INSON PSIXOLOGIYASI VA MUSIQA TA'LIMI

Romanova Sanobar Yerejepovna – *pedagogika fanlari nomzodi, dotsent*
rsanobar75@gmail.com
Ajiniyoz nomidagi Nukus davlat pedagogika instituti

ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА И МУЗЫКАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Романова Санобар Ережеповна – *кандидат педагогических наук, доцент*
Нукусский государственный педагогический институт имени Ажинияза

HUMAN PSYCHOLOGY AND MUSICAL EDUCATION

Romanova Sanobar Yerejepovna – *Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor*
Nukus State Pedagogical Institute named after Ajiniyaz

Tayanch so'zlar: musiqiy faoliyat, san'at, energiya tarqatish, musiqa nazariyasida musiqiy asar, asar ijrochiligi, musiqa terapiya idrok qilish, fizik tovush, akustika

Rezyume. Maqola mazmuni musiqiy va fizik tovushlarni inson psixologiyasiga dissonans va konsonans ta'sir etishi va ularning fikrlashga ta'siri, shuningdek qabul qilinadigan barcha tovushlar atrof-muhitga turlicha energiya tarqatishi, tadqiqotlar ortida olimlarning musiqiy xulosalari asosida intellekt asosiy musiqiy qobiliyatlar bilan chambarchas bog'liq bo'lishi, musiqachilarni umumiy populyatsiyadan olingan tanlanma bilan taqqoslash ularning intellektual ustunligini aniqlashi hamda tarbiyaviy ahamiyati haqida yo'zilgan.

Ключевые слова: музыкальная деятельность, искусство, распределение энергии, музыкальное произведение в теории музыки, исполнение произведения, восприятие музыкальной терапии, физический звук, акустика

Резюме. В статье рассматривается, как музыкальные и физические звуки оказывают диссонансное и консонансное воздействие на психологию и мышление человека, и как все воспринимаемые звуки излучают в окружающую среду различную энергию. Кроме того, на основе выводов исследователей в области музыки в статье подчеркивается, что интеллект тесно связан с базовыми музыкальными способностями, и что сравнение музыкантов с выборкой из общей популяции демонстрирует их интеллектуальное превосходство, что имеет образовательное значение.

Key words: musical activity, art, energy distribution, musical work in music theory, performance of a work, perception of music therapy, physical sound, acoustics

Summary. The article discusses how musical and physical sounds exert dissonant and consonant effects on human psychology and thinking, and how all perceived sounds radiate different energies into the environment. Furthermore, based on the conclusions of researchers in the field of music, it highlights that intelligence is closely related to basic musical abilities, and that comparing musicians with a sample from the general population demonstrates their intellectual superiority, which holds educational significance.

Kirish. Insoniylikda butun qo'rshab turgan atrofda butun musiqiy va fizik tovushlar ularni psixologiyasiga ta'sir qilgan. Ular bu tovushlarga e'tibor bermasa ham ularning eshituvchi organlari tomonidan tinglanib inson bextiyor ta'sirlanadi. Bu tovushlarning insonga ta'siri har xil bo'lib dissonans va konsonans ta'sir etadi va inson miyasi orqali fikrlashga ta'sirini tekizadi. Qabul qilinadigan barcha tovushlar atrof-muhitga energiya tarqatish bilan boshlanib minglab hilpirayotgan barglarni harakatga keltiruvchi yengil shabada, pianino klavishlari, doira qoqishlar yoki qashqa rubobining yoqimli tovushi bo'lishi mumkin.

Musiqa madaniyati nima uchun barcha davlat simfoziumlari, jiddiy majlislari oldida va bayram tantanalari bilan birga xalqqa yoki qatnashuvchilariga tinglatishadi. Sababi mamlakat o'z musiqa madaniyati orqali shu tinglovchilar ko'ngliga kirib borib ularning psixologiyasini yumshatib xalqni bir biriga mehr-muhabbatini oshiradi. Ayniqsa xalq qo'shiqlari, mumtoz musiqasi va boshqa san'at asarlari bilan ta'sir qiladi. Bu o'tmishdagi tarixiy voqealardan ham bilsak bo'ladi. Har qanday tovush ham musiqa bo'lavermaydi,bu musiqa nazariyasida mutaxassislar tomonidan o'rgatiladi. Nafaqat musiqiy tovushlar balki tabiiy tovushlarning yoqimli tovushlari insonning psixologiyasiga yaxshi ta'sir qiladi. Terapiya qiladi, ovutadi, miyasini tozalaydi, charchoqni olib miya va nerv hujayralari tiklanadi.

Fizik tovushlar bo'lsa gavjum shahar harakatlari, avtomobillarning g'irillashi, oyoq tovushlar va transport tovushlariinsonlarga dissonans ta'sir qilib bu inson psixologiyasini tez charchatadi va nomusiqiylikning yaqqol holatlari bo'lib tuyulishi mumkin [2]. Ammo qirg'oqqa urilayotgan to'lqinlarning ovozi, qushlarning sayrashi, yaproqlarning shivirlashi, suvning shirillashi insonga konsonans ta'sir qilib ularning sog'ligiga yaxshi ta'sir qiladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. Musiqa psixologiyasi ko'plab savollar bilan asoslanib bu soha insoniylikda musiqani qanday idrok etishi, unga munosabat bildirishi va yaratishi, shuningdek, uni o'z hayotiga qanday kiritishi bilan bog'liq jarayonlar bilan bog'liq. Bu mavzular quloqning tovush balandligini qanday qabul qilishidan tortib, musiqadan ma'lum his-tuyg'ularni ifodalash yoki kayfiyatni o'zgartirish uchun foydalanishgacha o'zgarib turadi. Ushbu tadqiqot sohasi asosan kognitiv psixologiyadan foydalansa-da, u sezgi va idrok, kognitiv neyrologiya, rivojlanish psixologiyasi, ijtimoiy psixologiya va pedagogik psixologiya kabi amaliy sohalar kabi psixologiyaning boshqa ko'plab sohalariga ham tayanadi [3].

2000 yildan ko'proq vaqt oldin eshitilgan tovushning musiqiy imkoniyatlari tovush to'lqinlarining fizik xususiyatlari bilan shakllanishi va quloqning ajoyib qobiliyatlari bilan o'zaro ta'sirlashishi bilan cheklanishi

ma’lum bo‘ldi. Pifagor tebranayotgan obyektning og‘irligini tovush balandligi bilan bog‘ladi, uning izdoshlari esa uning intuitsiyasini kengaytirib, unga torlarning tebranishlarini kiritdilar, tovush balandligini torning uzunligi bilan, garmonikalarni esa bu uzunliklarning oddiy sonli nisbati bilan bog‘ladilar. Akustika – umuman eshitish va xususan musiqaga aloqador bo‘lgan havodagi tebranishlarning hosil bo‘lishi, tarqalishi va idrok etilishi haqidagi fandir. Ammo bu bundan ham kattaroq narsa: musiqa asboblari va inson ovozi tinglovchiga yetib boradigan jismoniy jarayonlarni qanday shakllantirishi, shuningdek, musiqa yaratiladigan va zavq beradigan ijro joylarining xususiyatlari ham akustika fanining bir qismidir [1].

Musiqa psixologiyasi nafaqat psixologlar va musiqachilarni, balki boshqa fanlarning keng doiradagi olimlari va tadqiqotchilarini ham jalb qiladi. Ushbu jild, shuningdek, akustika, nevrologiya, musiqashunoslik, ta’lim, falsafa va etnomusiqashunoslik kabi sohalardan olingan istiqbollarga asoslanadi. Neyrologiya sohasiga kelsak, so‘nggi paytlarda inson musiqiyligining neyron asoslariga qiziqish kuchayib bormoqda va ushbu jildda neyron faoliyati musiqa va musiqa yaratish tajribamizni qanday cheklashi yoki yaxshilashi mumkinligi ko‘rib chiqiladi. Musiqani idrok qilishimiz uchun miya tovush signallaridan fizik namunalarni qabul qilishi va import qilishi kerak.

Musiqa ijrochiligi yuqori darajada rivojlangan ko‘nikmalar to‘plamini rivojlantirishni va musiqani nozik talqin qilish imkonini beruvchi o‘sib borayotgan bilimlar bazasini talab etadi. Musiqiy ta’limning innovatsion usullari barcha bolalar musiqiy ekanligini nazarda tutadi va yosh bolalarni musiqaga ijodiy va sezgir munosabatda bo‘lishga intensiv ravishda jalb qiladi, bu esa butun umr davomida musiqiylik asoslarini yaratadi. Musiqa butun dunyo bo‘ylab keng ko‘lamli musiqiy madaniyatlarga bo‘linadi va shuning uchun alohida insoniyat madaniyatlari va ularning bu ta’limni o‘rganishni ta’kidlaydigan antropologik nuqtai nazar musiqa psixologiyasini tushunishga ham taalluqlidir. Ushbu tadqiqotlar bizga u yoki bu musiqiy repertuar xususiyatlarining madaniy manbalarini va musiqiy idrokning biologik asoslaridan kelib chiqishi mumkin bo‘lgan manbalarni farqlashga yordam beradi.

K.Erikson musiqa, sport va ta’lim kabi sohalarda erishilgan yutuqlar darajasidagi individual farqlar qobiliyatlar darajasidan ko‘ra ko‘proq boshqariladigan amaliyot maqsadi hajmidagi individual farqlarni aks ettirishiga e’tibor qaratdi.

Psixometrik intellekt va asosiy musiqiy qobiliyatlar o‘rtasidagi aloqalar yetarlicha yaqin va barqaror hisoblanadi. Sog‘lom fikr nuqtayi nazaridan, intellekt musiqachining kasbiy faoliyatini amalga oshirish uchun ham zarur ekanligi aniq ko‘rinadi [4]. Musiqa chalishning tabiiy vaziyatida u amalga oshirishi kerak bo‘lgan musiqiy operatsiyalarning tavsifi shuni ko‘rsatadiki, u doimo intellekt vakolatiga tegishli bo‘lgan vazifalarni - taqqoslash, umumlashtirish va farqlash, aloqalar va qonuniyatlarni aniqlash kabi vazifalarni hal qilishga majbur bo‘ladi. Barcha professional musiqachilardan murakkab abstrakt tonal tuzilmalarni tushunish, o‘xshash bo‘lmagan musiqiy elementlar o‘rtasidagi munosabatlarni xayolan sintez qilish, musiqiy o‘zgarishlarni amalga oshirish, shtrixlar tusini farqlash, musiqiy g‘oyani rivojlantirishda umumiy tuzilmaning ichki mantiqini qo‘llab-quvvatlash va amalga oshirish qobiliyati talab etiladi.

Musiqa san’ati musiqiy faoliyat uchun zarur bo‘lgan sifatlarga yuqori talablar qo‘yadi. Musiqiy qobiliyatlardan tashqari, muhim omillar qatoriga umumiy intellekt bo‘lib hayotdagi ko‘plab tashabbuslarda muvaffaqiyatga erishish imkonini beradi va shu jumladan, musiqiy kasbni egallash imkoniyatini beradi. Tadqiqotlar ortida olimlarning musiqiy xulosalari shuni ko‘rsatadiki, intellekt asosiy musiqiy qobiliyatlar bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, musiqachilarni umumiy populyatsiyadan olingan tanlanma bilan taqqoslash ularning intellektual ustunligini aniqlaydi.

Musiqa psixologiyasi fan sifatida eksperimental, neyropsixologik va pedagogik tadqiqotlar bilan mustahkamlangan ilmiy sohaga aylandi. Musiqa inson miyasining ko‘p qirrali faoliyatini faollashtiradi, emotsional holatni boshqaradi va shaxs rivojiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Magistratura bosqichida bu fan nafaqat nazariy bilim, balki ilmiy-tadqiqot ko‘nikmalarini shakllantirish vositasi sifatida ham muhim ahamiyat kasb etadi. Musiqa psixologiyasi predmeti musiqiy faoliyat jarayonida yuzaga keladigan psixik qonuniyatlarni o‘rganishdan iborat. Jumladan musiqani idrok etish mexanizmlari bo‘lib inson ohangdagi kichik farqlarni (taxminan 1–5 gers) ajrata oladi hamda bu eshitish tizimining yuqori sezgirligidan dalolat beradi [4].

Musiqiy emotsiyalarga major va minor laddagi musiqalar psixik hissiyotini kuchaytirishini ilmiy tajribalardan ko‘rsak bo‘ladi. Shuningdek musiqa terapiyasi orqali insondagi xotira kuchayishini yaxshilashga bo‘ladi. Ba’zi tadqiqotlarga ko‘ra, Alzheimer kasalligiga chalingan bemorlar ham yoshligida eshitgan qo‘shiqlarini eslay oladi. Bu musiqiy xotiraning uzoq muddatli va barqarorligini ko‘rsatadi [2].

Natijalar va muhokamalar. Musiqani idrok etish sezgi, xotira va tafakkurning o‘zaro ta’sirida amalga oshadi. 1990-yillarda o‘tkazilgan tajribalar shuni ko‘rsatdiki, musiqa tinglash vaqtida dopamin ajralishi ortadi. Dopamin esa “mukofot gormoni” sifatida insonda zavq va motivatsiya hissini kuchaytiradi. Shuningdek, klinik kuzatuvlar musiqaning yurak urish tezligi va qon bosimiga ta’sir qilishini aniqlagan. Sekin va sokin musiqa yurak urishini pasaytirishi, tez va baland musiqa esa aksincha, faollikni oshirishi mumkin.

Ilmiy tadqiqotlar musiqiy qobiliyatning qisman genetik asosga ega ekanligini ko‘rsatadi. Biroq muhit va ta’lim ham hal qiluvchi rol o‘ynaydi. 6-7 yoshdan boshlab muntazam musiqa bilan shug‘ullangan bolalarda diqqat, eshitish xotirasi va fazoviy tafakkur ko‘rsatkichlari yuqoriroq bo‘lishi aniqlangan.

Ijodiy jarayon neyropsixologik nuqtai nazardan qaralganda, improvizatsiya vaqtida miyaning o‘zini nazorat qiluvchi qismlari faolligi pasayib, tasavvur va erkin assotsiatsiyalar bilan bog‘liq hududlar kuchliroq ishlaydi. Bu ijod jarayonining erkin va spontan xarakterini tushuntiradi.

Bugungi kunda musiqa terapiyasi bugungi kunda klinik amaliyotda qo‘llanilmoqda. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ma’lumotlariga ko‘ra, musiqa terapiyasi stress va depressiv holatlarni kamaytirishda samarali yordamchi vosita sifatida tavsiya etiladi. Reabilitatsiya markazlarida insultdan keyingi bemorlarda nutq va harakatni tiklash jarayonida ritmik mashqlar qo‘llaniladi. Ta’lim tizimida esa

musiqiy mashg‘ulotlar o‘quvchilarning ijtimoiy moslashuvi va emotsional barqarorligini oshirishga xizmat qiladi.

Musiqiy asarning tarkibiy elementlari musiqa nazariyasi va musiqa psixologiyasida markaziy o‘rin egallaydi. Ritm, melodiya va garmoniya nafaqat musiqaning formal tuzilishini belgilovchi komponentlar, balki inson ongida musiqiy mazmunni shakllantiruvchi psixologik mexanizmlar sifatida ham namoyon bo‘ladi. Shu jihatdan ushbu elementlarning psixologik va nazariy talqinlarini qiyosiy tahlil qilish muhim ilmiy ahamiyatga ega.

Ritm musiqa nazariyasida vaqtning musiqiy tashkil etilishi, urg'ular va davomiyliklarning tizimli ketma-ketligi sifatida ta'riflanadi. U musiqiy asarning ichki harakatini belgilab, strukturaviy yaxlitlikni ta’minlaydi. Musiqa psixologiyasida esa ritm insonning biologik va psixofiziologik jarayonlari bilan bevosita bog‘liq hodisa sifatida qaraladi. Yurak urishi, nafas olish va harakat ritmlari musiqiy ritmni idrok etishda muhim rol o‘ynaydi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ritmik strukturalar inson ongida vaqtni idrok qilish, diqqatni jamlash va harakat koordinatsiyasini boshqarishga yordam beradi. Demak, ritm musiqa nazariyasida formal birlik bo‘lsa, psixologiyada u organizm va ong faoliyati bilan uzviy bog‘langan kognitiv stimulyator sifatida namoyon bo‘ladi.

Melodiya musiqa nazariyasida tovush balandliklarining mantiqiy va ifodali ketma-ketligi sifatida talqin etiladi. Melodik harakat, lad tizimi va intonatsion bog‘lanishlar musiqiy mazmunni shakllantiruvchi asosiy omillar hisoblanadi. Musiqa psixologiyasida esa melodiya emotsional mazmun tashuvchisi sifatida o‘rganiladi. Inson ongida melodiya hissiy kechinmalarni uyg‘otuvchi, xotirada saqlanib qoluvchi va shaxsiy tajribalar bilan bog‘lanadigan psixologik obrazni hosil qiladi. Psixologik tadqiqotlar melodik chiziqlarning ko‘tarilishi va pasayishi insonda turli emotsional reaksiyalarni yuzaga keltirishini ko‘rsatadi. Bu holat musiqa nazariyasidagi melodik qonuniyatlar bilan psixologik idrok o‘rtasidagi bevosita aloqani tasdiqlaydi.

Garmoniya musiqa nazariyasida akkordlar tizimi va ularning funksional bog‘lanishlari orqali ifodalanadi. Garmonik tuzilma musiqiy asarning barqarorligi va rivojlanishini ta'minlaydi. Musiqa psixologiyasida esa garmoniya tovushlar uyg'unligining subyektiv idroki sifatida qaraladi. Inson ongida konsonans va dissonans tushunchalari nafaqat akustik, balki emotsional baholash bilan ham bog‘liq bo‘ladi. Garmonik keskinlik va yechim jarayonlari insonda kutish, hayajon va qoniqish kabi hissiy holatlarni yuzaga keltiradi. Bu esa musiqa nazariyasidagi garmonik funksiya tushunchasining psixologik asosga ega ekanini ko‘rsatadi.

Ritm, melodiya va garmoniyaning ushbu qiyosiy tahlili shuni ko‘rsatadiki, musiqa nazariyasidagi tarkibiy birliklar musiqa psixologiyasida idrok va hissiy tajriba orqali qayta talqin qilinadi. Har bir nazariy element inson ongida psixologik mazmun kasb etib, musiqiy asarning to‘liq anglanishiga xizmat qiladi. Demak, ushbu elementlar o‘rtasidagi o‘xshashliklar musiqaning struktural va psixologik darajalari o‘rtasidagi uzviy bog‘liqlikni ifodalaydi.

Xulosa. Musiqiy shakl musiqa nazariyasida asarning umumiy tuzilishi, bo'limlararo munosabatlar va rivojlanish mantiqini ifodalovchi muhim tushuncha hisoblanadi. U musiqiy materialning vaqt va makon doirasida tashkil etilish usulini belgilaydi. Musiqa psixologiyasida esa musiqiy shakl inson ongida kechadigan kognitiv jarayonlar bilan bog‘liq holda, ya’ni musiqiy voqelikni anglash, eslab qolish va ma'nolash jarayoni sifatida talqin etiladi. Shu sababli musiqiy shaklni nazariy va psixologik nuqtayi nazardan qiyosiy tahlil qilish ilmiy jihatdan muhimdir. Inson musiqani idrok etish jarayonida uning bo‘limlarini farqlaydi, takrorlanuvchi elementlarni tanib oladi va rivojlanish yo‘nalishini bashorat qiladi. Bu jarayonlar xotira, diqqat va tafakkur bilan chambarchas bog‘liq. Masalan, sonata shaklida ekspozitsiya, rivoj va repriza bo‘limlari tinglovchi ongida alohida kognitiv bloklar sifatida shakllanadi. Bu esa musiqa nazariyasidagi formal tuzilma bilan psixologik idrok o‘rtasidagi nazariy o‘xshashlikni ko‘rsatadi. Xulosa qilib aytganda, musiqiy shakl va strukturaviy darajalar musiqa nazariyasida formal tizim sifatida qaralsa, musiqa psixologiyasida ular inson ongida shakllanadigan kognitiv modellar sifatida talqin etiladi. Ushbu yondashuvlar o'rtasidagi nazariy o‘xshashliklar musiqaning struktural va psixologik mohiyatini chuqurroq anglash imkonini beradi.

Umuman olganda, musiqa psixologiyasi va musiqa nazariyasida tarkibiy darajadagi nazariy o‘xshashliklarni ilmiy-qiyosiy tahlil qilish musiqaning inson psixikasiga ta’sirini chuqurroq tushunishga xizmat qiladi hamda musiqiy bilim va amaliyotlarni birlashtiruvchi nazariy zamin yaratadi.

Adabiyotlar

1. Atyamova L.L. Musiqa psixologiyasini tushunish. – Toshkent: // Science and Education, 2024, № 4, 45-50-b.

2. Romanova S. Xalıq dóretiwshiligin búgingi zamanagóy jaslarǵa tásiri hám tárbiyası. Muzıka korkem óneriniń Pedagogikalıq hám teoriyalıq tiykarları” atamasındaǵı Respublikalıq ilimiy-ameliy konferenciya. – Nókis: Óz.Dav.Konservatoriyası Nókis filialı, 25-aprel, 2025-jıl.

3. Seashore C.E., Lewis D., Saetveit J.G. Seashore меры музыкального таланта. – Нью-Йорк: Психологическая корпорация, 2010.

4. Холиков К.Б. Мозг и музыкальный разум, психологическая подготовка детей и взрослых к восприятию музыки. // Science and Education, 4 (7). – С. 277-283