



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



№6(3)

2026

- 13.00.00 Pedagogika fanlari
- 13.00.01 Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi
- 13.00.02 Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar bo'yicha)
- 13.00.03 Maxsus pedagogika
- 13.00.04 Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi
- 13.00.05 Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi
- 13.00.06 Elektron ta'lim nazariyasi va metodikasi (ta'lim sohaları va bosqichlari bo'yicha)
- 13.00.07 Ta'limda menejment
- 13.00.08 Maktabgacha ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
- 13.00.09 Ijtimoiy pedagogika
- 07.00.00 Tarix fanlari
- 19.00.00 Psixologiya fanlari
- 01.00.00 Fizika-matematika fanlari
- 02.00.00 Kimyo fanlari
- 03.00.00 Biologiya fanlari
- 09.00.00 Falsafa fanlari
- 10.00.00 Filologiya fanlari
- 11.00.00 Geografiya fanlari

M

AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 246 sahifa,
9-iyun, 2026-yil.

BOSH MUHARRIR:

Karimova E'zoza Gapijranovna – O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vaziri

BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI

Ibragimov X.I. – pedagogika fanlari doktori, akademik
Shoumarov G'.B. – psixologiya fanlari doktori, akademik
Qirg'izboyev A.K. – Tarix fanlari doktori, professor
Jamoldinova O.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Sharipov Sh.S. – pedagogika fanlari doktori, professor
Shermuhhammadov B.Sh. – pedagogika fanlari doktori, professor
Ma'murov B.B. – pedagogika fanlari doktori, professor
Madraximova F.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Kalonov M.B. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Nabiyev D.X. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Qo'ldoshev Q. M. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Ikramxanova F.I. – filologiya fanlari doktori, professor
Ismagilova F.S. – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)
Stoyuxina N.Yu. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)
Magauova A.S. – pedagogika fanlari doktori, professor (Qozog'iston)
Rejep O'zyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)
Wookyu Cha – Koreya milliy ta'lim universiteti rektori (Koreya)
Polonnikov A.A. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Belarus)
Mizayeva F. O. – Pedagogika fanlari doktori, dotsent
Baybayeva M.X. – pedagogika fanlari doktori, professor
Muxsiyeva A.T. – pedagogika fanlari doktori, professor
Aliyev B. – falsafa fanlari doktori, professor
Abdullayeva N. Sh. – Pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
Doniyorov S. M. – “Yangi O'zbekiston” va “Pravda Vostoka” gazetalari tahririyati DM bosh muharriri, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan jurnalist, filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
G'afurov D. O. – falsafa fanlari doktori (Phd)
Shomurodov R.T. – iqtisodiyot fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Mirzayeva F. O. – pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent
Jalilova S.X. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Bafayev M.M. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Usmonova D.I. – Samarqand iqtisodiyot va servis institute dotsenti
Saifnazarov I. – falsafa fanlari doktori, professor
Nematov Sh.E. – pedagogika fanlari nomzodi (PhD)
Tillashayxova X.A. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Yuldasheva F.I. – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Yuldasheva D.B. – filologiya fanlari bo'yicha falsafa (PhD) doktori, dotsent
Tangriyev A. T. – Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti kafedra professori
Ashurov R. R. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Panjiyev M. A. – Qashqadaryo viloyati Maktabgacha va maktab ta'limi boshqarmasi boshlig'ining birinchi o'rinbosari
Xudayberganov N. A. – Xorazm Ma'mun akademiyasi Tabiiy fanlar bo'limining katta ilmiy xodimi, biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
Vaxobov Anvar Abdusattor o'g'li – Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent

Muassis: “Tadbirkor va ishbilarmon” MChJ

Hamkorlarimiz: O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi, O'zbekiston milliy pedagogika universiteti

EDITOR-IN-CHIEF:

Karimova E'zoza Gapirzhanovna – Minister of Perschool and School Education of the Republic of Uzbekistan

DEPUTY EDITOR-IN-CHIEF:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

EDITORIAL BOARD MEMBERS:

Ibragimov X.I. – Doctor of Pedagogical Sciences, Academician

Shoumarov G. B. – Doctor of Psychological Sciences, Academician

Qirg'izboyev A. K. – Doctor of Historical Sciences, Professor

Jamoldinova O.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Sharipov Sh.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Shermuhhammadov B.Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Ma'murov B.B. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Madraximova F.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Kalonov M.B. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Nabiyev D.X. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Koldoshev K. M. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Ikramxanova F.I. – Doctor of Philological Sciences, Professor

Ismagilova F.S. – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Russia)

Stoyuxina N.Yu. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Russia)

Magauova A.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Kazakhstan)

Rejep O'zyurek – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Turkey)

Wookyu Cha – President of the National University of Education, Korea (South Korea)

Polonnikov A.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Belarus)

Mizayeva F. O. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Baybayeva M.X. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Muxsiyeva A.T. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Aliyev B. – Doctor of philosophy, professor

Abdullayeva N. Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Professor

Doniyorov S. M. – Editor-in-Chief of the DM Editorial Office of the newspapers “Yangi O'zbekiston” and “Pravda Vostoka”, Honored Journalist of the Republic of Uzbekistan, Doctor of Philosophy (PhD) in Philology, Associate Professor

Gafurov D. O. – Doctor of Philosophy (PhD)

Shomurodov R.T. – Candidate of Economic Sciences (PhD), Associate Professor

Mirzayeva F. O. – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Associate Professor

Jalilova S.X. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Bafayev M.M. – Doctor of Philosophy in Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Usmonova D.I. – Associate Professor, Samarkand Institute of Economics and Service

Saifnazarov I. – Doctor of philosophy, professor

Nematov Sh.E. – Candidate of Pedagogical Sciences (PhD)

Tillashayxova X.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Yuldasheva F.I. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), Associate Professor

Yuldasheva D.B. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor

Tangriyev A.T. – is a professor of Tashkent State University of Economics

Ashurov R. R. – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor

Panjiyev M. A. – First Deputy Head of the Department of Preschool and School Education of the Kashkadarya Region

Khudaiberganov N. A. – Senior Researcher of the Department of Natural Sciences of the Khorezm Mamun

Academy, Doctor of Philosophy (PhD) in Biological Sciences

Vakhobov Anvar Abdusattor oglu – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences, Associate Professor

“Maktabgacha va maktab ta'limi” jurnali O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining quyidagi qarorlariga asosan pedagogika va psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) hamda fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiyalaridagi asosiy ilmiy natijalarni chop etish uchun milliy ilmiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan:

Pedagogika fanlari bo'yicha: OAK Kengashi tavsiyasi (26.08.2024-y., №11-05-4381/01) asosida:

- Ekspert kengashi (29.10.2024-y., №10)
- Rayosat qarori (31.10.2024-y., №363/5)

Psixologiya fanlari bo'yicha: Toshkent davlat pedagogika universiteti murojaatiga asosan OAK tavsiyasi (24.04.2025-y., №11-05-2566/01):

- Ekspert kengashi (25.05.2025-y., №10)
- Rayosat qarori (08.05.2025-y., №370/5)

“Maktabgacha va maktab ta'limi”
jurnali

26.09.2023-yildan

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti
Administratsiyasi huzuridagi Axborot
va ommaviy kommunikatsiyalar
agentligi tomonidan **№C-5669363**
reyestr raqami tartibi bo'yicha
ro'yxatdan o'tkazilgan.

Litsenziya raqami: **№136361**

MUNDARIJA

O'zbek bolalar folklorining etnopsixologik jihatlarini o'rganishning ahamiyati.....	10
<i>Alimbayeva Shaxlo Tursunovna</i>	
The Convergence of Educational Paradigms: Policy Borrowing, Adaptability, and Institutional Reform in Uzbekistan's Modern School System	15
<i>Lola Rakhmonovna Djurakulova, Karina Eduardovna Bushevskaya</i>	
Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida valeologik kompetensiyalarni rivojlantirish	21
<i>Xudoyberdiyev G'iyosiddin Baxtiyor o'g'li, Mamatqulov Davronbek Abdig'apparovich</i>	
Autizm spektridagi buzilishlarga ega bolalar rivojlanishida STEAM ta'lim texnologiyasining pedagogik ahamiyati.....	25
<i>Ne'matova Hilola Ikrom qizi, Ahmadova Zuhra Adizovna</i>	
Ozodlikdan mahrum qilingan shaxsning jazoni ijro etish muassasasidagi moslashuvining psixologik xususiyatlari	30
<i>Saydullayeva Muxabbat Abdullayevna</i>	
Boshlang'ich sinflarda o'quvchilarning ijodiy qobiliyatini rivojlantirishning pedagogik ahamiyati.....	33
<i>Shodiyeva Gulruh Xayrullayevna, Ergasheva Farog'at</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida gamifikatsion topshiriqlar asosida divergent fikrlashni shakllantirishning didaktik mexanizmlari.....	37
<i>Jalilov Muhammadali Abdumutalibovich, Saloydiovva Sevaraxon Mahammadsharif qizi</i>	
Darsdan tashqari mashg'ulotlarda boshlang'ich sinf o'quvchilarining ijodiy faoliyat tajribasini shakllantirish	41
<i>Sayfiddinova Muxlisa Sayfiddinovna</i>	
Harbiy xizmatchilar oilalarida inqirozlarni profilaktika qilishda ijtimoiy-psixologik xizmatlarning o'rni	45
<i>Sh. S. Kurbanova</i>	
Yosh onalarning pedagogik kompetensiyalariga oid ilmiy-nazariy yondashuvlar	49
<i>Yuldasheva Zulayxo Sadullayevna</i>	
Роль нарративно-экспозиционной терапии при работе с детьми, репатрированными из ЗОН вооружённых конфликтов	53
<i>Юлдашев Санжар Рузимуродович</i>	
Boshlang'ich sinf texnologiya darslarida zamonaviy pedagogik texnologiyalar: muammo va uning yechimlari.....	57
<i>Mamatova Karomat Ilhomjonovna</i>	
Bitiruvchi sinf o'quvchilarini kasb-hunarga yo'naltirish jarayonlarida individual yondashuvning ahamiyati ...	61
<i>Asilova Sanobar Xatamboyevna</i>	
Optika bo'limini o'qitishning didaktik asoslari.....	66
<i>Avulova Zamira Tursunmurodovna, Nomozova Dilnoza Mamarajab qizi, Shomurodova Maftuna Tolibjon qizi, Rayimova Muazzam Xolbobo qizi</i>	
Bo'lajak informatika o'qituvchilarida kompyuter grafikasiga oid kompetensiyalarni rivojlantirish uchun Gamified Project-Based Learning asosidagi integrativ metodika ishlab chiqish	69
<i>D. Y. Pulatova, G' R. Berdiyev</i>	
Psixologik savodxonlikning o'smirlar akademik savodxonligiga ta'siri.....	76
<i>Fayzullayev Mirzaodil Mirzamurodovich</i>	
Umumiy o'rta ta'lim maktablarida fizika darslarida loyihaviy ta'limni qo'llashning pedagogik asoslari	81
<i>Ismonov Turgunpulat To'liqinovich</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning tabiatga oid kompetensiyalarini rivojlantirishda mashg'ulot, ekskursiya va sayrlardan foydalanish metodikasi.....	84
<i>Maripova N. X.</i>	
Individual yondashuvga asoslangan pedagogik mexanizmlarni amaliyotga joriy etish metodikasi	88
<i>Nurova Malika Abduzairovna</i>	



Communicative Learning as a Basis for Critical Thinking Development	92
<i>Petrosyan Nelya Valerevna, Khalilova Farangiz Khoshimovna</i>	
Nikohdan oldingi hissiy-emotsional kompetentlikni rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik omillari	97
<i>Raximova Gulxayo Alisherovna</i>	
Talabalarda chidamkorlikni rivojlantirishning ahamiyati	100
<i>Shaalimov Muxtorsha Atxamovich</i>	
Maktabgacha katta yoshdagi bolalarda ertaklar orqali tarbiya berish usullari	105
<i>X. Sh. Ochilova</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarning ijtimoiy kompetensiyasini rivojlantirishda interfaol ta'lim texnologiyalarining samaradorligi	109
<i>Xalilova Dilnoza Furkatovna</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida kitobxonlik madaniyatini kreativ yondashuvlar asosida shakllantirish imkoniyatlari	112
<i>Xolyigitova Bahoroy Kimsanboyevna</i>	
Bo'lajak buxgalleriya hisobi va audit sohasidagi talabarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishning nazariy asoslari	117
<i>Arziyeva Visola Namozovna</i>	
Boshlang'ich ta'lim mazmunini tizimlashtirishning didaktik va aksiologik tamoyillari	121
<i>Shabbazova Dilfuza Ruzikulovna</i>	
Munis Xorazmiy devonining o'rganilishi va uning tarixiy-etimologik tahlili	125
<i>Sharopova Durdona Azim qizi</i>	
Raqamli texnologiyalar asosida pedagogik kompetensiyalarni takomillashtirish asoslari	129
<i>Tashmatova Gulzoda</i>	
Maktabgacha ta'limda steam yondashuvining didaktik imkoniyatlari	133
<i>To'xtaboyeva Maftunaxon G'aniyevna</i>	
Raqamli pedagogikaning zamonaviy ta'lim rivojlanishidagi o'rni	137
<i>Tojiyeva Asila Abdimannon qizi, Pardayeva Ra'no Eshboyevna</i>	
Talabalar jamoasida uchraydigan nizoli vaziyatlarning diagnostik tahlili	142
<i>Vaxobova Muxtabar Nurmuhimmat qizi</i>	
Kreativ yondashuv asosida talabalarining kasbiy sifatlarini shakllantirish	146
<i>Xolmatova Gulhayo Ulug'bekovna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalar tarbiyasining psixologik asoslari	151
<i>Xurvaliyeva Tarmiza Latipovna</i>	
Umumta'lim maktab direktorlarining boshqaruv samaradorligini oshirishda media va axborot savodxonligini rivojlantirish modelini takomillashtirish	156
<i>Abdulxakimova Ziyoda Latibjon qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining darsda muammoli STEAM loyihalarini yaratish ko'nikmalarini rivojlantirish	161
<i>M. S. Achilova</i>	
Optik tushunchalarni shakllantirish metodikasi	165
<i>Avulova Zamira Tursunmurodovna, Nomozova Dilnoza Mamarajab qizi, Cho'liyeva Sofiya Sobirjon qizi, Shog'dorova Moxinur Bobomurot qizi</i>	
PHET simulyatsiyalari yordamida optikani o'rgatish	169
<i>Avulova Zamira Tursunmurodovna, Nomozova Dilnoza Mamarajab qizi, Toshmirzayeva Buvioysha Panji qizi, Ruziyeva Jasmira Sirojiddin qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilari ijodiy fikrlashini o'ziga xos jihatlari	173
<i>Gafurova Shoxista Erali qizi</i>	
O'zbekiston hududlarida yengil atletika infratuzilmasi va sportchilar tayyorlash tizimini tashkiliy-boshqaruv asoslari	178
<i>Hakimova Mushtariybonu Hamidovna, Tursunpolatova Ziyoda Jahongir qizi</i>	
O'zbekistonda mustaqil fikrlash muammosi bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar tahlili	181
<i>Tursunova Dilbar Zafarovna</i>	

Methodology for Developing Competencies in Primary Education and the Communicative Analysis of Oral Speech.....	184
Turumbetova Aygul Yusupbaevna	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarini "Tarbiya" darslarida o'quvchilarning mantiqiy fikrlash qobiliyatini rivojlantirishga o'rgatish metodikasi.....	189
Ummatkulova Sayyora Shovkatovna	
Boshlang'ich sinflarda matematika ta'limini tashkil etish.....	191
Saydullayeva Shabbona Ashraf qizi, Axtamqul Azamqulov, Anvar Yusupov	
Metakognitiv xabardorlik ko'rsatgichlarining ta'lim shakliga bog'liqligi.....	195
Ermatova Robiya Bekjonali qizi	
The Integration of Artificial Intelligence Technologies in Esp Instruction: Enhancing Professional Communicative Competence in Higher Education.....	199
Ismailova Shaira Ferdausovna	
Intercultural Communicative Competence in English Language Teaching: Preparing Global Learners.....	204
Maqsudova Gulnoz Olimovna	
Teaching Reading Through Multimodal Texts: Enhancing Comprehension and Engagement in EFL Classrooms.....	208
Norboyeva Shahnoza Jo'rabek qizi	
Digital Technologies and Cognitive Competence Development in English Language Teaching.....	212
Sharipova Muhabbat Erkinovna	
Raqamli ta'lim muhitida sun'iy intellektga asoslangan elektron o'quv resurslarini loyihalashning konseptual-pedagogik asoslari va didaktik muammolar tahlili.....	216
Shirinov Feruzjon Shuxratovich, Raxmonov Ziyodillo Xusanovich	
Boshlang'ich ta'limda timss mezonlari: kontekstli muammolarga yondashuv.....	222
Yo'ldoshev Farhodjon Baxtiyor o'g'li	
O'qituvchilarning qadriyatlari va stressga barqarorlik o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikning psixologik tahlili.....	227
Yuldashova Dilafuz Shavkatovna	
Bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyasini shakllantirish pedagogik muammo sifatida.....	229
Safarova Madina Azamat qizi	
Социально-психологические особенности отношения студентов к использованию искусственного интеллекта chatgpt в образовательной деятельности.....	233
Аскарлова Гулрух Оринбасаровна	
Диалог культур в произведениях русскоязычных писателей Узбекистана XXI века.....	239
Чернова Татьяна Алексеевна, Отакулов Фолиб	
Русский язык как пространство межкультурной коммуникации в литературе Узбекистана.....	242
Чернова Татьяна Алексеевна, Имамов Жавлонбек, Абдурахмонов Элбек	



РОЛЬ НАРРАТИВНО-ЭКСПОЗИЦИОННОЙ ТЕРАПИИ ПРИ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ, РЕПАТРИРОВАННЫМИ ИЗ ЗОН ВООРУЖЁННЫХ КОНФЛИКТОВ



Юлдашев Санжар Рuzимуродович

Доцент кафедры “Практическая психология” НПУ,
доктор философии по психологическим наукам (PhD)

Аннотация: В статье рассматриваются возможности применения нарративно-экспозиционной терапии (Narrative Exposure Therapy, NET) в системе психологической реабилитации детей, репатриированных из зон вооружённых конфликтов. Анализируются психологические последствия воздействия военных действий, вынужденного перемещения, потери близких, проживания в условиях хронической угрозы и социальной изоляции. Особое внимание уделяется роли нарративно-экспозиционной терапии в преодолении симптомов посттравматического стрессового расстройства, восстановлении целостности автобиографической памяти, формировании позитивной идентичности и повышении адаптационного потенциала детей. На основе анализа зарубежных и русскоязычных научных источников раскрываются механизмы терапевтического воздействия метода и перспективы его использования в программах реабилитации и реинтеграции репатриированных детей.

Ключевые слова: нарративно-экспозиционная терапия, психотравма, посттравматическое стрессовое расстройство, дети, репатриация, вооружённый конфликт, реабилитация, реинтеграция, психосоциальная поддержка, травма-ориентированный подход.

Аннотация: Ushbu maqolada qurolli mojarolar hududlaridan repatriatsiya qilingan bolalarni psixologik reabilitatsiya qilish tizimida narrativ-ekspozitsion terapiya (Narrative Exposure Therapy, NET) metodining imkoniyatlari tahlil qilingan. Maqolada urush harakatlari, majburiy ko'chish, yaqin insonlarini yo'qotish, surunkali xavf sharoitida yashash va ijtimoiy izolyatsiya kabi omillarning bolalar ruhiy salomatligiga ta'siri ko'rib chiqiladi. NET metodining posttravmatik stress buzilishi alomatlarini kamaytirish, autobiografik xotira yaxlitligini tiklash, ijobiy identifikni shakllantirish hamda bolalarning moslashuv salohiyatini oshirishdagi o'rni yoritilgan. Xorijiy va mahalliy ilmiy manbalar tahlili asosida mazkur metodning terapevtik mexanizmlari va repatriatsiya qilingan bolalarni reabilitatsiya va reintegratsiya qilish dasturlarida qo'llash istiqbollari ochib berilgan.

Kalit so'zlar: narrativ-ekspozitsion terapiya, psixologik travma, posttravmatik stress buzilishi, bolalar, repatriatsiya, qurolli mojaro, reabilitatsiya, reintegratsiya, psixosozial yordam, travmaga yo'naltirilgan yondashuv.

Abstract: This article examines the application of Narrative Exposure Therapy (NET) in the psychological rehabilitation of children repatriated from armed conflict zones. The study analyzes the psychological consequences of war exposure, forced displacement, loss of family members, prolonged insecurity, and social isolation. Particular attention is paid to the role of NET in reducing symptoms of post-traumatic stress disorder (PTSD), restoring the coherence of autobiographical memory, strengthening positive identity, and enhancing children's adaptive capacities. Based on a review of international and Russian-language literature, the article explores the therapeutic mechanisms of NET and discusses its potential integration into rehabilitation and reintegration programs for repatriated children.

Key words: Narrative Exposure Therapy, psychological trauma, post-traumatic stress disorder, children, repatriation, armed conflict, rehabilitation, reintegration, psychosocial support, trauma-informed approach.

ВВЕДЕНИЕ

Вооружённые конфликты остаются одним из наиболее значимых факторов риска для психического здоровья детей. Согласно данным ЮНИСЕФ, Всемирной организации здравоохранения и Управления Верховного комиссара ООН по делам беженцев, миллионы детей ежегодно подвергаются воздействию военных действий, насилия, вынужденного переселения, разлучения с семьёй и других травматических событий.

Особую категорию составляют дети, репатрированные из зон вооружённых конфликтов. Многие из них стали свидетелями боевых действий, пережили потерю родственников, длительное пребывание в лагерях беженцев, дефицит безопасности и базовых условий для развития. Накопление множественных травматических переживаний значительно повышает риск развития посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), тревожных и депрессивных расстройств, нарушений эмоциональной регуляции и социальной адаптации.

В последние годы международное профессиональное сообщество уделяет особое внимание разработке и внедрению научно обоснованных методов психологической помощи детям, пережившим войну и вынужденное перемещение. Одним из таких методов является нарративно-экспозиционная терапия (Narrative Exposure Therapy, NET), эффективность которой подтверждена многочисленными исследованиями в различных странах мира.

Цель статьи - проанализировать роль нарративно-экспозиционной терапии в процессе психологической реабилитации детей, репатрированных из зон вооружённых конфликтов, и определить её возможности в системе комплексной психосоциальной поддержки.

ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ

Теоретические основы нарративно-экспозиционной терапии были разработаны Магги Шауэр (Maggie Schauer), Франком Нойнером (Frank Neuner) и Томасом Эльбертом (Thomas Elbert), которые рассматривали последствия психической травмы через призму нарушения процессов кодирования и интеграции автобиографической памяти ^[1].

По мнению данных авторов, травматические события фиксируются в памяти человека иначе, чем обычные жизненные события. Воспоминания о травме сохраняются в виде эмоционально насыщенных фрагментов, которые не интегрированы в общую структуру жизненного опыта. Вследствие этого человек вновь и вновь переживает травматические события через навязчивые воспоминания, флешбэки и кошмарные сновидения ^[1].

Значительный вклад в развитие современных представлений о психической травме внес Бессел ван дер Колк (Bessel van der Kolk). В своей работе "Тело помнит всё" ("The Body Keeps the Score") автор подчёркивает, что травматический опыт оказывает комплексное воздействие на память, эмоции, поведение и физиологические реакции человека. По его мнению, восстановление чувства безопасности и формирование связного повествования о пережитом опыте являются важнейшими условиями психологического выздоровления ^[2].

Схожей позиции придерживается Джудит Герман (Judith Herman), которая рассматривает реконструкцию жизненной истории как один из ключевых этапов преодоления психологической травмы. Автор отмечает, что возвращение контроля над собственной историей способствует восстановлению личностной целостности и снижению симптомов ПТСР ^[3].

Среди русскоязычных исследователей проблемы психической травмы значительный вклад внесла Н.В. Тарабрина. По её мнению, психотравмирующие события приводят к глубоким изменениям когнитивной, эмоциональной и поведенческой сфер личности. Автор подчёркивает необходимость применения методов, направленных не только на снижение симптоматики, но и на переработку травматического опыта ^[4].

И.Г. Малкина-Пых рассматривает последствия психологической травмы как нарушение адаптационных ресурсов личности и отмечает особую значимость методов, позволяющих человеку осмыслить и интегрировать пережитый опыт в общую жизненную картину ^[5].

Н.Г. Осухова в исследованиях кризисной психологии подчёркивает эффективность повествовательных методов в работе с детьми и подростками, пережившими экстремальные жизненные ситуации. По мнению автора, вербализация переживаний способствует снижению внутреннего напряжения и формированию более адаптивных стратегий совладания ^[6].

Эмпирические исследования эффективности NET подтверждают её высокую результативность. Так, Катани и соавторы (Catani et al.) исследовали эффективность метода среди детей, переживших вооружённый конфликт и цунами на Шри-Ланке. Результаты показали существенное снижение симптомов ПТСР, тревожности и эмоционального дистресса после завершения терапии ^[11].

Руф и соавторы (Ruf et al.) в исследовании детей-беженцев в Германии выявили устойчивое уменьшение симптоматики ПТСР, которое сохранялось через двенадцать месяцев после завершения терапевтической программы ^[12].

Современные международные исследования показывают, что нарративно-экспозиционная терапия является одним из наиболее эффективных подходов при работе с детьми, пережившими множественные травматические события, связанные с войной, насилием и вынужденной миграцией ^[7; 9; 10].



МЕТОДОЛОГИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование основано на теоретическом анализе научной литературы, посвящённой психотравматологии, детской психологии, психосоциальной поддержке детей, пострадавших от вооружённых конфликтов, а также эффективности нарративно-экспозиционной терапии.

Методологическую основу работы составили: анализ зарубежных и отечественных научных публикаций; сравнительный анализ результатов эмпирических исследований; изучение международных рекомендаций ВОЗ, ЮНИСЕФ и UNODC; обобщение практического опыта психологической реабилитации детей, переживших вооружённые конфликты.

В качестве основного метода исследования использовался качественный контент-анализ научных источников, опубликованных в период с 1992 по 2024 годы.

АНАЛИЗ И РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Восстановление целостности автобиографической памяти

Одной из наиболее серьёзных психологических проблем детей, репатриированных из зон вооружённых конфликтов, является нарушение целостности жизненного опыта. Многие дети имеют разрозненные воспоминания о пережитых событиях, сопровождающиеся интенсивными эмоциональными реакциями.

Нарративно-экспозиционная терапия направлена на последовательное восстановление жизненной истории ребёнка. В ходе терапевтической работы ребёнок вместе со специалистом создаёт хронологическое описание своей жизни, включая как позитивные, так и травматические события. Подобная работа позволяет связать отдельные воспоминания в единое повествование и уменьшить их эмоциональную фрагментированность ^[1].

Для детей, репатриированных из зон вооружённых конфликтов, данный процесс имеет особое значение, поскольку помогает восстановить чувство непрерывности собственной жизни и преодолеть ощущение хаоса, которое часто формируется после длительного пребывания в условиях насилия и нестабильности.

2. Снижение симптомов посттравматического стрессового расстройства

Посттравматическое стрессовое расстройство является одним из наиболее распространённых последствий военной травмы. Симптоматика может включать навязчивые воспоминания, избегание напоминаний о травме, повышенную тревожность, нарушения сна и эмоциональную нестабильность ^[4].

В рамках нарративно-экспозиционной терапии ребёнок получает возможность безопасно возвращаться к воспоминаниям о травматических событиях, постепенно перерабатывая их под руководством специалиста. Регулярное и контролируемое воспроизведение травматических воспоминаний способствует снижению их эмоциональной интенсивности и уменьшению патологических реакций страха ^[11].

Исследования демонстрируют, что после прохождения курса NET у большинства детей наблюдается выраженное снижение симптомов ПТСР, улучшение эмоционального состояния и повышение общего уровня психологического благополучия ^[12].

3. Формирование позитивной идентичности

Для многих репатриированных детей характерны сложности в формировании собственной идентичности. Они могут испытывать чувство отчуждения, стигматизации и неопределённости относительно своего прошлого и будущего.

Нарративно-экспозиционная терапия способствует формированию более целостного представления о собственной личности. Ребёнок получает возможность увидеть себя не только через призму травматического опыта, но и через призму жизненных достижений, значимых отношений и личностных ресурсов.

В результате постепенно формируется более устойчивая и позитивная идентичность, что имеет принципиальное значение для успешной реинтеграции в общество ^[3].

4. Снижение чувства вины и стыда

Многие дети, возвращённые из зон вооружённых конфликтов, испытывают чувство вины за события, участниками или свидетелями которых они были. Особенно это касается детей, члены семей которых были связаны с вооружёнными группировками.

В процессе нарративно-экспозиционной терапии происходит переосмысление травматического опыта и разделение ответственности между ребёнком и внешними обстоятельствами. Это позволяет уменьшить уровень самообвинения, чувства стыда и внутреннего напряжения ^[2].

5. Улучшение социальной адаптации и реинтеграции

Успешная реинтеграция ребёнка зависит не только от устранения симптомов травмы, но и от восстановления его способности строить отношения с окружающими людьми, обучаться и участвовать в социальной жизни.

Снижение уровня тревожности и эмоциональной нестабильности способствует улучшению межличностного взаимодействия, повышению доверия к окружающим и развитию навыков социальной адаптации. Практика показывает, что дети, прошедшие программы травма-ориентированной психологической помощи, демонстрируют более высокий уровень адаптации в образовательной среде и семейной системе [9; 10].

ВЫВОДЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ

Проведённый анализ позволяет сделать вывод о высокой значимости нарративно-экспозиционной терапии в системе психологической реабилитации детей, репатрированных из зон вооружённых конфликтов.

Эффективность метода обусловлена его способностью обеспечивать переработку травматического опыта через реконструкцию жизненного повествования, восстановление целостности автобиографической памяти и формирование позитивной идентичности ребёнка.

Применение нарративно-экспозиционной терапии способствует снижению симптомов посттравматического стрессового расстройства, уменьшению тревожности и эмоционального напряжения, преодолению чувства вины и стыда, а также повышению уровня социальной адаптации.

В связи с этим представляется целесообразным:

- интегрировать методы нарративно-экспозиционной терапии в национальные программы реабилитации и реинтеграции репатрированных детей;
- организовать подготовку психологов по использованию KIDNET - детской версии NET;
- включать элементы нарративной работы в междисциплинарные программы сопровождения семей репатриантов;
- проводить дальнейшие исследования эффективности метода в условиях стран Центральной Азии;
- адаптировать терапевтические протоколы с учётом культурных и языковых особенностей детей.

Таким образом, нарративно-экспозиционная терапия представляет собой научно обоснованный и перспективный инструмент психологической помощи детям, пережившим тяжёлые последствия вооружённых конфликтов и нуждающимся в долгосрочной поддержке в процессе реабилитации и реинтеграции.

Список литературы:

1. Schauer M., Neuner F., Elbert T. Narrative Exposure Therapy: A Short-Term Treatment for Traumatic Stress Disorders. Göttingen: Hogrefe Publishing, 2011. - 152 p.
2. Ван дер Колк Б. Тело помнит всё: какую роль психологическая травма играет в жизни человека и какие техники помогают её преодолеть. - М.: Бомбора, 2023. - 560 с.
3. Herman J. Trauma and Recovery. New York: Basic Books, 1992. - 304 p.
4. Тарабрина Н.В. Психология посттравматического стресса. - М.: Институт психологии РАН, 2009. - 304 с.
5. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - М.: Эксмо, 2008. - 928 с.
6. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях. - М.: Академия, 2010. - 288 с.
7. Morina N., Malek M., Nickerson A., Bryant R.A. Meta-analysis of interventions for posttraumatic stress disorder and depression in survivors of mass violence // Depression and Anxiety. 2017. Vol. 34(8). P. 679–691.
8. UNICEF. The State of the World's Children 2023. New York: UNICEF, 2023. - 184 p.
9. World Health Organization. Mental Health Promotion and Mental Health Care in Refugees and Migrants. Geneva: WHO, 2023. - 72 p.
10. UNODC. Handbook on Children Recruited and Exploited by Terrorist and Violent Extremist Groups. Vienna: United Nations, 2017. - 116 p.
11. Catani C., Kohiladevy M., Ruf M., Schauer E., Elbert T., Neuner F. Treating children traumatized by war and tsunami: a comparison between exposure therapy and meditation-relaxation // BMC Psychiatry. 2009. Vol. 9. No. 22. P. 1–11.
12. Ruf M., Schauer M., Neuner F., Catani C., Schauer E., Elbert T. Narrative Exposure Therapy for 7- to 16-Year-Old Children: A Randomized Controlled Trial with Traumatized Refugee Children // Journal of Traumatic Stress. 2010. Vol. 23(4). P. 437–445.

- 
- 13.00.00 Pedagogika fanlari
 - 13.00.01 Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi
 - 13.00.02 Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar bo'yicha)
 - 13.00.03 Maxsus pedagogika
 - 13.00.04 Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi
 - 13.00.05 Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi
 - 13.00.06 Elektron ta'lim nazariyasi va metodikasi (ta'lim sohaları va bosqichlari bo'yicha)
 - 13.00.07 Ta'limda menejment
 - 13.00.08 Maktabgacha ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
 - 13.00.09 Ijtimoiy pedagogika
 - 07.00.00 Tarix fanlari
 - 19.00.00 Psixologiya fanlari
 - 01.00.00 Fizika-matematika fanlari
 - 02.00.00 Kimyo fanlari
 - 03.00.00 Biologiya fanlari
 - 09.00.00 Falsafa fanlari
 - 10.00.00 Filologiya fanlari
 - 11.00.00 Geografiya fanlari



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Mas'ul muharrir: Ramzidin Ashurov

Ingliz tili muharriri: Murod Xoliyorov

Musahhih: Alibek Zokirov

Sahifalovchi va dizayner: Iskandar Islomov

2026. №6(3)

© Materiallar ko'chirib bosilganda "Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali manba sifatida ko'rsatilishi shart. Jurnalda bosilgan material va reklamalardagi dalillarning aniqligiga mualliflar ma'sul. Tahririyat fikri har vaqt ham mualliflar fikriga mos kelamasligi mumkin. Tahririyatga yuborilgan materiallar qaytarilmaydi.

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali 26.09.2023-yildan O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Adminstratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan №C-5669363 reyestr raqami tartibi bo'yicha ro'yxatdan o'tkazilgan.
Litsenziya raqami: № 136361.

Manzirimiz: Toshkent shahar, Yunusobod tumani
19-mavze, 17-uy.