

## O‘SMIRLAR AGRESSIV XULQ-ATVORINI KORREKSIYALASHDA MUSIQA TERAPIYASINING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK IMKONIYATLARI

*Buxarbayeva Sevara Mamasobir qizi*  
*Guliston davlat pedagogika instituti,*  
*Musiqa ta’limi yo’nalishi talabasi*  
*e-mail: bukharbayeva9840@gmail.com*

**Annotatsiya:** mazkur maqolada o‘smirlik davrida uchraydigan agressiv xulq-atvorning psixologik xususiyatlari va uni korreksiyalashda musiqa terapiyasining imkoniyatlari ilmiy jihatdan tahlil etilgan. Tadqiqot davomida musiqaning emotsional holatga ta’siri, o‘quvchilarning ijtimoiy moslashuvi va ichki zo‘riqishlarini kamaytirishdagi o‘rni asoslab berilgan. Shuningdek, musiqa terapiyasini ta’lim jarayoniga joriy etishning samarali metodik yondashuvlari ishlab chiqilib, uning pedagogik ahamiyati yoritilgan.

**Kalit so‘zlar:** o‘smirlik davri, agressiv xulq-atvor, musiqa terapiyasi, emotsional holat, psixologik korreksiya.

**Abstract:** this article examines the psychological characteristics of aggressive behavior in adolescence and analyzes the potential of music therapy as an effective tool for its correction. The study substantiates the impact of music on emotional states, its role in reducing internal tension, and improving adolescents’ social adaptation. In addition, effective methodological approaches for integrating music therapy into the educational process are proposed, highlighting its pedagogical significance.

**Keywords:** adolescence, aggressive behavior, music therapy, emotional state, psychological correction.

**Аннотация:** в данной статье рассматриваются психологические особенности агрессивного поведения в подростковом возрасте и анализируются возможности музыкальной терапии как эффективного средства его коррекции. Обосновано влияние музыки на эмоциональное состояние, ее роль в снижении внутреннего напряжения и улучшении социальной адаптации подростков. Также предложены эффективные методические подходы к внедрению музыкальной терапии в образовательный процесс и раскрыта ее педагогическая значимость.

**Ключевые слова:** подростковый возраст, агрессивное поведение, музыкальная терапия, эмоциональное состояние, психологическая коррекция.

Zamonaviy ta’lim tizimida o‘smirlarning ruhiy salomatligini muhofaza qilish hamda ularning ijtimoiy moslashuvini ta’minlash masalasi global pedagogik va psixologik muammolar qatoriga kiradi. O‘smirlik davri ontogenezing murakkab

bosqichi bo‘lib, unda biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning o‘zaro ta’siri natijasida shaxs rivojlanishida keskin o‘zgarishlar yuz beradi [3]. Aynan shu davrda gormonal transformatsiyalar, o‘zini anglash jarayonining faollashuvi hamda ijtimoiy maqomni aniqlashga bo‘lgan ehtiyoj o‘smirlarda emotsional beqarorlik, ichki ziddiyatlar va ayrim hollarda agressiv xulq-atvor ko‘rinishlarining kuchayishiga sabab bo‘ladi. Maktab muhitida o‘quv yuklamalarining ortishi, tengdoshlar bilan munosabatlardagi ziddiyatlar hamda kommunikativ kompetensiyaning yetarli darajada shakllanmaganligi ushbu holatni yanada murakkablashtiradi [10], natijada bu o‘quvchilarning akademik natijalari va shaxsiy rivojlanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Mazkur muammolarni bartaraf etishda an’anaviy pedagogik yondashuvlar bilan bir qatorda innovatsion psixologik texnologiyalarni joriy etish zarurati ortib bormoqda. Shunday samarali vositalardan biri sifatida musiqa terapiyasi alohida ahamiyat kasb etadi. Musiqa inson ruhiyatiga kompleks ta’sir etuvchi fenomen bo‘lib, u emotsional holatni tartibga solish, psixik zo‘riqishni kamaytirish va shaxsning ichki resurslarini faollashtirish imkonini beradi [9]. Shu nuqtai nazardan, o‘smirlarning agressiv xulq-atvorini korreksiyalashda musiqiy san’atdan foydalanish ilmiy va amaliy jihatdan dolzarb hisoblanadi.

O‘smirlik davrida agressiya ko‘pincha shaxsning himoya reaksiyasi sifatida namoyon bo‘ladi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, agressiv xatti-harakatlar o‘smirning ichki qo‘rquvlari, tushunilmagan emotsiyalari hamda tashqi bosimlarga javob reaksiyasi sifatida shakllanadi. Ushbu jarayonlar ijtimoiy o‘rganish va muhit ta’siri bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, bu jihat L.S. Vigotskiy hamda A. Bandura tadqiqotlarida ilmiy asoslangan [3]. Agressiya nafaqat jismoniy, balki verbal va latent shakllarda ham namoyon bo‘lishi mumkin, bu esa uni aniqlash va korreksiyalash jarayonini murakkablashtiradi.

Musiqa terapiyasi o‘zining ta’sir mexanizmlariga ko‘ra passiv va aktiv shakllarga ajratiladi. Passiv shaklda tinglovchi musiqiy asarni idrok etish orqali relaksatsiya holatiga kiradi, bu esa markaziy asab tizimining funksional holatini barqarorlashtirishga xizmat qiladi. Aktiv shaklda esa o‘smir bevosita musiqiy faoliyatga jalb etiladi, qo‘shiq kuylash, ritmik harakatlar bajarish yoki cholg‘u asboblarda ijro etish orqali ichki emotsional zo‘riqishni konstruktiv yo‘nalishga o‘tkazadi [11]. Aynan ushbu faol ishtirok jarayoni agressiv energiyaning ijobiy transformatsiyasini ta’minlaydi.

Musiqa inson psixikasiga ta’siri masalasi Sharq va G‘arb ilmiy tafakkurida qadimdan muhim o‘rin egallagan. Abu Nasr Forobiy musiqa inson emotsional va axloqiy tarbiyasidagi o‘rnini asoslab, uning inson ruhiy holatini boshqarish imkoniyatlarini ilmiy jihatdan izohlab bergan [2]. Keyinchalik V.M.Bexterev va I.M.Dogel kabi olimlar musiqa inson fiziologik ta’sirini, xususan, yurak-qon tomir tizimi, nafas olish ritmi va asab jarayonlariga bevosita ta’sirini eksperimental ravishda

isbotlaganlar. Zamonaviy tadqiqotlarda esa musiqa terapiyasining psixokorreksion imkoniyatlari keng qamrovda o'rganilib, uning stress, xavotir va agressiya darajasini pasaytirishdagi samaradorligi tasdiqlangan [9]. Mazkur tadqiqotda nazariy va empirik metodlar uyg'unligidan foydalanildi. Xususan, psixologik-pedagogik adabiyotlarning qiyosiy tahlili, bevosita kuzatish, anketalashtirish, suhbat va umumlashtirish metodlari asosida o'smirlarning emotsional holati hamda ularning musiqiy faoliyatga munosabati o'rganildi. Tadqiqot natijalari musiqa terapiyasining o'smirlar ruhiy holatiga sezilarli ijobiy ta'sir ko'rsatishini tasdiqladi.

Olingan natijalar tahlili shuni ko'rsatadiki, klassik musiqa namunalari, xususan, barokko va klassitsizm davri kompozitorlari asarlari o'smirlarda emotsional yengillashuvni ta'minlaydi, asabiy taranglikni kamaytiradi va diqqatni jamlash qobiliyatini oshiradi. Jamoaviy musiqiy faoliyat esa o'quvchilar o'rtasida ijtimoiy integratsiyani kuchaytirib, konfliktogen vaziyatlar, jumladan, bulling holatlarining kamayishiga xizmat qiladi [4]. Shu bilan birga, agressiv xulqqa moyil o'smirlar bilan ishlashda ritmik va zarbli cholg'ular orqali energiyani konstruktiv yo'naltirish yuqori samaradorlikka ega ekanligi aniqlandi [7]. Muhokama natijalari musiqa terapiyasining nafaqat emotsional regulyatsiya vositasi, balki o'smir shaxsining ichki dunyosini anglash va ifodalash mexanizmi ekanligini ko'rsatdi. Musiqiy obrazlar va assotsiativ fikrlash orqali o'smirlar o'z kechinmalarini verbal shaklga keltirishni o'rganadi, bu esa psixologik korreksiya jarayonining muhim bosqichlaridan biri hisoblanadi.

Tadqiqot natijalarini yanada chuqurlashtirish va ularni kengroq ilmiy kontekstda talqin etish maqsadida qo'shimcha manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, musiqa san'ati nafaqat individual psixologik holatni tartibga solish vositasi, balki global madaniy jarayonlar bilan uzviy bog'liq ijtimoiy fenomen sifatida ham namoyon bo'ladi. Xususan, globallashuv sharoitida musiqa san'atining migratsiyasi turli madaniyatlar o'rtasidagi o'zaro ta'sirni kuchaytirib, o'smirlarning estetik didi va emotsional idrokiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Bu jarayon yoshlarning musiqiy tafakkurini kengaytirib, ularning emotsional reaksiyalarini yanada moslashuvchan va barqaror qilishga xizmat qiladi [5]. Shu bilan birga, Sharq falsafiy-estetik tafakkurida musiqaning tarbiyaviy imkoniyatlari alohida e'tirof etilgan bo'lib, unda inson ruhiyatining uyg'unligi va ichki muvozanatini ta'minlash asosiy maqsad sifatida qaraladi [8]. Zamonaviy pedagogik tadqiqotlar ham ushbu yondashuvni qo'llab-quvvatlab, badiiy-estetik vositalar orqali o'quvchilarda axloqiy va emotsional kompetensiyalarni shakllantirish mumkinligini tasdiqlaydi [12]. Bundan tashqari, shaxsga yo'naltirilgan ta'lim paradigmasi doirasida musiqa terapiyasi o'quvchilarning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda, ularning ichki imkoniyatlarini ochib berishga xizmat qiladi [13]. Ushbu yondashuv o'smirlarning o'z-o'zini anglash, o'z his-tuyg'ularini boshqarish va ijtimoiy muhitga moslashish ko'nikmalarini rivojlantirishda muhim metodik asos bo'lib xizmat qiladi [14]. Ayniqsa, musiqaning

estetik tarbiya vositasi sifatidagi roli bolalikdan boshlab shakllanib, keyingi bosqichlarda shaxsning emotsional madaniyatini belgilovchi omilga aylanadi.

Zamonaviy tadqiqotlarda, shuningdek, musiqiy faoliyatning kognitiv va ijodiy fikrlash jarayonlariga ta'siri ham alohida ta'kidlanadi. Xususan, romantik kompozitorlar ijodini o'rganish jarayonida o'quvchilarda obrazli tafakkur, emotsional sezgirlik va kreativ yondashuv rivojlanishi aniqlangan bo'lib, bu holat ularning agressiv xulq-atvorini bilvosita kamaytirishga xizmat qiladi [16]. Shu nuqtai nazardan, musiqa terapiyasini nafaqat psixologik korreksiya vositasi, balki kompleks pedagogik texnologiya sifatida talqin etish mumkin. Mazkur qo'shimcha tahlillar musiqa terapiyasining o'smirlar rivojlanishidagi ko'p qirrali ahamiyatini yana bir bor tasdiqlab, uning ta'lim tizimida keng qo'llanilishi zarurligini ilmiy asoslaydi.

Qisqa qilib aytganda, musiqa terapiyasi o'smirlarning agressiv xulq-atvorini korreksiyalashda samarali, xavfsiz va pedagogik jihatdan asoslangan vosita hisoblanadi [6]. U agressiyani repressiya qilish emas, balki uni ijobiy emotsional faoliyatga transformatsiya qilish imkonini beradi [14]. Shu bilan birga, mazkur metod o'quvchilarning estetik didini shakllantiradi, emotsional intellektini rivojlantiradi va ularning ijtimoiy moslashuv darajasini oshiradi. Tadqiqot natijalariga asoslanib, umumta'lim muassasalarida musiqa terapiyasini joriy etish uchun fan o'qituvchilari va maktab psixologlari o'rtasida integrativ hamkorlikni yo'lga qo'yish, maxsus metodik qo'llanmalar ishlab chiqish hamda musiqiy mashg'ulotlarni tizimli ravishda tashkil etish maqsadga muvofiqdir [1]. Bu esa sog'lom psixologik muhitni shakllantirish, o'smirlarning barkamol shaxs sifatida rivojlanishini ta'minlash va ta'lim sifatini oshirishga xizmat qiladi [15].

Xulosa qilib aytganda, o'smirlilik davrida kuzatiladigan agressiv xulq-atvorni korreksiyalash masalasi kompleks yondashuvni talab etadi va bunda musiqa terapiyasi samarali psixologik-pedagogik vosita sifatida alohida ahamiyat kasb etadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, musiqiy faoliyat o'smirlarning emotsional holatini barqarorlashtirish, ichki zo'riqishni kamaytirish hamda agressiv energiyani ijobiy yo'nalishga yo'naltirish imkonini beradi. Shu bilan birga, musiqa terapiyasi o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvini yaxshilash, kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirish va sog'lom psixologik muhitni shakllantirishga xizmat qiladi.

Amaliy jihatdan, mazkur yondashuvni ta'lim jarayoniga tizimli ravishda joriy etish, musiqa va psixologiya sohalari mutaxassislarining integrativ hamkorligini ta'minlash hamda maxsus metodik dasturlar ishlab chiqish dolzarb vazifa hisoblanadi. Shu asosda, musiqa terapiyasidan foydalanish o'smirlarning nafaqat ruhiy salomatligini mustahkamlash, balki ularni barkamol, ijtimoiy faol va emotsional jihatdan yetuk shaxs sifatida shakllantirishga xizmat qiluvchi muhim ilmiy-amaliy yo'nalish sifatida e'tirof etiladi.

#### Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Mirziyoyev Sh.M. "Yangi O‘zbekiston strategiyasi". – Toshkent: "O‘zbekiston" nashriyoti, 2021.
2. Abu Nasr Forobiy. "Musiqqa haqida katta kitob". – Toshkent: "Fan", 2010.
3. Vigotskiy L.S. "Pedagogik psixologiya". – Toshkent: "O‘qituvchi", 2005.
4. Shoyoqubova Sh. "Musiqqa terapiyasi va uning shaxs shakllanishidagi roli". – Toshkent: "San’at", 2018.
5. Nurillo R. GLOBALLASHUV DAVRIDA MUSIQA SAN’ATI MIGRATSIYASI JARAYONLARINING MADANIYATLAR O‘ZGARISHIDAGI TA’SIRI //Elita. uz-Elektron Ilmiy Jurnal. – 2024. – T. 2. – №. 1. – C. 92-94.
6. qizi Abdumannonova, Nilufar Baxrom. "MILLIY VA JAHON MUSIQIY MEROSI ASOSIDA YOSHLAR MUSIQIY DIDINI RIVOJLANTIRISH." International Conference on Global Studies. Vol. 1. No. 4. 2025.
7. Yunusov R. "O‘zbek xalq musiqqa merosi va yoshlar tarbiyasi". – Toshkent: Muzika, 2015.
8. Pardaboevich, Jumaboyev Nabi. "THE APPLICATION OF EASTERN PHILOSOPHICAL AESTHETIC CONCEPTS IN ARTISTIC EDUCATION AND THEIR INTERPRETATION IN PEDAGOGICAL RESEARCH." PEDAGOGIK ISLOHOTLAR VA ULARNING YECHIMLARI 14.01 (2025): 218-222.
9. Wigram T. "A Comprehensive Guide to Music Therapy". – London: Jessica Kingsley Publishers, 2002.
10. Davletshin M.G. "Zamonaviy maktab psixologiyasi". – Toshkent: Noshir, 2014.
11. Kadirov R. "Musiqqa psixologiyasi". – Toshkent: Musiqqa nashriyoti, 2011.
12. Pardaboevich, Jumaboev Nabi. "Education of Young People in Eastern and Modern Spirit Taking Historical Values into Account." Innovative Science in Modern Research (2023): 156-157.
13. Shakarbek o‘g‘li, Imomov Fozil. "SHAXSGA YO‘NALTIRILGAN TA‘LIMNING NAZARIY VA AMALIY JIHATLARI." Modern education and development 43.2 (2026): 316-320.
14. Nuraliyeva, Z. "MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING ESTETIK TARBIYASIDA MUSIQANING O‘RNI." Инновационные исследования в современном мире: теория и практика 4.1 (2025): 67-69.
15. Jumaboyev, N. "SHARQ MUTAFAKKIRLARINING ESTETIK MEROSIDAN YOSHLAR TARBIYASIDA FOYDALANISH IMKONIYATLARI. Humanities: Insonshunoslik Fanlari Jurnal, 1 (2), 53-59." 2026,
16. Sattarov, Alisher. "Formation of artificial thinking in students of secondary schools in the process of studying the creativity of romantic composers." Science and Education 2.12 (2021): 471-475.