

### SIGMATIZM VA UNI BARTARAF ETISH

*Isroilova Ruxshona Dilmurod qizi,*

*Umarova Munisa Husniddin qizi,*

*Rahmatullayeva Madina Ibrohimovna*

*Narzullayeva Mushtariy Abduqodir qizi*

*JDPU Pedagogika va psixologiya fakulteti*

*Maxsus pedagogika: logopediya*

*yo'nalishi 2- bosqich talabalari.*

**Annotatsiya:** Mazkur maqola sigmatizm — nutqdagi tovush buzilishining bir turi bo'lib, “s” va “z” tovushlarining noto'g'ri talaffuz qilinishini o'rganishga bag'ishlangan. Unda sigmatizmning turlari, sabablari, diagnostikasi va uni bartaraf etish usullari batafsil yoritiladi. Tadqiqot logopedik amaliyotda qo'llaniladigan samarali usullarni, shuningdek, yangi texnologiyalarni qo'llash bo'yicha tavsiyalarni o'z ichiga oladi. Ushbu maqola logopedlar, pedagoglar, ota-onalar va nutq muammolari bilan ishlovchi boshqa mutaxassislar uchun foydalidir.

**Kalit so'zlar:** Sigmatizm, nutq buzilishlari, logopediya, hushtak tovushlar, artikulyatsiya, diagnostika, logopedik mashg'ulotlar, nutq terapiyasi, tovushlarni to'g'rilash, bolalar nutqi.

**Аннотация:** Данная статья посвящена изучению сигматизма – вида нарушения звука речи и неправильного произношения звуков «с» и «з». Подробно описаны виды сигматизма, его причины, диагностика и методы его устранения. В исследование включены эффективные методы, используемые в логопедической практике, а также рекомендации по использованию новых технологий. Данная статья будет полезна логопедам, педагогам, родителям и другим специалистам, занимающимся проблемами речи.

**Ключевые слова:** Сигматизм, речевые нарушения, логопед, свистящие звуки, артикуляция, диагностика, логопедическое обучение, логопед, звукокоррекция, речь детей.

**Abstract:** This article is dedicated to the study of sigmatism, a type of speech sound disorder, and the incorrect pronunciation of the sounds “s” and “z”. It describes in detail the types of sigmatism, its causes, diagnosis and methods of its elimination. The study includes effective methods used in speech therapy practice, as well as recommendations for the use of new technologies. This article is useful for speech therapists, pedagogues, parents and other professionals dealing with speech problems.

**Keywords:** Sigmatism, speech disorders, speech therapy, whistling sounds, articulation, diagnostics, speech therapy training, speech therapy, sound correction, children's speech.

Bolalarda nutq rivojlanishi murakkab va ko'p bosqichli jarayon bo'lib, unda tovushlarni to'g'ri talaffuz qilish katta ahamiyatga ega. Ammo ba'zan nutq jarayonida tovushlar buzilishi kuzatiladi, ulardan biri sigmatizm hisoblanadi. Sigmatizm (lisp) – hushtakning, shuningdek, jarangdor tovushlarning buzilgan talaffuzi. Buzilish mexanik va funktsional dislaliya,

dizartriyaning turli shakllari, ochiq rinolaliya uchun xosdir. Sigmatizm bilan fonemalarning interdental, tishga yaqin, labio-dental, lateral, burun talaffuzi sodir bo'lishi mumkin. Ovozli talaffuz va uning shakli nuqsoni og'zaki nutqni tekshirishning bir qismi sifatida tashxis qilinadi. Tuzatuvchi nutq terapiyasi aralashuvining asosiy yo'nalishlari artikulyar apparatni tayyorlash, fonatsion nafas olishni rivojlantirish, tovush ishlab chiqarish, tovushni to'g'ri talaffuz qilish mahoratini avtomatlashtirishni o'z ichiga oladi. Sigmatizm — bu “s” va “z” kabi hushtak tovushlarning noto'g'ri talaffuz qilinishiga olib keladigan buzilish bo'lib, bu tovushlar juda kuchli, zaif yoki shovqinli chiqishi mumkin. Ushbu buzilish ko'pincha bolalarda uchraydi va ularni logopedik aralashuvsiz bartaraf etish qiyin bo'lishi mumkin.

Mazkur maqolada sigmatizmning klinik xususiyatlari, uning rivojlanish sabablari va davolash usullari yoritiladi. Shuningdek, logopedik mashg'ulotlarda qo'llaniladigan zamonaviy yondashuvlar va metodlar haqida fikr yuritiladi.

Sigmatizm: mohiyati, turlari va sabablari

Sigmatizm — bu nutqdagi ovoz buzilishining bir turi bo'lib, unda hushtak tovushlari (“s”, “z”) yoki shunga o'xshash tovushlar noto'g'ri chiqadi. Sigmatizm quyidagi turlarga bo'linadi:

1. Lateral sigmatizm: Tovushlar havo oqimi noto'g'ri yo'nalishi natijasida yon tomondan chiqadi.
2. Nazal sigmatizm: Tovushlar burun orqali o'tib, burun tovushiga aylanadi.
3. Interdental sigmatizm: Tovush talaffuzida til tishlar orasiga chiqadi.
4. Labial sigmatizm: Tovushlar lablar orqali noto'g'ri hosil qilinadi.

Sabablari:

Anatomik buzilishlar (tanglay, tishlarning noto'g'ri joylashuvi).

Nutq apparatining mushaklar zaifligi.

Eshitish buzilishlari.

Psixologik omillar (stress, travmalar).

Sigmatizmni diagnostika qilish va bartaraf etish usullari

Diagnostika: Logoped tomonidan bolani kuzatish va tovushlarni talaffuz qilishda yuzaga kelayotgan muammolarni baholash orqali amalga oshiriladi. Nutq apparati, nafas olish jarayoni va eshitish qobiliyati tekshiriladi.

Bartaraf etish usullari:

1. Logopedik mashg'ulotlar:

Maxsus artikulyatsion gimnastikalar: tildagi mushaklarni kuchaytirish uchun mashqlar.

Nafas olish mashqlari: havo oqimini to'g'ri boshqarishni o'rgatish.

Tovushlarni tuzatish mashqlari: noto'g'ri talaffuz qilingan tovushni to'g'ri shaklda hosil qilish.

### 2. Anatomik muammolarni bartaraf etish:

Tish-protezlilar yoki ortodontik moslamalardan foydalanish.

Jarrohlik aralashuvlari (og'ir holatlarda).

### 3. Zamonaviy texnologiyalarni qo'llash:

Nutq terapiyasida audio va vizual dasturlardan foydalanish.

Interaktiv logopedik o'yinlar.

### 4. Ota-onalarga tavsiyalar:

Bolaga mustaqil mashq qilish imkoniyatini berish.

Mashg'ulotlarni muntazam davom ettirish va bolani ruhiy rag'batlantirish

#### Sigmatizm va nutq rivojlanishidagi o'rni

Sigmatizm bolalar nutqining rivojlanishidagi muhim bir bosqichni tashkil etadi. Nutq apparatining rivojlanishi va tovushlarni to'g'ri talaffuz qilish o'rtasida mustahkam bog'liqlik mavjud. Biroq, ba'zi bolalarda to'g'ri talaffuzni o'rganish jarayoni kechikishi mumkin, bu esa sigmatizmni keltirib chiqaradi.

Nutqni rivojlantirishda, ayniqsa, hushtak tovushlari muhim rol o'ynaydi. "S" va "Z" tovushlarining to'g'ri talaffuzi o'z-o'zidan nutqni yanada boyitadi va nutqning aniq, tushunarli bo'lishiga yordam beradi.

Shuning uchun, sigmatizmni davolash faqat nutqni yaxshilash uchun emas, balki bolaga ijtimoiy va psixologik rivojlanishda yordam berish uchun ham muhimdir. To'g'ri talaffuz nafaqat nutq ko'nikmalarini oshiradi, balki bolaning jamiyatdagi muvaffaqiyatli faoliyatini ta'minlaydi.

#### Sigmatizmni tibbiy nuqtai nazardan yondashish

Sigmatizm ba'zi hollarda anatomik muammolar, masalan, tishlarning noto'g'ri o'sishi yoki tanglayning shakli bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Bu kabi holatlarda, logopedik yondashuv bilan birgalikda tibbiy aralashuv ham zarur bo'lishi mumkin.

#### 1. Ortodontik muolajalar:

Agar sigmatizmning sababi tishlarning joylashuviga bog'liq bo'lsa, ortodontik muolajalar yordamida tishlarning to'g'ri joylashishini ta'minlash mumkin. Bu, o'z navbatida, hushtak tovushlarini to'g'ri talaffuz qilishga yordam beradi.

#### 2. Jarrohlik aralashuvlar:

Ba'zi holatlarda, masalan, tanglay va tishlar bilan bog'liq jiddiy anomaliyalar mavjud bo'lsa, jarrohlik aralashuvlari talab qilinishi mumkin. Bunday holatlarda, jarrohlikdan keyin logopedik terapiya muhim rol o'ynaydi.

Sigmatizmni bartaraf etishda ota-onalar va logopedlarning o'zaro hamkorligi



Sigmatizmni bartaraf etishda ota-onalar va logopedlarning o‘zaro hamkorligi alohida ahamiyatga ega. Ota-onalar bolalariga uydagi mashg‘ulotlar orqali yordam berishlari, logoped bilan birgalikda rejalashtirilgan mashg‘ulotlarni mustahkamlashlari zarur.

Ota-onalar uchun tavsiyalar:

Muntazam mashg‘ulotlar: Bolaning nutqini rivojlantirish uchun har kuni qisqa va samarali mashqlar o‘tkazish.

Nutqni o‘rganish jarayonida chidamlilik: Sigmatizmni tuzatish jarayoni uzoq va murakkab bo‘lishi mumkin, shuning uchun ota-onalar chidamli bo‘lishi kerak.

Sog‘lom ruhiy muhit yaratish: Bolaning nutqni rivojlantirish jarayonida doimiy qo‘llab-quvvatlash va rag‘batlantirish muhimdir.

Logopedlar uchun tavsiyalar:

Individual yondashuv: Har bir bola alohida yondashuvni talab qiladi, shuning uchun logopedlar bolalar bilan samarali ishlash uchun individual mashg‘ulotlarni ishlab chiqishlari lozim. Qiziqarli va motivatsion mashg‘ulotlar: Bolani mashg‘ulotlarda faol ishtirok etishga undash uchun qiziqarli metodlar va o‘yinlardan foydalanish.

Sigmatizmni davolashda ilmiy tadqiqotlar va yangi yondashuvlar

Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar va texnologiyalar sigmatizmni davolashda yangi yondashuvlarni taklif etmoqda. Masalan, quyidagi yangi metodlar ishlab chiqilgan:

### 1. Neurofeedback texnologiyasi:

Bu texnologiya miya faoliyatini normallashtirish va nutqni yaxshilash uchun ishlatiladi. Neurofeedback mashqlarida bola miya faoliyatini boshqarish orqali to‘g‘ri talaffuzni o‘rganadi.

### 2. G‘arbda ishlatiladigan robototerapiya:

Robototerapiya vositalari yordamida bolalar sigmatizmni tuzatishda avtomatik va interaktiv mashg‘ulotlar olib borishadi. Bu usul nutqni rivojlantirishda innovatsion yondashuvlarni qo‘llashni ta‘minlaydi.

### 1. Sigmatizmning ko‘rinishlari:

Interdental sigmatizm: Tilning tishlar orasiga kirishi sababli yuzaga keladi va tovush talaffuzi buziladi.

Lateral sigmatizm: Havo oqimi tilning yon tomonlaridan chiqib, tovush notekis va “shivirlagan” bo‘lib eshitiladi.

Nazal sigmatizm: Havo oqimi burun orqali chiqadi, tovushlar “burunli” eshitiladi.

Labiodental sigmatizm: Tilning tish va lablar orasida noto‘g‘ri joylashuvi sababli yuzaga keladi.

Akustik sigmatizm: Tovushlarning notog‘ri shakllanishi va eshituv buzilishlari bilan bog‘liq.

### 2. Sabablari:

Fiziologik omillar: Tugʻma yoki orttirilgan ogʻiz va tish apparati anomaliyasi (masalan, tishlarning notoʻgʻri joylashuvi yoki ogʻiz boʻshligʻidagi jarrohlik aralashuvi).

Psixologik omillar: Bolaning stress yoki emotsional bosim ostida notoʻgʻri talaffuz odatlariga oʻrganishi.

Imitatsiya: Yaqinlarining yoki atrofdagilarning notoʻgʻri talaffuzi bolada sigmatizmni rivojlantirishi mumkin.

### 3. Logopedik ishlov berish bosqichlari:

Tashxis: Bola nutqi diqqat bilan tahlil qilinadi, muammo turi aniqlanadi.

Mashqlarni tanlash: Artikulyatsion gimnastika, nafas olishni boshqarish mashqlari va nutq oʻrgatish texnikasi ishlatiladi.

Mustahkamlash: Tovushlarni toʻgʻri talaffuz qilishni avtomatizatsiya qilish uchun doimiy mashqlar beriladi.

### 4. Boshqa nutq buzilishlaridan farqi:

Sigmatizmدا muammo asosan hushtakli va shovqinli tovushlar bilan bogʻliq boʻlib, talaffuzdagi xatoliklar aniq seziladi.

Boshqa nutq buzilishlarida (masalan, lambdatsiya yoki rotatsiya) “L” yoki “R” kabi boshqa tovushlar notoʻgʻri talaffuz qilinadi.

### 5. Profilaktika usullari:

Bolaning ogʻiz boʻshligʻi gigienasiga eʼtibor qaratish va tishlarning toʻgʻri joylashuvini nazorat qilish.

Bolani erta yoshdan toʻgʻri talaffuzga oʻrgatish.

Katta yoshdagilarning nutq madaniyatiga amal qilish, chunki bolalar koʻpincha kattalarga taqlid qiladi.

Artikulyatsion gimnastika va nafas olish texnikasini erta yoshda joriy qilish.

### 6. Tibbiy yordamning roli:

Ogʻir holatlarda stomatolog va otolaringolog yordamiga murojaat qilish tavsiya etiladi. Masalan, ogʻiz boʻshligʻi yoki tish apparati tuzilishidagi jiddiy buzilishlarni tuzatish uchun.

Baʼzi hollarda ortodontik moslamalar (breketlar) sigmatizmni bartaraf etishga yordam beradi.

### 7. Sigmatizm va oʻquv jarayoni:

Sigmatizmga ega bolalarda nutq buzilishi oʻqish va yozishga ham taʼsir qilishi mumkin, chunki ular tovushlarni notoʻgʻri eshitish va tushunish natijasida xatolarga yoʻl qoʻyishi mumkin.

### 8. Sigmatizmning ijtimoiy taʼsiri:

Sigmatizm bolalarda o'ziga ishonchsizlikni oshirishi, ijtimoiy faoliyatni cheklashi va ular orasida ruhiy salomatlikka salbiy ta'sir qilishi mumkin.

### 9. Sigmatizmning psixologik va ijtimoiy ta'siri:

Psixologik ta'sir: Bolalar noto'g'ri talaffuz tufayli o'zlarini noqulay his qilishi yoki masxaralashdan qo'rqib, kamgap bo'lib qolishi mumkin. Bu o'ziga bo'lgan ishonchni pasaytiradi va kommunikatsion qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi.

Ijtimoiy o'zaro ta'sir: Sigmatizmga ega bolalar nutqidagi buzilishlar sababli darslarda fikrlarini aniq ifodalashda qiynaladi yoki tengdoshlari bilan muloqotda cheklanish his qiladi.

### 10. Sigmatizmni bartaraf etishda logopedning roli:

Artikulyatsion organlarni tahlil qilish: Logoped til, lab va jag' mushaklarining harakatchanligini baholaydi va maxsus mashqlar tayyorlaydi.

To'g'ri talaffuzni o'rgatish: Logoped shaxsiy yondashuv bilan bolaning muammolariga mos mashqlarni tavsiya qiladi. Masalan, tilning to'g'ri holatini o'rgatish.

Ota-onalar bilan hamkorlik: Ota-onalarga uyda mashqlarni davom ettirish bo'yicha tavsiyalar beriladi.

### 11. Sigmatizmning muhim tashxis mezonlari:

Tovushlarning o'ziga xosligi: Shovqinli yoki "hushtakli" tovushlar noto'g'ri talaffuz qilinadi. Masalan, "S" tovushi "Th" tovushiga o'xshab chiqadi.

Talaffuzdagi tizimli xatoliklar: Bolaning barcha shunga o'xshash tovushlarni noto'g'ri talaffuz qilishi.

Havo oqimining noto'g'ri yo'nalishi: Talaffuz paytida havo oqimi og'izdan emas, yon yoki burun orqali chiqishi kuzatiladi.

### 12. Sigmatizmni bartaraf etishda maxsus mashqlar:

#### 1. Til holatini sozlash mashqi:

Bolaga "tilni yuqori tishlarga tegizing" yoki "tilingizni pastki labingiz ustiga qo'ying" kabi ko'rsatmalar beriladi.

#### 2. Nafasni boshqarish mashqlari:

Sham shamini puflash, tuklarni havo orqali uchirish kabi o'yinlar orqali nafasni boshqarish o'rgatiladi.

#### 3. Havo oqimini to'g'ri yo'naltirish mashqlari:

Til va lab holatini to'g'ri sozlagan holda tovushlarni talaffuz qilish amaliyoti takrorlanadi.

#### 4. Artikulyatsion gimnastika:

Tilni yuqoriga, pastga, yon tomonga harakatlantirish, lablarni cho'zish va yumaloqlash kabi harakatlar.

### 13. Sigmatizm va boshqa nutq buzilishlarini bir-biridan ajratish:

Sigmatizm: Asosan “S”, “Z”, “Sh”, “Ch” tovushlariga tegishli muammolarni qamrab oladi.

Xulosa o'rnida shuni aytib o'tish mumkinki, Sigmatizm bolalar nutqining rivojlanishida keng tarqalgan muammo bo'lib, uning to'g'ri davolanishi bolaning ijtimoiy, psixologik va kognitiv rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Nutq terapiyasida samarali natijalarga erishish uchun logopedik yondashuvlarni individual tarzda qo'llash va innovatsion texnologiyalarni joriy etish zarur. Sigmatizmni bartaraf etishda ota-onalar va logopedlarning hamkorligi, shuningdek, zamonaviy ilmiy tadqiqotlar va metodlarning qo'llanilishi bolalarga muvaffaqiyatli va sog'lom nutq rivojlanishida yordam beradi. Ushbu maqolada sigmatizmning turli shakllari va sabablari haqida batafsil ma'lumot berilgan hamda uni bartaraf etishning samarali usullari keltirilgan. Nutq buzilishlarini davolashda tizimli yondashuv muhim ahamiyatga ega bo'lib, bunda logoped, ota-ona va boshqa mutaxassislarning hamkorligi asosiy o'rinni egallaydi.

### Foydalanilgan adabiyotlar

1. A.V. Yastrebova, “Logopedik amaliyotda tovush buzilishlarini tuzatish usullari”, Moskva, 2017.
2. M.E. Furmanova, “Bolalarda nutq apparati rivojlanishi va patologiyalari”, Sankt-Peterburg, 2019.
3. O.S. Ushakova, “Nutq buzilishlari diagnostikasi va ularni bartaraf etish”, Moskva, 2020.
4. Zohidov F., “Bolalar logopediya asoslari”, Toshkent, 2018.
5. R.R. Levina, “Nutq patologiyalari va ularning korreksiyasi”, Moskva, 2016.
6. Internet manbalari: logopedik mashg'ulotlar uchun zamonaviy dasturlar va usullar.