

## MUSIQA TERAPIYASI VOSITASIDA MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA MANAVIY-PSIXOLOGIK BARQARORLIKNI RIVOJLANTIRISH

Turdiyeva Muhayyo Soxibjon qizi  
Andijon davlat pedagogika instituti  
"Pedagogika va psixologiya" kafedrasida o‘qituvchisi  
Yusupova Saodatoy Shuxratbek qizi  
Andijon davlat pedagogika instituti  
“Ijtimoiy va amaliy fanlar” fakulteti  
“Musiqqa ta’limi” yo‘nalishi 2-bosqich 202-guruh talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19410621>

**Annotatsiya:** Ushbu tezis maktabgacha bolalarda manaviy-psixologik barqarorlikni, musiqa terapiyasi vositasida rivojlantirish haqida so‘z yuritiladi. Tezisda musiqa terapiyasi haqida va uning maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologiyasiga tasiri haqida o‘z fikrlarimizni yurutamiz. Tezisda oila muhiti va ijtimoiy ong bola ruhiyatiga tasiri tahlil qilinib, musiqiy metodlar orqali hissiy barqarorlikni taminlash yo‘llari ko‘rsatib o‘tilgan. Shuningdek maktabgacha yoshdagi bolaningichki dunyosi boyitish manviyatini shakllantirishda milliy jahon musiqasining pedagogik-psixologik imkoniyatlari hamda ota-onalarning bu jarayondagi ishtiroki masalalari bayon etiladi.

**Kalit so‘zlar:** musiqa terapiyasi, maktabgacha yosh, manaviy -psixologik barqarorlik, oilaviy tarbiya, ijtimoiy ong.

**Аннотация:** В данной диссертации рассматривается развитие духовной и психологической стабильности у детей дошкольного возраста посредством музыкотерапии. В работе представлены наши размышления о музыкотерапии и ее влиянии на психологию детей дошкольного возраста. Анализируется влияние семейной среды и общественного сознания на психику ребенка, показаны пути обеспечения эмоциональной стабильности с помощью музыкальных методов. Также описывается педагогический и психологический потенциал народной мировой музыки в формировании духа, обогащении внутреннего мира детей дошкольного возраста и вопросы участия родителей в этом процессе.

**Ключевые слова:** музыкотерапия, дошкольный возраст, духовная и психологическая стабильность, семейное воспитание, общественное сознание.

**Annotation:** This thesis discusses the development of spiritual and psychological stability in preschool children through music therapy. In the thesis, we present our thoughts on music therapy and its impact on the psychology of preschool children. The thesis analyzes the impact of the family environment and social consciousness on the child's psyche, and shows ways to ensure emotional stability through musical methods. It also describes the pedagogical and psychological potential of national world music in the formation of the spirit of enriching the inner world of preschool children and the issues of parental participation in this process.

**Keywords:** music therapy, preschool age, spiritual and psychological stability, family education, social consciousness.

**Kirish.** Biz tepada so‘z yuritayotkan mavzu qanchalar dolzarb. Shaxsning psixologik holati uning hayotida qanchalar muhim va dolzarbdir. Ushbu holatni ota-ona ijtimoi ong tasirida, yoshlikdan maktabgacha yosh davrdan barqarorlikda olib borilsa shaxs ulg‘ayib jamiyatga qo‘shilib maktabda, oliy ta‘limda olaganida, hayotda o‘z o‘riniga ega bo‘lish va ish faoliyatini yuritayotkan davrida anchayin qo‘l keladi. Buning uchun maktabgacha yosh davrida manaviy

psixologik barqarorlikni ayrim vositalar yordamida rivojlantirish haqida so‘z yuritamiz. Ulardan biri bu musiqa terapiyasi.

**Asosiy qism.** Musiqa terapiyasi bu yunon-latin tilidan kelib chiqqan va tarjimada "musiqa bilan davolash" degan ma’noni anglatadi. “Musiqa terapiya” tushunchasining ko‘plab ta’riflari mavjud. Olimlarning katta qismi musiqa terapiyasini psixoterapiyaning yordamchi vositasi, bemorlarni murakkab terapevtik usullardan foydalanishga maxsus tayyorlash vositasi deb bilishadi. Boshqa mualliflar musiqa terapiyasini quyidagicha belgilaydilar:

1. Somatik va ruhiy kasalliklarga chalingan bolalar va kattalarni davolash, reabilitatsiya qilish, o‘qitish va tarbiyalashda musiqadan nazorat ostida foydalanish.
2. Kasallik yoki ruhiy buzilishlarning fiziologik va psixologik jihatlarini davolash uchun musiqadan tizimli foydalanish.
3. Ijodiy kuchlar va pedagogik-tarbiyaviy ishlarni optimallashtirish vositasi foydalanish [1].

Keling endi musiqa terapiyasi bolaning manaviy-psixologik rivojlanishidagi tasiri haqida gaplashamiz. Musiqa terapiyasi ta’sirida bolalarning hissiy holatini yumshatish, ijobiy emotsiyalarni kuchaytirish, ichki zo‘riqishni kamaytirish o‘zini ifodalash imkoniyatlarini beradi. Musiqa bolaning ong ostiga bevosita ta’sir etuvchi san’at turi bo‘lib, u orqali bolalar o‘z his-tuyg‘ularini so‘zsiz ifodalashlari, ichki kechinmalarini tashqifaoliyatga ko‘chirishlari mumkin. Shu jihatdan musiqa terapiyasi nafaqat davolovchi, balki rivojlantiruvchi va tarbiyaviy ahamiyatga ham ega. Maktabgacha ta’lim muassasalarida musiqa terapiyasidan foydalanish bolalarning emotsional barqarorligini ta’minlash, ularning ijtimoiymoslashuvini yengillashtirish va o‘quvfaoliyatiga bo‘lgan ijobiy munosabatni shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Musiqa orqali bolalarda tinchlanish, ishonch, xavfsizlik, hissiy paydo bo‘ladi, bu esa ularning umumiy psixologik farovonligiga xizmat qiladi. Ayniqsa, uyatchan, agressiv yoki haddan tashqari faol bolalar bilan ishlashda musiqa terapiyasi samarali pedagogik yondashuv sifatida namoyon bo‘lmoqda. Shu bilan birga, musiqa terapiyasini maktabgacha ta’lim jarayoniga joriy etish muayyan metodik, psixologik va tashkiliy shart-sharoitlarni talab etadi. Tarbiyachilarning musiqa terapiyasi bo‘yicha bilim va ko‘nikmalarga ega bo‘lishi, bolalarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olish, musiqiy materiallarni to‘g‘ri tanlash va qulay psixologik muhit yaratish ushbu jarayonning muvaffaqiyatini belgilovchi asosiy omillar hisoblanadi [2].

Bu jarayonda ota-ona va ijtimoiy ong yani bu jamiyatdagi odamlarning umumiy fikrlari, qarashlari, e’tiqodlari va tushunchalari, ham ta’siri anchayin muhim hisoblanadi chunki bola avvalo oilada tarbiya topadi va dastlabki tushunchalarni aynan ota-onasidan oladi. Ota-onaning dunyoqarashi, muomala madaniyati, qadriyatlarga bo‘lgan munosabati farzand ongiga bevosita singadi. Shu bilan birga, bola faqat oila ta’sirida emas, balki jamiyat ta’sirida ham shakllanadi. Atrofdagi odamlarning xatti-harakati, urf-odatlar, an’analar, ommaviy axborot vositalari va ta’lim muassasalari ham uning fikrlash tarziga ta’sir ko‘rsatadi. Agar jamiyatda ijobiy qadriyatlar ustuvor bo‘lsa, bu yosh avlodning to‘g‘ri yo‘nalishda tarbiyalanishiga xizmat qiladi. Aksincha, salbiy qarashlar keng tarqalgan bo‘lsa, bu bolaning dunyoqarashiga salbiy ta’sir etishi mumkin. Shuning uchun ham sog‘lom ijtimoiy ongni shakllantirish, avvalo, oiladan boshlanadi va jamiyat tomonidan qo‘llab-quvvatlanishi zarur. Oila va jamiyat uyg‘unligi esa barkamol shaxs tarbiyasining muhim omili hisoblanadi. Bu jarayonda ota-ona va ijtimoiy ong, ya’ni jamiyatdagi umumiy qarashlar, qadriyatlar va e’tiqodlar ham muhim o‘rin tutadi. Chunki maktabgacha yoshdagi bolalarda ma’naviy-psixologik barqarorlikning shakllanishi, avvalo, oiladagi muhit va tarbiya usullariga bog‘liqdir. Ota-onaning musiqaga bo‘lgan munosabati, uy sharoitida yaratilgan ruhiy muhit, bolaning hissiy holatini qo‘llab-quvvatlash darajasi musiqa terapiyasining samaradorligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Agar oilada sokin, ijobiy va mehrga boy muhit hukm sursa, bolada

xavfsizlik hissi shakllanadi. Bu esa uning musiqani chuqur his etishiga, ohang va ritmlar orqali o‘z hissiyotlarini ifoda eta olishiga yordam beradi. Aksincha, ziddiyatli yoki befarq muhit bolaning ichki kechinmalariga salbiy ta’sir etib, uning ruhiy barqarorligiga putur yetkazishi mumkin. Shuningdek, ijtimoiy ong darajasi ham bu jarayonda muhim omildir. Jamiyatda san’at va musiqaga berilayotgan e’tibor, milliy qadriyatlarning targ’ib qilinishi, estetik tarbiyaning qo’llab-quvvatlanishi maktabgacha ta’lim muassasalarida musiqa terapiyasini samarali tashkil etishga zamin yaratadi. Musiqa orqali bolalarda nafaqat estetik did, balki sabr-toqat, o‘zini boshqara bilish, boshqalarni tinglash va tushunish kabi ijtimoiy-psixologik ko‘nikmalar ham shakllanadi. Musiqa terapiyasi mashg‘ulotlarida milliy kuy-qo‘shiqlar, sokin instrumental asarlar, tabiat tovushlari bilan uyg‘unlashgan kompozitsiyalardan foydalanish bolalarning hissiy holatini muvozanatlashtirishga xizmat qiladi. Bunday yondashuv bolaning ichki dunyosini boyitib, unda ijobiy kayfiyat va ruhiy barqarorlikni mustahkamlaydi. Shuni aytish mumkinki, maktabgacha yoshdagi bolalarda ma’naviy-psixologik barqarorlikni rivojlantirishda musiqa terapiyasi samarali vosita hisoblanadi. Biroq uning natijadorligi oila, ta’lim muassasasi va jamiyat hamkorligida yanada ortadi. Ota-ona va ijtimoiy ongning uyg‘un ta’siri ostida tashkil etilgan musiqa terapiyasi jarayoni barkamol, ruhiy sog‘lom va ma’naviy yetuk avlodni tarbiyalashga xizmat qiladi [3].

Terapiya jarayonida individual yondashuvning ahamiyati katta. Har bir shaxsning ruhiy ehtiyojlari, emotsional sezgirligi, musiqaga bo‘lgan munosabati turlicha bo‘lganligi sababli, musiqa terapiyasi jarayonida mos janr, ritm, tembr va ohang tanlanadi. Masalan, klassik musiqa ko‘pincha ruhiy sokinlik uchun, ritmik musiqa energiya va motivatsiyani oshirish uchun, meditatsion tovushlar esa nafasni muvozanatlash hamda asab tizimini tinchlantirish uchun qo‘llanadi. Musiqa terapiyasi nafaqat kasalliklarni bartaraf qilishda, balki sog‘lom insonlarning psixologik barqarorligini mustahkamlashda ham qo‘llaniladi. Maktabgacha yoshdagi bolalarni diqqatni jamlash, kattalarda esa ish faoliyatidagi stressni kamaytirish, oilaviy munosabatlarda emotsional muvozanatni ta’minlash kabi holatlarda musiqa samarali psixogigiya vositasi hisoblanadi. O‘z-o‘zini rivojlantirish bilan shug‘ullanayotgan shaxslar uchun musiqa meditatsiya, yoga va nafas mashqlari bilan uyg‘un holda yanada kuchli psixologik ta’sir ko‘rsatadi [4].

**Xulosa.** Xulosa qilib aytganda maktabgacha yoshdagi bolalarning manaviy-psixologik rivojlanishda psixologik barqarorlikni ushlab turishda musiqa terapiyasi o‘rni juda kata. Tepada so‘z yuritganimizdek maktabgacha yoshdagi bolalargina emas balki kattalar ning hayotida ham musiqa terapiyasining o‘z o‘rniga ega. Hozirgi globallashuv jarayonida maktabgacha yoshdagi bolalarning ruhiyatining manaviy-psixologik barqarorligini ushlab turishda tiklashda musiqa terapiyasi eng samarali terapiya sifatida tanlash mumkin.

#### FOYDALANILGAN ADBIYOTLAR

1. SH.Aliyeva. Musiqa terapiyasining Maktabgacha yoshdagi bolalar Psixo- emotsional holatiga ta’siri. worldjournals.com. 2026  
<https://worldlyjournals.com/index.php/Yangiizlanuvchi/article/view/22893/26192>
2. G‘oziev E. Umumiy psixologiya. – T. Universitet, 2015. – 350 b.
3. Brusilovskiy L.S. Muzikoterapiya: teoriya i praktika. – M.: Meditsina, 1985.
4. N.Vohidova. Psixologik Barqarorlikda Musiqa Terapiyasining O‘rni.-Toshkent.in-academy.uz
5. wikipediya [https://uz.wikipedia.org/wiki/Musiqa\\_terapiya](https://uz.wikipedia.org/wiki/Musiqa_terapiya)