali imkoniyat yaratadi.

Ertak turlari

✓ **Badiiy ertaklar** – xalq va mualliflik ertaklariga bo‘linadi. Xalq ertaklari bolada ma’naviy va estetik tuyg‘ularni tarbiyalaydi: o‘zaro yordam, hamdardlik, shafqat, burch, mas’uliyat va boshqa qadriyatlar.

✓ **Didaktik ertaklar** – bolalarga yangi bilimlarni yetkazish uchun qo‘llanadi. Ularda ramziy obrazlar — harflar, raqamlar, tovushlar shaxs sifatida gavdalanib, yangi tushunchalarni osonlashtirib beradi.

✓ **Diagnostik ertaklar** – bolaning ichki muammolarini, xarakterini va atrofdagilarga munosabatini aniqlashga yordam beradi. Masalan, agar bola ko‘proq qo‘rqoq quyoncha haqidagi ertaklarni yoqtirsa, bu uning o‘zida ham xavotirchanlik va uyalchanlik borligini ko‘rsatishi mumkin.

✓ **Psixokorreksion ertaklar** – bola xulqini yumshoq tarzda o‘zgartirish imkonini beradi. Bola ijobiy qahramonlar namunasi orqali o‘z qo‘rquv va muammolarini yengishga intiladi.

✓ **Meditativ ertaklar** – bolada ijobiy his-tuyg‘ularni uyg‘otadi, tinchlantiradi va o‘ziga ishonchni oshiradi. Ularda mojarolar va salbiy qahramonlar bo‘lmaydi. Bunday ertaklar ko‘pincha sayohat shaklida, maxsus musiqa ostida aytiladi.

Ertakning tarbiyaviy va psixologik ta’siri

✓ **Metafora va obrazlar orqali** bola ichki jarayonlarini aks ettiradi. Masalan, yovuz ajdar qo‘rquvni, yordamchi qahramon esa umid yoki kattalar qo‘llab-quvvatlashini ifodalaydi.

✓ **Qadriyatlarni shakllantiradi:** yaxshilik va yomonlik, adolat va xiyonat, jasorat va qo‘rqoqlik kabi tushunchalarni real hissiy obrazlarda beradi.

Misol: “Bo‘g‘irsoq”, “G‘ozlar-turnalar”, “Zolushka” ertaklari.

✓ **Bola hissiy tajribasini aks ettiradi:** ertak qahramonida o‘zini tanib, o‘z his-tuyg‘ularini qabul qilishni o‘rganadi.

Misol: ota-onasini singlisidan qizg‘anadigan bola salbiy qahramonda o‘zini ko‘rishi mumkin. Muhokama jarayonida u “men ham ota-onam e’tiborini bo‘lishishni xohlamayman” deb hislarini tan oladi. Bu esa hissiy o‘zini anglashning birinchi qadami bo‘ladi.

✓ **Tasavvur va kreativlikni rivojlantiradi:** fantastik obrazlar orqali bola yangicha fikrlashni, muammolarga turlicha yechim topishni o‘rganadi.

Ertak terapiyasi seansini o‘tkazish algoritmi

Tayyorlov bosqichi

Maqsad belgilanadi (masalan: xavotirni yengish, o'z-o'zini baholashni oshirish, xulqni tuzatish).

“Ertak makoni” — tinch va qulay muhit yaratiladi.

Ertakka kirish

Psixolog bolani voqeaga tayyorlaydi, ishonch va ochiqlik muhitini yaratadi.

Ertak aytish

Ertak o'qib beriladi yoki hikoya qilinadi. Intonatsiya va ta'sirchanlik muhim.

Qo'shimcha vositalar (qo'g'irchoq, rasm, predmetlar) qo'llanilishi mumkin.

Muhokama va refleksiya

Bola ertakdagi voqealarni o'z his-tuyg'ulari va shaxsiy tajribasi bilan bog'laydi.

Ijodiy qayta ishlash

Bola ertak qahramonlarini chizadi, sahnalashtiradi yoki yangi tugatish variantini o'ylab topadi.

Yakuniy bosqich

Ertakdan chiqish, asosiy ma'nolarni belgilash, ijobiy tajribani mustahkamlash.

Masalan, “sehrli kitobni yopish” ramzi orqali yakunlash mumkin.

Analiz

Psixolog bolaning reaksiyalari va tajribalarini qayd etadi.

Bu keyingi faoliyat uchun asos bo'ladi.