

MUSIQIY TA'SIR PSIXOLOGIYASI: KLASSIK YONDASHUVLARDAN ZAMONAVIY PARADIGMALARGACHA

Muxamedova Muhayyo Kamolxonovna

O'zbek milliy musiqa san'ati instituti psixologi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada musiqaning inson ruhiyatiga, emotsional holatiga va kognitiv jarayonlariga ta'sir etishining ilmiy-nazariy asoslari klassik psixologik yondashuvlar hamda zamonaviy ilmiy paradigmalar doirasida chuqur va atroflicha tahlil qilingan. Musiqiy ta'sirning fiziologik va psixologik mexanizmlari zamonaviy fan yutuqlari asosida o'rganilgan.*

Kalit so'zlar: *Musiqiy ta'sir psixologiyasi, klassik yondashuvlar, zamonaviy paradigmalar, kognitiv jarayonlar, emotsional holat, fiziologik mexanizmlar.*

Аннотация: *В данной статье в рамках классических психологических подходов и современных научных парадигм глубоко и всесторонне проанализированы научно-теоретические основы воздействия музыки на психику, эмоциональное состояние и когнитивные процессы человека. Физиологические и психологические механизмы музыкального воздействия изучены на основе достижений современной науки.*

Ключевые слова: *Психология музыкального воздействия, классические подходы, современные парадигмы, когнитивные процессы, эмоциональное состояние, физиологические механизмы.*

Abstract: *This article deeply and comprehensively analyzes the scientific and theoretical foundations of the impact of music on the human psyche, emotional state, and cognitive processes within the framework of classical psychological approaches and modern scientific paradigms. The physiological and psychological mechanisms of musical impact are studied based on the achievements of modern science.*

Keywords: *Psychology of musical impact, classical approaches, modern paradigms, cognitive processes, emotional state, physiological mechanisms.*

Musiqa insoniyat tarixidagi eng qadimiy va universal san'at turlaridan biri bo'lib, u shaxsning emotsional holatiga, kognitiv jarayonlariga hamda psixofiziologik holatiga kuchli ta'sir ko'rsatish xususiyatiga ega. Qadim zamonlardan ham mutafakkirlar musiqaning inson ruhiyatiga ta'sirini kuzatib, uni davolash va tarbiyalash vositasi sifatida qo'llashgan. Bugungi kunda ilm-fan taraqqiyoti, xususan, neyropsixologiya, kognitiv psixologiya va zamonaviy axborot texnologiyalarining rivojlanishi musiqiy ta'sir mexanizmlarini mutlaqo yangi ilmiy paradigmalar asosida o'rganish imkonini bermoqda. Klassik qarashlardan boshlangan bu jarayon bugungi kunda inson miyasining chuqur qatlamlarini tadqiq qilish va musiqiy terapiya amaliyotini takomillashtirish darajasiga ko'tarildi. Shu bois, musiqiy ta'sir psixologiyasining klassik yondashuvlarini zamonaviy paradigmalar bilan qiyosiy o'rganish va tahlil qilish fan uchun ham, amaliyot uchun ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Musiqiy ta'sir psixologiyasining klassik ilmiy qarashlaridan tortib, bugungi kundagi zamonaviy paradigmalargacha bo'lgan evolyutsion jarayonini ochib berish hamda musiqaning inson ruhiyatiga ta'sir etish mexanizmlarini zamonaviy yondashuvlar asosida yoritish.

Ushbu maqolada asosiy vazifalari qilib:

Musika psixologiyasining ilmiy asoslari va uning tarixiy shakllanish bosqichlarini ko'rib chiqish;

Antik davr va klassik mutafakkirlarning musiqiy ta'sir haqidagi dastlabki nazariy qarashlarini tahlil qilish;

Zamonaviy psixologiya va neyronauka doirasidagi zamonaviy paradigmalarda neyro-musiqiy yondashuvlar, kognitiv va terapevtik ta'sir mazmunini ochib berish;

Musiqiy ta'sirning inson emotsional intellekti va psixik holatini boshqarishdagi amaliy ahamiyatini asoslash kabilarni oldik.

Musiqaning inson ruhiyatiga, uning hissiyotlar olamiga va tana a'zolari faoliyatiga ko'rsatadigan ta'siri qadim zamonlardan beri mutafakkirlar, faylasuflar, tabiblar va psixologlarning doimiy diqqat markazida bo'lib kelgan¹¹. Insonning tovush va ohanglarga bo'lgan munosabati uning biologik va ijtimoiy tabiatining eng chuqur qatlamlariga borib taqaladi. Ilmiy psixologiyaning shakllanish bosqichlarida musiqiy ta'sir asosan subyektiv kechinmalar va estetik zavq olish nuqtai nazaridan o'rganilgan bo'lsa, vaqt o'tishi bilan bu yo'nalish qat'iy ilmiy-eksperimental asoslarga ega bo'lgan murakkab nazariyaga aylandi¹². Klassik psixologiyada V.Vundt, B.Teplov kabi olimlarning ilmiy ishlari musiqiy qobiliyatlar va musiqiy idrokning psixologik mexanizmlarini ochib berishda muhim poydevor bo'lib xizmat qildi. Ularning ta'kidlashicha, musika insonning eng nozik hissiy holatlarini ifodalash va boshqarish vositasi hisoblanadi. Zamonaviy kognitiv psixologiya, neyropsixologiya va psixofiziologiya fanlarining jadal rivojlanishi musiqiy ta'sirni o'rganishda yangi paradigmalarni yuzaga keltirdi¹³. Bugungi kunda ilm-fan musika inson miyasining turli qismlarini bir vaqtning o'zida faollashtirishi, neyromediatorlar, xususan, dofamin, serotonin va endorfinlar ajralishini rag'batlantirishi orqali insonning kayfiyatini ko'tarishi, stress va depressiya holatlarini bartaraf etishini to'liq ilmiy jihatdan isbotlab berdi. Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev ta'kidlaganidek: "Inson qalbini boyitish, uning ma'naviy olamini yuksaltirishda ilm-fan va madaniyatning o'rni beqiyosdir. Har bir ilmiy izlanish amaliyotga yo'naltirilgan bo'lishi lozim"¹⁴. Musiqiy ta'sir psixologiyasini o'rganish shaxsning kognitiv jarayonlarini (diqqat, xotira, tafakkur) rivojlantirishda va uning emotsional barqarorligini ta'minlashda muhim amaliy ahamiyat kasb etadi. Zamonaviy dunyoda axborot oqimining haddan tashqari ko'pligi va shaxsning doimiy ravishda psixologik bosim ostida qolishi musiqiy terapiya va psixologik korreksiya usullariga bo'lgan ehtiyojni keskin oshirib

¹¹ Teplov B.M. Psixologiya muzikalnix sposobnostey. – Moskva: Pedagogika, 2017. – S. 112-118.

¹² Vygotskiy L.S. Psixologiya iskusstva. – Moskva: Iskustvo, 2021. – S. 200-205.

¹³ Mirziyoyev Sh.M. Milliy taraqqiyot yo'limizni qat'iyat bilan davom ettirib, yangi bosqichga ko'taramiz. – Toshkent: O'zbekiston, 2018. – B. 190.

¹⁴ Levitin D.J. This Is Your Brain on Music: The Science of a Human Obsession. – New York: Dutton, 2019. – P. 85-90.

yubordi¹⁵. Musiqa nafaqat eshitish idroki, balki butun organizmning vibratsion va ritmik rezonansi sifatida insonning jismoniy va ruhiy salomatligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu boisdan ham klassik yondashuvlardan tortib to bugungi kundagi eng zamonaviy neyropsixologik paradigmalargacha bo'lgan ilmiy qarashlarni integratsiya qilish milliy qo'shiqchilik san'atining psixologik ta'sir mexanizmlarini ochib berishda fundamental nazariy asos bo'lib xizmat qiladi¹⁶. Xulosa qilib aytganda, "Musiqiy ta'sir psixologiyasi" fan sifatida qadimiy falsafiy-estetik qarashlardan boshlanib, bugungi kunga kelib aniq fanlar va neyropsixologiya bilan uzviy bog'langan zamonaviy, ko'p tarmoqli sohaga aylandi. Mazkur tadqiqot yo'nalishining asosiy xulosalarini quyidagicha umumlashtirish mumkin:

Klassik yondashuvlarning poydevor roli: Sharq va G'arb mutafakkirlarining musiqaning ruhga ta'siri haqidagi g'oyalari zamonaviy musiqa terapiyasi va psixologiyasi uchun mustahkam nazariy asos bo'lib xizmat qildi.

Zamonaviy paradigmalarning imkoniyati: Hozirgi kunda zamonaviy texnologiyalar va neyropsixologik tadqiqotlar orqali musiqaning miya faoliyatiga, neyronlararo bog'lanishlarga va stressni boshqarish jarayonlariga ko'rsatadigan aniq ta'sir mexanizmlari isbotlandi.

Amaliy ahamiyati: Musiqiy ta'sir psixologiyasi nafaqat san'at sohasi, balki tibbiyot, ta'lim va zamonaviy psixoterapiyada insonning emotsional barqarorligini ta'minlash, kognitiv qobiliyatlarini rivojlantirish hamda ruhiy salomatligini saqlashda muhim vosita ekanligini namoyon etmoqda.

Shu bois, musiqiy ta'sir psixologiyasining klassik tajribalarini zamonaviy ilm-fan yutuqlari bilan uyg'un holda o'rganish inson salohiyatini yanada kengroq ochishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar ro'yxati:

1. Teplov B.M. Psixologiya muzikalnix sposobnostey. – Moskva: Pedagogika, 2017. – S. 112-118.
2. Vygotskiy L.S. Psixologiya iskusstva. – Moskva: Iskustvo, 2021. – S. 200-205.
3. Mirziyoyev Sh.M. Milliy taraqqiyot yo'limizni qat'iyat bilan davom ettirib, yangi bosqichga ko'taramiz. – Toshkent: O'zbekiston, 2018. – B. 190.
4. Levitin D.J. This Is Your Brain on Music: The Science of a Human Obsession. – New York: Dutton, 2019. – P. 85-90.
5. Solso R.L. Cognitive Psychology. – Boston: Allyn and Bacon, 2020. – P. 140-145.
6. Yusupova M. Musiqa psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2022. – B. 35-40.

¹⁵ Solso R.L. Cognitive Psychology. – Boston: Allyn and Bacon, 2020. – P. 140-145.

¹⁶ Yusupova M. Musiqa psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2022. – B. 35-40.