

Musiqqa – bu energiya oqimi



09.12.2022

Musiqqa – bu energiya oqimi

Joriy yilning 8-dekabr kuni GTQ, YeRB fakultet 1-kurs talabalari bilan universitet psixologi va Xor jamoasi rahbari M.K.Muhammedova, YeRB, GTQ fakulteti tyutorlari D.Egamova, O.Abdisamatov, S.Ibragimova, A.Xaydarov, D.Xursandova va YeRB fakulteti yoshlar bilan ishlash bo'yicha dekan o'rinbosari H. Eshovalar hamkorlikda "Musiqaning inson ruhiyatiga yetti foydali xususiyatlari" mavzusida tadbir tashkil etishdi. Tadbir musiqqa terapiya va vokaloterapiya orqali turli ruhiy zo'riqishlardan himoyalalanish; Stress, agressiya va depressiyani oldini olish; Kreativlik qobiliyatini o'stirish, shaxsning iqtidorini shakllantirish va ijodiy imkoniyatlarini oshirish; Ijtimoiy muhitga moslashtirish va talaba yoshlarning bo'sh vaqtlarini mazmunli tashkil etish maqsadida o'tkazildi. Tadbirda musiqqa bu – energiya oqimi ekani, musiqqa bizning his-tuyg'ularimizni, ongimizni va kayfiyatimizni boshqarish xususiyatiga ega ekani; shu jumladan musiqani yaxshilik uchun ham yovuzlik uchun ham birdek ishlatish mumkinligi; Musiqqa sivilizatsiyaning taraqqiyot yo'nalishini belgilab beruvchi omil ekani; Insonni juda murakkab va noyob sozlangan musiqqa asbobi bilan solishtirish mumkinligi haqida qiziqarli ma'lumotlar berildi.



Tadbir davomida musiqaning yetti foydali xususiyatlari to'g'risida alohida to'xtab o'tildi. Musiqqa insonni stressdan xalos bo'lishda; o'qish jarayonida eslab qolish xususiyatini oshirishda; og'riqni kamaytirishda; uyquni yaxshilashda; mahsuldorlikni oshirishda; kayfiyatni ko'tarishda va depressiya simptomlarini pasaytirishda beminnat va arzon xizmat qila oladigan vosita ekani haqida berilgan ma'lumotlar yig'ilish ishtirokchilarini befarq qoldirmadi. Tadbirda jamoa ishtirokchilari yil boshidan beri o'rganib kelishayotgan qo'shiqlarni jo'r bo'lib, jo'shib kuylashdi. Tadbirda yoshlar masalalari va ma'naviy -ma'rifiy ishlar bo'yicha prorektor R.Q.Choriyev va YeRB dekani Sh.Narbayevlarning ishtirok etishgani talabalarga yangi pavoizlar uchun qanot bag'ishladi. Tadbir ko'tarinki kayfiyatda o'z nihoyasiga yetdi.

Universitet psixologi M.K. Muhammedova axboroti