© 2026 Arabian International Conference on Science,Technology and Innovation. All rights reserved.

DUDUQLANISH VA UNI KORREKSIYA ISH TIZIMI

Xayrulloyeva Marjona Tuychi qizi
University of Business and Science,
“Ijtimoiy-gumanitar fanlar” kafedrasi o'qituvchisi
Email: Khayrullayevam14@icloud.com
Karimova Robiya Adxam qizi
University of Business and Science, kunduzgi ta'lim bosqichi
MPK 24-01 guruh talabasi
https://doi.org/10.5281/zenodo.24044243

Annotatsiya: Nutq faoliyati insonning ijtimoiy hayotidagi asosiy muloqot vositasi bo'lib, uning buzilishi shaxsning o'z-o'zini anglashi, ta'lim olishi va jamiyat bilan munosabatiga bevosita ta'sir qiladi. Nutqning ritmik-temporal buzilishlaridan biri bo'lgan duduqlanish ko'pincha bolalik davrida paydo bo'ladi, ammo ayrim hollarda kattalar orasida ham uchraydi. Ushbu maqolada duduqlanishning mohiyati, asosiy belgilari, sabablari hamda logopedik va psixoterapevtik korreksiya ish tizimi tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: duduqlanish, ovoz, tembr, logopedik korreksiya, psixoterapiya

Abstract: Speech is a fundamental means of communication in human social life, and its impairment directly affects an individual's self-awareness, education, and relationships with society. Stuttering, one of the rhythmic-temporal disorders of speech, most commonly develops during childhood, although it can also occur in adults. This article examines the nature of stuttering, its main symptoms and causes, as well as the system of speech therapy and psychotherapeutic intervention.

Keywords: stuttering, voice, timbre, speech therapy, psychotherapeutic intervention.

Аннотация: Речевая деятельность является одним из основных средств общения в социальной жизни человека, а её нарушения непосредственно влияют на самосознание личности, получение образования и взаимоотношения с обществом. Заикание, являющееся одним из нарушений ритмико-временной организации речи, чаще всего возникает в детском возрасте, однако в некоторых случаях встречается и у взрослых. В данной статье анализируются сущность заикания, его основные симптомы и причины, а также система логопедической коррекции и психотерапевтической помощи.

Ключевые слова: заикание, голос, тембр, логопедическая коррекция, психотерапия.

Duduqlanish nutqning sur'at va ritmi buzilishi bo'lib, unda bo'g'inlar, so'zlar yoki iboralarning takrorlanishi, cho'zilishi yoki nutq jarayonining to'xtab qolishi kuzatiladi. Bu holat nutq apparatining jismoniy nuqsoniga emas, balki nutqni boshqarish mexanizmlarining muvofiqlashuvidagi buzilishga bog'liq deb hisoblanadi. Shu bois duduqlanish ko'pincha tovush apparati sog'lom bo'lgan shaxslarda ham uchraydi.

Duduqlanish belgilari an'anaviy ravishda ikki guruhga bo'linadi. Birlamchi belgilar nutqning bevosita buzilishini ifodalaydi: bo'g'in va undosh tovushlarning takrorlanishi, cho'zilishi hamda nutqning to'xtab qolishi shular jumlasidandir. Ikkilamchi belgilar esa birlamchi belgilarga nisbatan ko'proq hissiy va vegetativ xarakterga ega bo'lib, ular yuz mushaklarining tortishishi, ko'z qisish, bosh yoki qo'l harakatlari, nafas olishning buzilishi hamda qo'rquv va uyat kabi reaksiyalarda namoyon bo'ladi.

© 2026 Arabian International Conference on Science,Technology and Innovation. All rights reserved.

Vaqt o'tishi bilan ikkilamchi belgilar ko'proq ustunlik qilishi mumkin, chunki ular nutq vaziyatlariga nisbatan shartli refleks shaklida mustahkamlanadi.

Duduqlanishning og'irlik darajasi turlicha bo'lib, u yengil, o'rtacha va og'ir shakllarga ajratiladi. Yengil shaklda belgilar kam uchraydi va nutqning umumiy ravonligi saqlanadi. O'rtacha shaklda nutq buzilishlari ayrim vaziyatlarda kuchayadi. Og'ir shaklda esa muloqot jarayoni sezilarli darajada qiyinlashadi, shaxs ijtimoiy vaziyatlardan o'zini chetga oladi. Quyidagi jadvalda duduqlanish belgilarining asosiy turlari va ularning namoyon bo'lish shakllari keltirilgan.

1-jadval. Duduqlanish belgilarining tasnifi

Belgi guruhi	Asosiy ko'rinishi	Namoyon bo'lish misoli
Birlamchi	Bo'g'in takrorlanishi	“m-m-men” kabi takror tovushlar
Birlamchi	Tovushning cho'zilishi	“sssalom” shaklidagi cho'zilish
Birlamchi	Nutqning to'xtab qolishi	Bir necha soniya davomida ovoz chiqmasligi
Ikkilamchi	Mimik va motor reaksiyalar	Yuz mushaklarining tortishishi, ko'z qisish
Ikkilamchi	Nafas olish buzilishi	Noto'g'ri nafas olish va nafasning tutilishi
Ikkilamchi	Hissiy reaksiyalar	Qo'rquv, uyat, nutqdan qochish

Duduqlanishning sabablari. Duduqlanish bir omilga emas, balki bir nechta omillarning birgalikdagi ta'siriga bog'liq bo'lgan murakkab nutq buzilishidir. Mutaxassislar ko'pincha uni ko'p omilli model asosida tushuntiradi, ya'ni genetik moyillik, neyrofiziologik xususiyatlar va muhit ta'sirlari bir-birini kuchaytirib, duduqlanish xavfini oshiradi.

Genetik moyillik ko'plab tadqiqotlarda qayd etilgan. Duduqlanuvchi bolalarning oilasida ushbu holat tez-tez uchraydi, egizaklar ustida olib borilgan kuzatuvlar esa irsiy omilning ahamiyatini ko'rsatadi. Biroq irsiy moyillik o'z-o'zidan duduqlanishni keltirib chiqarmaydi; u muhit va rivojlanish omillari bilan o'zaro ta'sirda namoyon bo'ladi.

Neyrofiziologik jihatdan nutqni boshqaruvchi miya sohalaridagi, xususan, chap yarim sharning faoliyatidagi o'ziga xos xususiyatlar muhim hisoblanadi. Nutqni rejalashtirish, talaffuz uchun motor buyruqlarni yuborish va eshitish nazorati o'rtasidagi muvofiqlik buzilganda nutq ritmi ham izdan chiqadi. Ayrim tadqiqotlar bu jarayonlarda vaqt bo'yicha sinxronlikning past bo'lishini qayd etadi.

Psixologik omillar, jumladan, stress, oiladagi keskin muhit yoki nutqqa salbiy munosabat, duduqlanishning kuchayishiga yoki barqarorlashuviga olib kelishi mumkin. Bola nutqi uchun tanbeh olish, uni shoshirish yoki o'rtoqlari oldida masxara qilinishi kabi holatlar qo'rquvni kuchaytiradi, bu esa nutq mushaklarining tarangligini oshiradi va duduqlanishni yanada chuqurlashtiradi. Shuningdek, bolaning nutq rivojlanish sur'atining notekisligi ham xavf omili sifatida qayd etiladi. Lug'at boyligi tez o'sayotgan, ammo gaplarni tuzish ko'nikmasi hali shakllanmagan davrda bola fikrini tezda ifodalashga intiladi, bu esa nutq oqimining buzilishiga sabab bo'lishi mumkin. Ayrim hollarda duduqlanish nutqning shiddat bilan rivojlanish davrida, odatda 2 yoshdan 5 yoshgacha bo'lgan oraliqda boshlanadi.

Logopedik ishda mashg'ulotlarning muntazamligi alohida ahamiyatga ega. Haftada kamida ikki-uch marta qisqa, ammo muntazam mashqlar o'tkazish, ularni kundalik hayotda qo'llash natijalarni

© 2026 Arabian International Conference on Science,Technology and Innovation. All rights reserved.

barqarorlashtiradi. Mashg'ulotlar o'yin shaklida tashkil etilsa, ayniqsa kichik yoshdagi bolalar uchun samaradorlik yuqori bo'ladi.

Psixoterapevtik yondashuv. Duduqlanish ko'pincha qo'rquv va xavotir bilan birga kechganligi sababli, psixoterapiya korreksiya jarayonining ajralmas qismidir. Nutqdagi buzilish shaxsda ko'pincha "men gapira olmayman" degan salbiy e'tiqodni shakllantiradi, bu esa nutq vaziyatlaridan qochishga va yanada kuchli tanglikka olib keladi. Psixoterapiyaning maqsadi shu doiraviy jarayonni uzish va shaxsning o'z nutqiga nisbatan munosabatini o'zgartirishdir.

Kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (KXT) yordamida shaxs nutq vaziyatlariga nisbatan salbiy ishonchlarini aniqlaydi va ularni o'zgartirishni o'rganadi. Terapevt bilan birgalikda shaxs o'zining ichki gaplarini tahlil qiladi, real xavflarni va o'ylangan xavflarni farqlashni o'rganadi. Natijada qo'rquvning darajasi pasayadi va nutq vaziyatlariga nisbatan ishonch ortadi.

Sezgirlikni kamaytirish mashqlari orqali esa ijtimoiy vaziyatlarda o'zini erkin tutish ko'nikmasi shakllantiriladi. Bunda shaxs o'zi qo'rqadigan nutq vaziyatlarini bosqichma-bosqich, pog'onama-pog'ona bajaradi: avval kichik guruhda, so'ngra katta auditoriya oldida gapiradi. Har bir bosqich muvaffaqiyatli o'tilganda o'z-o'ziga bo'lgan ishonch mustahkamlanadi.

Ushbu yondashuv, ayniqsa, o'smirlar va kattalar uchun samarali hisoblanadi. O'smirlik davri shaxsning o'zligini shakllantirish, o'z-o'zini baholash va guruhdagi o'rnini izlash bilan kechadi, shu sababli duduqlanish ularda ijtimoiy noqulaylik va izolyatsiya manbai bo'lishi mumkin. Psixoterapevtik qo'llab-quvvatlash bunday holatlarda shaxsning muloqot doirasini kengaytirishga yordam beradi.

Korreksiya yo'nalishlarining qiyosiy tahlili. Logopedik va psixoterapevtik yo'nalishlar bir-birini to'ldiradi, ammo ularning maqsadi va qo'llanish o'rni turlicha. Logopedik usullar nutqning texnik tomonini, ya'ni nafas, ritm va talaffuz mexanizmlarini tiklashga qaratilgan. Psixoterapevtik usullar esa shaxsning ichki holatini, qo'rquv va e'tiqodlarini o'zgartirishga yo'naltirilgan. Quyidagi jadvalda ushbu yo'nalishlarning asosiy xususiyatlari solishtirilgan.

Logoped odatda nutq namunasini yozib olish, turli vaziyatlarda, masalan, o'qish, erkin suhbat va hikoya qilish paytida nutqni kuzatish usulidan foydalanadi. Bu yondashuv duduqlanish qaysi vaziyatlarda kuchayishini aniqlashga yordam beradi. Masalan, ayrim bolalarda duduqlanish uy sharoitida kam, ammo maktabda yoki notanish odamlar bilan muloqotda sezilarli darajada namoyon bo'ladi.

Hissiy holatni baholash ham muhim hisoblanadi. Shaxsning duduqlanishga nisbatan qo'rquvi, uyati va nutqdan qochish darajasi maxsus so'rovnomalar va suhbat orqali aniqlanadi. Bu ma'lumotlar psixoterapevtik qism zarur bo'ladimi yoki yo'qmi, degan savolga javob berishda muhim rol o'ynaydi.

Erta aniqlashning asosiy mezonlaridan biri nutq buzilishining davomiyligidir. Agar bolada duduqlanish olti oydan ortiq davom etsa, uning kuchayib borishi kuzatilsa yoki bola o'z nutqidan xavotirlanishni bildirsa, mutaxassis bilan maslahatlashish tavsiya etiladi. Ota-onalar va tarbiyachilar bu belgilarni vaqtida payqashi, bolani shoshirmasdan, lekin e'tibor bilan kuzatishi zarur.

Diagnostikada differensial tashxis ham muhim o'rin tutadi, chunki nutq ritmining buzilishi boshqa nutq nuqsonlari, masalan, tovush talaffuzidagi kamchiliklar yoki lug'at rivojlanishining kechikishi bilan almashib qolishi mumkin. To'g'ri tashxis qo'yilgandagina korreksiya dasturi to'g'ri tanlanadi va kutilgan natija beradi.

Yosh davrlari bo'yicha korreksiya xususiyatlari. Duduqlanish turli yosh davrlarida o'ziga xos xususiyatlar bilan namoyon bo'ladi va korreksiya usullari ham yoshga qarab tanlanadi. Maktabgacha yoshdagi bolalarda nutqning plastikligi yuqori bo'lgani uchun korreksiya ko'pincha o'yin va kundalik faoliyat orqali olib boriladi. Bu davrda eng muhim vazifa bolaning nutqqa bo'lgan qo'rquvini kamaytirish va nutqni erkin ifodalash muhitini yaratishdir.

Kichik maktab yoshida bola nutqning ko'proq farqlanishi va ijtimoiy muhit bilan kengroq aloqa o'rnatishi bilan bog'liq yangi qiyinchiliklarga duch keladi. Bu davrda logopedik mashqlar bilan birga, o'qituvchi va sinfdoshlar bilan munosabatlarni yaxshilash, bola uchun xavfsiz muloqot vaziyatlarini

© 2026 Arabian International Conference on Science,Technology and Innovation. All rights reserved.

tashkil etish muhim hisoblanadi. Ikkilamchi belgilar ushbu yoshda tez-tez paydo bo'ladi, shuning uchun hissiy qo'llab-quvvatlash ahamiyatlidir.

O'smirlik davrida duduqlanish ko'pincha shaxsiy identifikatsiya va ijtimoiy qabul qilinish masalalari bilan bog'lanadi. O'smirlar o'z nutqi haqida ko'proq o'ylaydi, guruh oldida gapirishdan qochadi va ba'zan korreksiya mashg'ulotlariga nisbatan qarshilik ko'rsatadi. Bu bosqichda psixoterapevtik yondashuv, motivatsiyani oshirish va o'z-o'zini anglashni rivojlantirish asosiy o'rinni egallaydi.

Kattalar uchun korreksiya ko'pincha ilgari shakllangan nutq odatlarini qayta qurishga qaratiladi. Bu jarayon uzoqroq davom etishi mumkin, chunki ko'p yillar davomida shakllangan qo'rquv va himoya reaksiyalarini bartaraf etish talab qilinadi. Kattalarda kasbiy faoliyat, ish joyidagi muloqot va oilaviy munosabatlar ham korreksiya maqsadlariga kiritiladi. Shu bois mashg'ulotlar individual rejalashtiriladi.

Har bir yosh guruhida korreksiya dasturining muvaffaqiyati shaxsning motivatsiyasi, mashg'ulotlarga muntazam qatnashishi va muhit bilan hamkorligiga bog'liq. Shuning uchun dasturlarni faqat yosh bo'yicha emas, balki shaxsning individual ehtiyojlari va rivojlanish dinamikasi bo'yicha ham moslashtirish zarur.

Amaliy tavsiyalar. Duduqlanuvchi shaxs bilan muloqotda eng muhim qoida sabr va tinchlikdir. Suhbatdoshni shoshirish, uning gapini yakunlab qo'yish yoki tugallanmagan so'zni o'zi aytishga urinish vaziyatni yanada og'irlashtiradi. Aksincha, gapiruvchiga to'liq e'tibor qaratish, uni diqqat bilan tinglash va kerak bo'lsa ko'z aloqasini saqlash muloqotni xavfsiz qiladi.

Ota-onalar uchun asosiy tavsiya bolaning nutqiga emas, balki uning fikriga e'tibor qaratishdir. Bola nima demoqchi bo'lsa, o'shani tinglash, uning nutqidagi kichik buzilishlarni tanqid qilmaslik, o'z nutqingizni sekin va ravon qilib ko'rsatish bolada taqlid qilish ko'nikmasini shakllantiradi. Shuningdek, bolaning ko'nglini ko'tarish, yutuqlarini e'tirof etish va uni muvaffaqiyatsizlik uchun ayblamaslik muhimdir.

Mashg'ulotlarni uyda takrorlashda muntazamlik muhim, ammo bu bosim o'tkazish bilan bog'liq bo'lmasligi kerak. Qisqa, lekin kundalik mashqlar uzoq, charchatuvchi mashg'ulotlardan samaraliroqdir. Mashqlar davomida bola charchagan yoki norozi bo'lsa, mashg'ulotni to'xtatish va keyinroq davom ettirish to'g'ri yondashuv hisoblanadi.

Duduqlanuvchi o'smir va kattalar uchun ham shaxsiy rivojlanish muhim. Ular o'z nutqi bilan bog'liq qo'rquvlarni tan olishi, yordam so'rashdan uyalmasligi va muntazam mashg'ulotlarga tayyor bo'lishi lozim. Kichik muvaffaqiyatlarni ham qadrlash, yangi muloqot vaziyatlarida o'z-o'zini sinab ko'rish va salbiy fikrlarga qarshi ongli yondashuv korreksiyaning muhim qismidir.

Nihoyat, mutaxassislar tavsiya etadiki, har qanday korreksiya dasturi qat'iy qoidalar emas, balki moslashuvchan yo'l xaritasi sifatida qabul qilinishi kerak. Duduqlanish holatlari tebranishli kechadi: ba'zi davrlarda belgilar kamayadi, boshqa davrlarda esa stress yoki kasallik sababli kuchayishi mumkin. Bunday tebranishlarni normal rivojlanish jarayonining bir qismi sifatida qabul qilish shaxsda o'zini ayblash hissini kamaytiradi.

Tadqiqot istiqbollari. Duduqlanish bo'yicha ilmiy izlanishlar so'nggi yillarda sezilarli darajada kengaydi. Neyrovizualizatsiya usullari, jumladan, funksional magnit-rezonans tomografiya, nutqni boshqarish jarayonidagi miya faoliyatini kuzatish imkonini bermoqda. Ushbu tadqiqotlar duduqlanishni faqat psixologik omil bilan izohlash yetarli emasligini, balki nerv tizimining ayrim funksional xususiyatlari ham muhim ekanini ko'rsatmoqda.

Mahalliy sharoitda duduqlanish bo'yicha statistik ma'lumotlarning yetishmasligi jiddiy muammo bo'lib qolmoqda. Turli yosh guruhlari, hudud va ijtimoiy-iqtisodiy muhit bo'yicha ma'lumotlar to'plangan taqdirdagina duduqlanishning tarqalish darajasi va xavf omillari haqida ishonchli xulosa chiqarish mumkin. Bunday tadqiqotlar ta'lim va sog'liqni saqlash siyosatini asoslashda ham foydali bo'ladi.

© 2026 Arabian International Conference on Science,Technology and Innovation. All rights reserved.

Korreksiya usullarining samaradorligini baholash uchun uzoq muddatli kuzatuvlar o'tkazish zarur. Ko'pgina dasturlar qisqa muddatda yaxshi natija beradi, ammo ularning barqarorligi, ya'ni yutuqlarning yillar davomida saqlanishi, alohida o'rganilishi kerak. Shuningdek, turli madaniy va lingvistik muhitlarda qo'llanilgan usullarning qiyosiy tahlili korreksiya amaliyotini boyitadi.

Raqamli texnologiyalar ham korreksiya sohasida yangi imkoniyatlar ochmoqda. Nutqni tahlil qiluvchi dasturlar, virtual muloqot muhitlari va mobil ilovalar yordamida mashqlarni uyda bajarish, natijalarni kuzatish va mutaxassis bilan masofaviy aloqa qilish mumkin. Biroq bu vositalarning samaradorligi ularning ilmiy asosda yaratilganligi va shaxsning ehtiyojlariga moslashuvchanligiga bog'liq. Shu sababli texnologik yechimlar mutaxassis nazoratida qo'llanilishi maqsadga muvofiqdir.

Xulosa qilib aytganda, duduqlanish bo'yicha kelajakdagi tadqiqotlar bir necha yo'nalishda rivojlanishi kutilmoqda: genetik va neyrofiziologik asoslarni chuqurroq o'rganish, korreksiya usullarining uzoq muddatli samaradorligini baholash, mahalliy statistik bazani yaratish va raqamli vositalarni ilmiy asosda joriy etish. Bu yo'nalishlarning uyg'un rivojlanishi duduqlanuvchi shaxslarga yanada samarali yordam ko'rsatish imkonini beradi.

Duduqlanish murakkab, ko'p omilli nutq buzilishi bo'lib, uni samarali bartaraf etish uchun logopedik va psixoterapevtik yondashuvlarni birgalikda qo'llash zarur. Duduqlanishning belgilari birlamchi va ikkilamchi guruhlarga bo'linishi, ularning har biri bo'yicha alohida ishlash kerakligini ko'rsatadi. Erta aniqlash, muntazam mashg'ulotlar va oila ishtiroki korreksiya natijalarini sezilarli darajada yaxshilaydi.

Kelgusida mahalliy sharoitda duduqlanuvchilar bilan olib boriladigan tadqiqotlarni kengaytirish dolzarb vazifa hisoblanadi. Xorijiy tajribaning mahalliy ta'lim va madaniy muhitga moslashtirilishi, ayniqsa, ko'p tilli sharoitda nutq rivojlanishini kuzatish va korreksiya dasturlarini takomillashtirish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ayupova M.Y. Logopediya. — Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2007.
2. Volkova L.S. Logopediya. — Moskva: VLADOS, 2007.
3. Filicheva T.B., Chirkina G.V. Ustraneniye obshchego nedorazvitiya rechi u detey doshkolnogo vozrasta. — Moskva: Ayris-Press, 2004.
4. Seliverstov V.I. Zaikaniye u detey. — Moskva: Vlados, 2001.
5. Seliverstov V.I. Logopedicheskiye zanyatiya s detmi, stradayushchimi zaikaniyem. — Moskva: VLADOS.
6. Rau E.F. Logopediya. — Moskva: Prosveshcheniye.
7. Shaxovskaya S.N. Logopedicheskaya rabota pri narusheniyakh rechi. — Moskva.
8. Bekker K.P., Sovak M. Logopediya. — Moskva: Meditsina, 1981.
9. Andronova L.Z. Metodika korrektsii zaikaniya. — Moskva.
10. Vlasova N.A. O vospitanii i obuchenii detey s narusheniyami rechi. — Moskva.