



NUTQIY MEXANIZMLARDA ICHKI NUTQNING O'RNI

Nabiyeva Diloru Abduxamidovna

Andijon davlat universiteti filologiya fakulteti talabasi

Yuldashboyeva Sarvinozbonu

Andijon davlat universiteti

O'zbek tilshunosligi kafedrasasi professori

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15656606>

ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 01-June 2025 yil

Ma'qullandi: 07- June 2025 yil

Nashr qilindi: 13- June 2025 yil

KEYWORDS

nutqiy faoliyat, nutq mexanizmi, psixolingvistika, ruhiyat, ichki nutq, tashqi nutq, lison, psixologizm, nutqiy modellar..

ABSTRACT

Ushbu maqolada hozirgi kunda shaxs bilan bog'liq lisoniy hodisalar jadal rivojlanayotgan, antroposentrizmning asosiy sohalaridan bo'lgan psixolingvistikaning obyekt – nutqiy mexanizmlar sohaga oid ilmiy-nazariy qarashlar tahlili asosida yoritib berilgan. Nutqiy faoliyatning bir qismi bo'lgan ichki nutq va uning muloqot jarayonidagi o'rni ochib berilgan.

Insonning olamni anglash, idrok etish va qabul qilish salohiyati beqiyos. Shuning uchun tashqi olam uning ichki olamiga bemalol jo bo'ladi. Ammo har bir hodisa shu insonning ong va qalb prizmasidan qanday o'tadi va qayta akslanish qay tarzda sodir bo'lishini hech kim, hech qachon ayta olmaydi. Ana shu nuqtai nazardan qaraganda insonning ichki olami tashqi olamdan ko'ra kengroq, rang-barangroq deyishga to'la haqlimiz. Inson haqida gap ketganda "inson olami", "insonning ichki dunyosi" kabi birikmalar bejiz qo'llanmaydi. Zotan, har bir inson alohida bir olam va uning ma'naviyati, axloqiy darajasi, fe'l-atvori va xatti-harakati bevosita ana shu ichki dunyo qiyofasi, ichki olam ko'rinishi orqali baholanadi.¹

Shiddatli XXI asrda insonlarni biror-bir yangilik bilan hayratga solish mushkul. Ammo olamshumul texnika mo'jizasiga beparvo odamni bir qarashda arzimasi ko'ringan o'zaro munosabatlar, muloqotlar larzaga solishi mumkin. Sababi, inson – tabiatan murakkab jonzot. Odamlar imkon qadar bir-birining fikrini rad etish, o'zining fikrini mutlaq haqiqat deb bilish kayfiyati bilan yashaydilar. Ana shu holatning o'zi insonlarning bir-birini tushunmasligiga, qabul qilmasligiga sabab bo'ladi.² Demak, insonning nutqi uning ichki olami, ruhiyati, tafakkur darajasini bor bo'y-basti bilan ko'rsatib beruvchi asosiy omil hisoblanadi.

Nutqiy faoliyat jarayon sifatida qadimdan faylasuflarning tadqiqot obyektiga aylangan. Qadimgi Misr obidalarida qayd etilgan "Til yurakdagi fikrni takrorlaydi" iborasini tilning ruhiyat bilan chambarchas bog'liqligi va uning mahsuli sifatida nutqda reallashishi haqidagi ilk ta'rif deyish mumkin.³ Shuning uchun nutqiy faoliyat jiddiy tadqiq etilishi muhim bo'lgan hodisalardan biridir. Nutq yaratish va uni qabul qilish jarayoni juda ko'plab tilshunoslarni qiziqtirib kelgan. Insonning nutqiy muloqoti uning ruhiyati bilan bog'liqligi to'g'risidagi

qarashlar 1953-yilda “psixolingvistika” atamasi ostida maxsus fan sohasi shakllanishidan avval ham dunyo tilshunosligida u yoki bu g’oyalar oqimida mavjud bo’lgan. Agar bunday qarashlarning tarixiy ildizlariga nazar tashlasak, ular bizni to’ppa-to’g’ri Hazrat Navoiy dargohlariga olib boradi. Dunyo tan olgan mashhur tilshunos va faylasuflar tajribalaridan ancha ilgari buyuk bobomiz Alisher Navoiy o’z asarlarida ana shu mohiyatni aytib o’tadi. Xususan, “Muhokamat ul-lug’otayn” asarida shoir so’zni durga mengzaydi. *Durning joylashish o’rni dengiz tubi bo’lsa, so’zning joylanish o’rni ko’nguldir. Dur g’avvos yordamida dengiz tubidan tashqariga chiqarilib jilvalantirilsa va g’avvosning qiymati javharni jilvalantira olish qobiliyatiga qarab belgilansa, so’z sohibi ixtisos tomonidan ko’ngildan tashqariga olib chiqiladi va notiqning qiymati so’z qo’llash mahoratiga, uni jilvalantirish qobiliyatiga qarab belgilanadi. Dengiz qa’rida harakatsiz imkoniyat tarzida turgan durlar g’avvos yordamida harakatga keltirilsa, ko’ngil tubidagi imkoniyat tarzidagi so’zlar ham so’zlovchi tomonidan nutq jarayonida o’z jilvasini topadi.*⁴ Birgina shu jumalarning o’zida ongimizda imkoniyat sifatida mavjud bo’lgan lisoniy tizim, uning nutqda turli ko’rinishlarda reallashishi va shu reallashish jarayonida ruhiy holatning o’rni katta ekanligini yaqqol ko’rsatib beradi. Keyinchalik g’arb tilshunosi V.fon Gumboldt tilning ruhiyat bilan uzviy bog’liqligi to’g’risidagi konsepsiyani ilgari suradi. U tilni xalq ruhi ekanligini takror-takror aytadi. *Olim xalq ruhi deganda, uning ruhiy o’ziga xosligi, intellektual qadriyatlar, milliy madaniyat tushunchalari o’z ifodasini topadi.*⁵ Undan so’ng mashhur slavyan tilshunosi A.A Potebnya *til faktlarini individ ongida ro’y beradigan ruhiy jarayonlar sifatida talqin qilib, rus tilshunosligiga psixologik yondashuvni olib kiradi.*⁶ Uning lingvistik qarashlarida Gumboldt falsafasining o’rni sezilarlidir. Bunday psixologik oqim vakillari G. Shteyntal, A. Potebnya, Boduen de Kurtenelar hisoblanadi. Ulardan psixologizmning eng yirik vakili G. Shteyntaldir. *Uning ta’limotidagi eng muhim g’oya nutqning individual akti insonning faoliyatidan, ijtimoiy jarayondan ajralganligidir.*⁷

Mana shunday psixologik qarashlar keyinchalik Blumingtonda, bir qancha psixolog va tilshunoslar yig’ilgan seminarda rasman fan sifatida maqom oldi. O’sha maqom tilshunoslik va psixologiya kesishgan nuqta – psixolingvistika bo’ldi. Ushbu seminar tashkilotchilari psixologlar J. Keroll va Ch. Osgud hamda tilshunos va etnograf T. Sebeok bo’ldi. Ulardan Ch. Osgud psixolingvistikaga shunday ta’rif beradi: “psixolingvistika” *so’zlovchilarning tezligi shu kodi madaniyatida qabul qilingan signallarda hosil qilinadigan jarayonlarni o’rganadi va bu signallar tinglovchilarning sharhlarida qayta ishlanadi. Boshqa so’zlar bilan aytganda, psixolingvistika kodlash va kodlarni ochish jarayonlari bilan ish ko’radi.*⁸ Demak, psixolingvistika inson ongida ro’y beradigan kodlash va dekodlash jarayonlarini o’rganadi. Bu fanning obyekt sifatida esa:

- 1) nutqning vujudga kelish mexanizmi;
- 2) bolalar nutqining shakllanish jarayoni;
- 3) turli nutqiy vaziyatda nutqni so’zlovchi bilan tinglovchi o’rtasidagi munosabatni hisobga olgan holda o’rganish;
- 4) nutqning axborot tashish funksiyasini o’rganish va shu kabi boshqa jarayonlarni ham olishimiz mumkin.

Bu borada, sovet psixologi Aleksey Nikolayevich Leontyev o'zining "Psixolingvistika" nomli asarida unga aloqador bo'lgan bir qancha muammolarni ham aytib o'tgan. Jumladan:

- a) keng ma'noda nutq patalogiyasi (normal, tabiiy holatni yo'qotish, o'zgarib, aynib, xunuklashib ketish; g'ayritabiiylik), birinchi navbatda, afaziya so'zlash yoki tushunish qobiliyatini yo'qotish)larni o'rganish bilan bog'liq muammolar;
- b) tilni o'zlashtirish bilan bog'liq muammolar – bunga birinchi (ona tili) va ikkinchi (masalan, xorijiy), shuningdek, tarjima qilish, (bilingvizm orqali va h.k) o'zlashtirishlar;
- c) tilning tarixiy o'zgarish mexanizmi muammolari.⁹

Eng avvalo, nutqning hosil bo'lishi tafakkurda sodir bo'ladi. Shuning uchun ham til va tafakkur uzviy bog'liq. Nutqning vujudga kelishini esa nutqiy tafakkur nomi bilan atasak, o'rinli bo'ladi. Chunki nutq – tafakkurning mahsuli. U og'zaki va yozma, ichki va tashqi nutqdan iborat. Biz psixolingvistik nuqtai nazardan nutqiy faoliyatning bir qismi bo'lgan *ichki nutqqa* to'xtalamiz. Bizningcha, doimo so'zlar vositasida ifodalangan, tashqariga chiqarilgan nutqdan ko'ra, insonning ichki, botiniy olamida paydo bo'luvchi nutq ancha sirli va qiziqarli jarayondir. Zero, insonning obyektiv borliqqa nisbatan jamiki subyektiv munosabati eng avval ichki nutqda namoyon bo'ladi. Undan so'ng esa nutqiy vaziyatga ko'ra makon va zamonda o'z ifodasini topadi. Nutq faoliyatini chuqur tadqiq etgan Sovet psixologi L.S.Vigotskiy ichki nutqqa shunday ta'rif beradi:

Ichki nutq – tashqi nutqning ichki tomoni emas, bu o'ziga xos funksiya bo'lib, so'zlar bilan bo'g'liqdir, ammo tashqi so'zlar so'zda ifodalangan bo'lsa-da, ichki nutqda so'zlar "o'lib qoladi". Ichki nutq sof ma'noda o'ylashdir, u so'z va fikr o'rtasida chayqaladigan dinamik, o'zgaruvchan, beqaror narsa. Shuningdek u ichki nutqni tafakkur va so'z o'rtasidagi ko'prik deb ataydi: "Ichki nutq tabiatini tushunish uchun uni nafaqat tashqi nutqdan, balki sof fikrlash jarayonidan ham farqlashimiz kerak. Ichki nutq nafaqat tashqi nutqning ichki shakliga aylanishi, balki inson tafakkurining ifodasi sifatida ham shakllanadi."

Olim ichki nutqning quyidagi xususiyatlarini qayd qiladi:

- u fonatsiyadan holi;
- u predikativ (ega tushiriladi va unda har doim kesim mavjud) bo'ladi;
- u qisqartirilgan (so'zsiz) nutqdir.¹⁰

Nutq yaratilish ko'p bosqichli jarayon bo'lib, olimlar bu jarayon modellarini turlicha keltiradilar. Jumladan, A.A.Leontyev modeli ancha ahamiyatlidir:

Motiv

Fikr

Ichki dasturlash

Leksik izlanish (so'z tanlash)

Grammatik konstruksiya tanlash (loyihalash)

Motor reallashuv (tashqi nutq)

Ushbu modeldan ko'rinib turibdiki, Leontyev ham ichki nutqni nutq mexanizmining bir qismi sifatida emas, balki mustaqil faoliyat sifatida baholaydi.

Zotan, Vigotskiy ham ichki nutqni shunday ta'riflagan edi:

"Jonli nutqiy tafakkur dasturida harakat motivdan boshlanib, fikrdan fikr shakllanib ichki so'zga, keyin tashqi so'zga, vanihoyat so'zlarga aylanadi"¹¹ Vigotskiy yondashuvining

mohiyati shundaki, ichki nutq, umuman, “nutq minus tovush” emas, amalga oshish fazasidan oldin axborot shakllanadigan eksperimental poligon, ichki rejalashtirilgan qurol sifatida namoyon bo‘ladi. U fikr va nutq orasidagi dinamik munosabatni bevosita ifodalaydigan nutq tafakkurining alohida ichki rejasidir. Ichki nutqdan tashqi nutqqa o‘tish – o‘zida tovush tomonidan kamgap nutqqa oddiy birikishni, ichki nutqning oddiy vokalizatsiyasini emas, balki nutqni qayta qurish, mutlaqo mustaqil va o‘ziga xos sintaksisga aylantirish, ichki nutqning ma’no va tovush tarkibi va tashqi nutqqa taalluqli boshqa struktura shakllarini aks ettiradi.¹²

Taniqli rus neyropsixologi, L. S . Vigotskiyning shogirdi A. R. Luriya ustozining nutq yaratilishi haqidagi g‘oyalarini rivojlantirdi. Uning talqinicha, jarayonning boshida *motiv* turadi. Undan so‘ng *fikr* paydo bo‘ladi va u keyinroq ifodaga aylanadi. So‘ng jarayonga *ichki nutq* qo‘shiladi va u botiniy sintaktik strukturalarning shakllanishiga olib keladi. Vanihoyat, zohiriy sintaktik strukturalarga asoslangan tashqi yoyiq nutqiy ifodalar yuzaga keladi.¹³

Luriyaning fikrlaridan ko‘rishimiz mumkinki, ichki nutq nutqiy faoliyatning bir qismi. U sintaktik strukturalarning shakllanishiga xizmat qiluvchi asosiy omil hisoblanadi. Ularni quyidagi sxemada ko‘rsatishimiz mumkin:

Motiv

Fikr

Botiniy ifoda

Ichki nutq

Tashqi nutq

Ch. Osgudning til darajasi nazariyasida nutqning yaratilish jarayonida quyidagi to‘rtta boshqich mavjud ekanligini aytadi:

Motivatsiya bosqichi

Semantik bosqich

Ketma-ketlik bosqichi

Integratsion bosqich

Ch. Osgudning nazariyasi bu boradagi dastlabki urinishlardan biri bo‘lgan. Shuning uchun ham uning modeli boshqa modellardan farq qiladi. Xususan:

1. Motivatsiya bosqichida keng nogrammatik tushunchadagi umumiy qarorlar qabul qilinadi:

a) gapirish yoki gapirmaslik;

b) agar gapiriladigan bo‘lsa, qanday shaklda – darak, so‘roq yoki buyruq shaklida;

c) shaklni gapda ifodalash uchun vositalarni tanlash, masalan – faol yoki nofaol;

d) mantiqiy urg‘uda nima ajratiladi, intonatsiyaning qanday modeli tanlanadi.

2. Semantik bosqichda so‘zlovchi gapdagi muayyan ketma-ketlikdagi so‘zlarni tartib bilan ajratadi.

3. Ketma-ketlik bosqichining birligi semantik birlik emas, balki so‘z, fonetik so‘zdir. Kodlash jarayonining bu bosqichida ketma-ketlik sifatida quyidagi mexanizmlar ishtirok etadi:

a) Tovushlar ketma-ketligini aniqlash;

b) “katta segmentlar” bilan ish ko‘radigan grammatik ketma-ketliklar mexanizmi

4. Integratsion bosqichning birligi sifatida bo'g'in ishtirok etadi. Bu bosqichda kodlashning motor mexanizmlari faoliyat ko'rsatadi va o'rganib chiqilgan ifodaning tovush tomoni shakllanadi.¹⁴

Bu borada o'zbek tilshunosligidagi tadqiqotlardan **Sh. Alpanovaning** "O'zbek tilida ruhiy holatning aks etishi" nomli monografiyasida nutqiy faoliyat modeli quyidagicha keltiriladi:

Ichki nutq

Maqsad

Fikr

Ichki dasturlash

Fonetik izlanishlar

Leksik izlanishlar

Grammatik konstruksiyalash

Tashqi nutq

Olima bunday modellashtirish jarayonida ichki nutq amalga oshmay, nutq to'g'ridan to'g'ri reallashadigan holatlarni ham keltirib o'tgan. Nutq hosil bo'lishining *affekt holatida* ichki nutq tashlab ketiladi, ya'ni inson mast yoki gipnoz holatida bo'lsa, xushyorlikni yo'qotsa, ong ostiga yashirilgan gaplar ham bevosita tashqi nutqda namoyon bo'ladi. Bunday holatga quyidagi jadval keltiriladi:

Ichki nutq=0

Tashqi nutq¹⁵

Bunga misol tariqasida "O'tkan kunlar" romanidagi oshiq Otabekning uyqudagi holatini keltirishimiz mumkin:

... Oradan yana bir necha daqiqa fursat o'tib, Hasanali tamom tinchlandi, ham turib ketmakchi bo'ldi va shu holatda ichkaridan uyqusirag'an kabi tovush eshitdi:

- "...qora ko'zlari, kamon qoshlari..."

- A-a-a, - dedi Hasanali va qaytadan qulog'ini tirqishga olib bordi. Endi uning butun borlig'i quloq bo'lib aylangan, o'zini unutilib barcha diqqati hujra ichiga oqq'an edi. O'rtadan ko'p fursat o'tmadi, boyagi tovush yana takrorlandi:

- "Oy kabi yuzlar, kulib boqishlar, cho'chib qochishlar... Uff".

Hasanali uchun birinchida onglashilmay qolg'an ma'nolar bu keyingi gap bilan yeshildi. Hasanali endigi o'lturishni ortiqcha topib o'rnidan turdi, hujrasiga kirar ekan, boshini chayqab o'zicha so'zlandi:

- Bek oshiq!¹⁶

Bunday holatda o'z-o'zidan ong ostida birinchi planda turgan fikr vaziyat paydo bo'lganda (ya'ni affekt holat nazarda tutilyapti) o'zini namoyon etadi.

Muloqot davomida kommunikantlardan biri subyektiv sabablarga ko'ra (*kayfiyati yo'qligi, suhbatdoshini mensimasligi, jismoniy xastaligi va h.k tufayli*) suhbatni davom ettirishni istamasa tashqi nutq reallashmaydi. Bunda nutq bilan bog'liq barcha jarayonlar sodir bo'ladi, faqat so'zlovchining istagiga ko'ra bu holat amalga oshmaydi:

Ichki nutq

Tashqi nutq=0¹⁷

Javlon Jovliyevning “Qo‘rqma” romanidan olingan parcha shunday holatga, misol bo‘la oladi:

- *Mendan-chi, qarzingiz yo‘qmi bobo? “Uylantiraman, to‘yingda o‘ynayman”, degansiz! Shunchalar nomardmisiz otangizga o‘xshab?*
- *Sen g‘alatisan, bolam. Sen uylanish va bola tug‘dirish uchun kelmagansan! – uning ko‘zlaridan o‘lim oqadi – so‘nggi issiq tomchi!*
- *Nima uchun ovora qilgan onamni Xudo? Gapiring bobo!*
- ...¹⁸

Nutq mexanizmlari va miya bilan bog‘liq jarayonlar, asosan, psixologiyada keng tahlil qilingan. Jumladan, Maxsudovanning “Muloqot psixologiyasi” asarida ham ifoda tuzishning ixcham ko‘rinishi beriladi:

“Nutqni dasturlashtirish – nutqiy ifodaning, ya‘ni kishi bildirmoqchi bo‘lgan fikrning ma‘naviy o‘zagini tuzish – birinchi bosqich hisoblanadi. Ikkinchi bosqich – jumlaning sintaktik tarkibini tuzishdan iborat. Nihoyat, jumla ovoz chiqarib aytiladi, ya‘ni nutq real tarzda ro‘yobga chiqadi. Shunday qilib, “gapirish” jarayoni boshlanadi¹⁹.

Bizningcha, yuqoridagi modellarni umumlashtirib nutqning yuzaga kelish jarayonini quyidagicha ifodalash mumkin:

Motiv (niyat)

Semantika

Konstruksiyalash

Leksik izlanish

Grammatik modellashtirish

Ichki nutq

Tashqi nutq

Dastlab, insonda biror fikrni aytish niyati paydo bo‘ladi. U ongda motiv shaklida namoyon bo‘ladi. Keyin fikrning umumiy semantikasi shakllantiriladi (gap nima haqida ekanligi, qanday mazmunda bo‘lishi). Keyingi bosqichda fikr uchun ma‘lum konstruksiya tanlanadi (til birliklarining joylashish o‘rni, gapning qanday shaklda bo‘lishi xomaki belgilanadi). Undan so‘ng bu konstruksiyani shakllantirish uchun leksik fondan unga mos so‘zlar tanlab olinadi. Keyingi bosqichda bu so‘zlar ma‘lum grammatik shakllar orqali birikib yaxlit gapni hosil qiladi. Bu gap ichki nutqda qayta tekshiriladi va motor tarzida reallashadi. Ichki nutq ba‘zi nutqiy vaziyatlarda qatnashmasligi ham mumkin. Ayrim holatlarda tashqi nutq reallashmaydi. (Bu haqida yuqorida keltirib o‘tdik.) Nutqiy kontekstga qarab ushbu modellar o‘zgarishi mumkin.

Aslida, ichki nutq tashqi nutqni tayyorlash uchun kerak. Biz avval nima demoqchi ekanligimiz to‘g‘risida o‘ylaymiz, uni ichki shakllantiramiz va keyin nutqqa chiqaramiz. Bu borada Kubryakova o‘z asarlaridan birida: “*Odam avval o‘ylab gapiradimi yoki bu faoliyat bir vaqtning o‘zida amalga oshadimi,*” degan muammoni o‘rtaga tashlaydi. Olimaning fikricha, ayrim holatlarda odam o‘z nutqini avval o‘ylab, keyin tuzadi (masalan, maqola yozganda).

Ayrim hollarda esa fikrlash va so'zlash jarayoni ayni bir vaqtning o'zida amal qiladi (masalan, suhbat chog'ida).²⁰

Biz esa, ichki nutqni ham nutqiy faoliyatning bir qismi sifatida, ham mustaqil jarayon sifatida funktsiya bajara olishini e'tirof etamiz. Chunki, ichki nutq Vigotskiy ta'kidlaganidek, "sof ma'noda o'ylashdir". Bu o'ylash jarayoni tovushsiz artikulyatsiya holatida bo'ladi. Biz uni istagan paytimizda tovushlar yordamida reallashtirishimiz mumkin.

Agar ichki nutqqa psixologik nuqtai nazardan qaraydigan bo'lsak, birinchi navbatda ichki nutq insonning o'z-o'zini anglab, nazorat qilishi uchun juda muhim. Har bir shaxs ijtimoiy va hayotiy faoliyatida ichki nutq (o'zi bilan o'ylash, o'zi bilan gaplashish, ichki ovoz)dan foydalanadi. Ichki nutq bu – insonning o'zi bilan bo'ladigan dialogi bo'lib, bunda shaxs o'zi bilan mulohaza yuritadi. Bu jarayon shaxsning o'ziga qaratilgan nutqi, o'ziga murojaati hisoblanadi.²¹ Bizningcha, inson o'z-o'zi bilan gaplashishining juda ko'p foydali tomonlari bor:

1. Muammolarni hal qilishni osonlashtiradi.

O'z-o'zi bilan gaplashish orqali inson muammolarni yaxshiroq tahlil qiladi va ularga yechim topish yo'llarini osonlashtiradi. Bu jarayon ongimizdagi chalkash fikrlarni tartibga soladi va qaror qabul qilishni tezlashtiradi.

2. O'z-o'ziga motivatsiya berish.

O'zimizga ovoz chiqarib gapirish, ya'ni ichki nutqni reallashtirish orqali o'zimizni ruhlantira olamiz. Ovozimizni eshitish o'zimizga bo'lgan ishonchni yanada orttiradi. Masalan, "Men buni qila olaman" yoki "Hech narsa imkonsiz emas" kabi.

3. Stress va xavotirni kamaytiradi.

Insonni o'zidan boshqa hech kim to'liq tushunmaydi. Shunday ekan, unga eng yaxshi daldani o'zi bera oladi. O'zi bilan suhbatlashish orqali ichki hissiyotlarini tahlil qilib, muvozanatni saqlashga va stressni kamaytirishga yordam beradi.

4. **Xotirani yaxshiroq mustahkamlash**

Yangi bilimlarni o'zlashtirishda ovoz chiqarib takrorlash ma'lumotni yaxshiroq eslab qolishga yordam beradi. Masalan, dars tayyorlash yoki kitob o'qishda bu usul juda samarali hisoblanadi.

5. **Ijodkorlikni oshiradi**

Ichki suhbat insonning tasavvurini boyitadi. Doimiy o'zi bilan gaplashib yuruvchi insonlarning ichki olami rang-barang bo'ladi. Fikrlarni qog'ozga yozib tahlil qilish ham yangi g'oyalar paydo bo'lishiga yordam beradi.

6. **O'zlikni anglash va rivojlanish**

Ichki suhbat insonning kuchli va zaif tomonlarini anglashga, o'z-o'zini tahlil qilishga yordam beradi. Bu esa shaxsiy rivojlanishni tezlashtiradi.

7. **Ijtimoiy muloqotga tayyorgarlik**

Muayyan mavzuni ovoz chiqarib tahlil qilish gapirishga tayyorgarlik ko'rishda foydalidir. Bu nutq mahoratini oshiradi va o'ziga bo'lgan ishonchni kuchaytiradi.

O'z-o'zi bilan gaplashish sog'lom odamlardagi doimiy holatdir, lekin bu jarayon haddan tashqari ko'p va nazoratsiz bo'lsa, psixologik muammolarning belgisi bo'lishi mumkin. Shu sababli har narsada me'yorga amal qilish lozim.

Shunday qilib, ichki nutq – umuman, nutq faoliyatining o'zi insonning ruhiyati bilan uzviy bo'g'liqdir. Shuning uchun ham bunday hodisalar antroposentrik paradigmaning yadrosi hisoblangan psixolingvistikaning asosiy tekshirish obyektlaridan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Alpanova Sh. O'zbek tilida ruhiy holatning aks etishi. – Toshkent: "Akademnashr", 2019. - 160 b
2. Boboxonova D. Psixolingvistika kursidan ma'ruzalar to'plami. (ma'ruza matni) Namangan-2019
3. Eshanayeva G. Nutqiy faoliyatda ichki nutq va uning o'ziga xosliklari.// econferenceries.com
<https://econferenceseries.com/index.php/icedh/article/download/1846/1805/1837>
4. Jovliyev J. Qo'rqma. Toshkent: "Hilol nashr", 2020 – 368 b
5. Leontyev A. Psixolingvistika. "Nauka" nashriyotining Leningrad bo'limi. Leningrad-1967. (tarjima asar) Yo'ldoshev R Urganch. 2009
6. Maxsudova M. Muloqot psixologiyasi. O'quv qo'llanma. – Toshkent, 2006. – 119 b
7. Nurmonov A. O'zbek tilshunosligi tarixi. Toshkent: "Akademnashr", 2002
8. Nurmonov A. Tanlangan asarlar III jildlik. Toshkent: "Akademnashr", 2012.
9. Qodiriy A. O'tkan kunlar. – Toshkent: "Yangi nashr", 2019 – 368 b
10. Rasulov R. Umumiy tilshunoslik. Toshkent, 2010.
11. Xudoyberganova D. Matnning antroposentrik tadqiqi. T., 2013. – 136 b
12. Белянин В. П. Психоллингвистика. –М., 2004
13. Леонтьев А.А. Язык, реч, речевая деятельность. – М.: Наука, 1969.
14. Ichki nutq. <https://uz.eferrit.com/ichki-nutq/>
15. Nutqning yaratilishi. <https://oefen.uz/uz/documents/referatlar/umumiy/nutqning-yaratilishi>