



UDK: 159.9(364.2)

Shoxsanam F. SAGATOVA,

PhD, O'zbekiston Milliy universiteti, Toshkent, O'zbekiston

E-mail: sh.sagatova@nuu.uz, ORCID: 0009-0005-2266-6799

Dotsent G.Sodiqova taqrizi asosida

THE PROBLEM OF SOCIAL READAPTATION OF INDIVIDUALS AFTER DRUG ADDICTION AND THE ROLE OF THE TWELVE-STEP PROGRAM

Annotation

The article theoretically analyzes the problem of social readaptation of individuals after drug addiction and the socio-psychological mechanisms of the Twelve-Step Program in this process. The results of foreign scientific studies, systematic reviews, meta-analyses, and clinical studies were summarized. The analysis shows that participation in Twelve-Step mutual-help groups is associated with reduced drug use, increased social support, and stronger positive social connections. The socio-psychological significance of the Twelve-Step Program is explained through the mechanisms of social support, a sense of group belonging, sponsorship, and restoration of social roles.

Key words: Drug addiction, psychoactive substances, rehabilitation, socio-psychological readaptation, Twelve-Step Program, Narcotics Anonymous, mutual-help groups, social support, social integration, sponsorship.

ПРОБЛЕМА СОЦИАЛЬНОЙ РЕАДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ ПОСЛЕ НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ И РОЛЬ ПРОГРАММЫ «12 ШАГОВ»

Аннотация

В статье теоретически анализируются проблема социальной реадaptации личности после наркотической зависимости и социально-психологические механизмы программы «12 шагов» в данном процессе. Обобщены результаты зарубежных научных исследований, систематических обзоров, метаанализов и клинических исследований. Результаты анализа показывают, что участие в группах взаимопомощи, основанных на программе «12 шагов», связано со снижением употребления наркотических веществ, повышением социальной поддержки и расширением позитивных социальных связей. Социально-психологическое значение программы «12 шагов» объясняется механизмами социальной поддержки, чувства принадлежности к группе, спонсорства и восстановления социальных ролей.

Ключевые слова: Наркотическая зависимость, наркотические вещества, реабилитация, социально-психологическая реадaptация, программа «12 шагов», Анонимные Наркоманы, группы взаимопомощи, социальная поддержка, социальная интеграция, спонсорство.

GIYOHVANDLIKDAN KEYIN SHAXSNI IJTIMOIIY HAYOTGA QAYTA MOSLASHTIRISH MUAMMOSI VA “12 QADAM” DASTURINING AHAMIYATI

Annotatsiya

Maqolada giyohvandlikdan keyin shaxsni ijtimoiy hayotga qayta moslashtirish va bu jarayonda 12 qadam dasturining ijtimoiy-psixologik mexanizmlari nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Xorijiy ilmiy adabiyotlar, sistematik sharhlar, meta-tahlillar va klinik tadqiqotlar natijalari umumlashtirildi. Tahlil natijalari 12 qadam guruhlarida ishtirok etishning giyohvand moddalar iste'molining kamayishi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ijobiy ijtimoiy aloqalarning ortishi bilan bog'liqligini ko'rsatdi. 12 qadam dasturining ijtimoiy-psixologik ahamiyati ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, guruhga tegishlilik, sponsorlik va ijtimoiy rollarni tiklash mexanizmlari bilan izohlanadi.

Kalit so'zlar: Giyohvandlik, giyohvand moddalar, reabilitatsiya, ijtimoiy-psixologik qayta moslashuv, 12 qadam dasturi, Anonim Giyohvandlar, o'zaro yordam guruhlari, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ijtimoiy integratsiya, sponsorlik.

Kirish. Giyohvandlik shaxsning nafaqat giyohvand moddalarni iste'mol qilishiga, balki uning psixologik holati, shaxslararo va oilaviy munosabatlari, mehnat faoliyati hamda jamiyatdagi ijtimoiy mavqeiga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi murakkab biopsixoiijtimoiy muammodir. Shu sababli reabilitatsiyani faqat giyohvand moddalarni iste'mol qilishni to'xtatish yoki remissiyaga erishish bilan cheklab bo'lmaydi; uning muhim vazifalaridan biri shaxsning ijtimoiy hayotini tiklash, ijtimoiy rollarini qayta shakllantirish, sog'lom qo'llab-quvvatlovchi munosabatlarni rivojlantirish va jamiyatga qayta moslashuvini ta'minlashdir. Mazkur jarayonda 12 qadam dasturiga asoslangan o'zaro yordam guruhlari, jumladan Anonim Giyohvandlar, muhim o'rin tutadi. Bu borada O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 03.11.2025 yildagi PF-207-son “Aholi salomatligi va millat genofondini giyohvandlik va narkojinoyatlardan samarali himoya qilish bo'yicha kompleks chora-tadbirlar to'g'risida”gi Farmonida aholi orasida giyohvandlik hamda zaharvandlikni tashxislash, davolash va tibbiy-ijtimoiy reabilitatsiya qilish tizimini tubdan takomillashtirishga qaratilgan manzilli chora-tadbirlarni belgilash,

giyohvand bemorlarni reabilitatsiya qilish amaliyoti samaradorligini oshirish maqsadida sog'liqni saqlash tizimida Addiktologiya tibbiy-ijtimoiy reabilitatsiya markazini tashkil etish ishlarini boshlash kabi masalalar ustuvor vazifalar etib belgilangan [1]. Shu jihatdan 12 qadam dasturini faqat giyohvand moddalar iste'molini kamaytirish vositasi sifatida emas, balki shaxsning ijtimoiy muhiti va munosabatlarini qayta tashkil etishga xizmat qiluvchi ehtimoliy ijtimoiy-psixologik mexanizm sifatida o'rganish dolzarbdir.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. 12 qadam dasturining samaradorligi bir qator ilmiy tadqiqotlarda o'rganilgan. Bog va hammualliflarning 2017-yildagi Campbell sistematik sharhida giyohvand moddalardan foydalanish bilan bog'liq buzilishlarga ega 1071 nafar ishtirokchini qamrab olgan 10 ta tadqiqot tahlil qilingan. Natijalar 12 qadam intervensiyalarining boshqa psixosotsial intervensiyalardan statistik jihatdan ustun yoki kam samarali ekanini tasdiqlovchi yetarli dalillar mavjud emasligini ko'rsatgan; shu bilan birga, dalillar sifati cheklangani va qo'shimcha tadqiqotlar zarurligi qayd etilgan [2]. Shu sababli 12 qadam

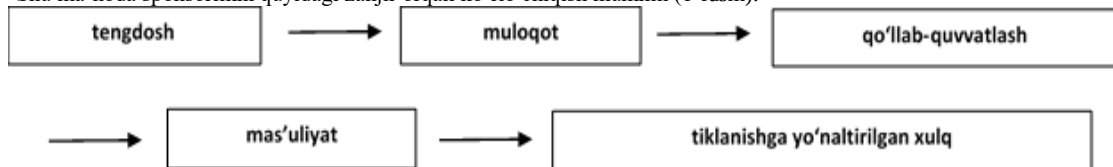
dasturini boshqa psixosotsial yordam usullaridan ustun davolash vositasi sifatida emas, balki ular bilan bir qatorda qo'llanishi mumkin bo'lgan yondashuv sifatida baholash maqsadga muvofiq.

Keyingi tadqiqotlar 12 qadam guruhlaridagi ishtirok va tiklanish natijalari o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlashtirdi. Humphreys va hammualliflarning oltita randomizatsiyalangan klinik tadqiqot, jami 1730 nafar ishtirokchi ma'lumotlari asosidagi tahlilida 12 qadam guruhlaridagi ishtirok giyohvand moddalar va alkogol iste'moli hamda ular bilan bog'liq muammolarning kamayishi bilan bog'langan. Biroq maxsus jalb qilish intervensiyasi guruhlaridagi ishtirokni yetarlicha oshirmaganligi sababli, ushbu bog'liqlikni bevosita sababiy ta'sir sifatida talqin qilishda ehtiyotkorlik zarur [3].

12 qadam dasturining ijtimoiy-psixologik qayta moslashuvdagi ahamiyatini Toumbourou va hammualliflarning tadqiqoti ham ko'rsatadi. Anonim Giyohvandlarning 91 nafar yangi a'zosi, shundan 62 nafari 12 oylik kuzatuvda, o'rganilgan tadqiqotda xizmat rollarida ishtirok etish, qadamlar ustida ishlash va uchrashuvlarda muntazam qatnashish tahlil qilingan. 12 qadam faoliyatidagi yuqori ishtirok ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yuqoriroq darajasi hamda xavfli alkogol iste'molining kamayishi bilan bog'langan [4].

Humphreys va Noke tomonidan 2337 nafar erkak bemor ishtirokida o'tkazilgan bir yillik longitudinal tadqiqotda ham 12

Shu ma'noda sponsorlikni quyidagi zanjir orqali ko'rib chiqish mumkin (1-rasm):



Rasm-1. Sponsorlikning tiklanish jarayonidagi psixologik ta'sir mexanizmi

Sponsorlik ta'sirini mutlaq sababiy mexanizm sifatida talqin qilishdan saqlanish zarur. Shu bilan birga, ijtimoiy qayta moslashuv shaxsning yordam oluvchidan jamoada faol rol bajaruvchi ishtirokchiga aylanishini ham nazarda tutadi. Toumbourou va hammualliflar xizmat rollarida ishtirok etishni 12 qadam faoliyatining muhim ko'rsatkichlaridan biri sifatida qayd etgan [4]. STAGE-12 tadqiqotida ham 12 qadam intervensiyasida qatnashganlar nazorat guruhiga nisbatan uchrashuvlarda hamda xizmat faoliyatida ko'proq ishtirok etgani va bu farqlar olti oylik kuzatuvda ham saqlangani aniqlangan [6]. Bu jarayon shaxsning «muammoga ega bemor» maqomidan «tiklanishda faol ishtirok etuvchi va boshqalarga yordam beruvchi shaxs» maqomiga o'tishiga, natijada mas'uliyat va ijtimoiy foydalilik hissining kuchayishiga yordam berishi mumkin.

qadam faoliyatidagi ishtirok keyinchalik do'stlik aloqalarining yaxshilanishi va giyohvand hamda alkogol iste'molidan voz kechgan do'stlar ulushining ortishi bilan bog'liq bo'lgan [5]. Bu natijalar 12 qadam guruhlarining sog'lom ijtimoiy muhit va ijobiy ijtimoiy aloqalarni shakllantirishdagi ehtimoliy rolini ko'rsatadi.

2023-yildagi sistematik sharh va meta-tahlilda Anonim Giyohvandlardan boshqa 12 qadamga asoslangan o'zaro yordam guruhlar bo'yicha 47 ta tadqiqot umumlashtirilgan. Natijalar guruhlaridagi ishtirok va uning intensivligi simptomlar og'irligining kamayishi bilan bog'liqligini, sifat tadqiqotlarida esa ijtimoiy, emotsional, ma'naviy va psixologik omillar tiklanishning muhim tarkibiy qismlari sifatida qayd etilganini ko'rsatgan [6].

12 qadam tizimidagi sponsorlik ham ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning muhim shakllaridan biri sifatida qaraladi. Wendt va hammualliflarning STAGE-12 randomizatsiyalangan klinik tadqiqoti ma'lumotlari asosidagi tahlilida 471 nafar ishtirokchi o'rganilgan bo'lib, intervensiya 12 qadam dasturi bilan tanishtirish, guruh mashg'ulotlari va 12 qadam volontyorlari bilan bog'lashni o'z ichiga olgan [6, 7]. Sponsorlik professional psixoterapiyaga tenglashtirilmasa-da, tajribali tengdosh bilan muntazam muloqot qilish, qo'llab-quvvatlash olish va tiklanish jarayonida ijtimoiy mas'uliyatni shakllantirish imkonini beruvchi mexanizm sifatida qaralishi mumkin.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur maqola nazariy-tahliliy xarakterga ega bo'lib, unda 12 qadam dasturining giyohvand moddalardan foydalanish bilan bog'liq buzilishlarga ega shaxslar reabilitatsiyasidagi ahamiyatini o'rgangan xorijiy ilmiy tadqiqotlar tahlil qilinadi.

Muammoni nazariy tahlil qilishda sistematik sharhlar, meta-tahlillar, randomizatsiyalangan klinik tadqiqotlar, longitudinal tadqiqotlar va ilmiy sharhlardan foydalanildi. Manbalar orasida Campbell Collaboration, PubMed va PubMed Central bazalarida indekslangan tadqiqotlarga alohida e'tibor qaratildi.

Tahlil va natijalar (Analysis and results). Yuqoridagi tadqiqotlarni umumlashtirish asosida 12 qadam dasturining shaxsni ijtimoiy-psixologik qayta moslashtirishdagi ehtimoliy mexanizmlarini bir nechta yo'nalishga ajratish mumkin [4, 5, 8, 7, 6].

1-jadval. Mavjud ilmiy tadqiqotlarning qiyosiy tahlili

Mualliflar	Asosiy natijalar	Ijtimoiy-psixologik qayta moslashuv uchun ahamiyati
Bog va hammualliflar	12 qadam intervensiyalari muqobil psixosotsial usullar kabi samarali bo'lgan; 6 oylik kuzatuvda 12 qadam foydasiga ijobiy natijalar kuzatilgan.	12 qadam dasturi reabilitatsiyaning xulqiy natijalarini qo'llab-quvvatlashi mumkinligini ko'rsatadi.
Toumbourou va hammualliflar	Muntazam yig'ilishlarda qatnashish va qadamlar ustida ishlash xavfli alkogol iste'molining kamayishi hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yaxshilanishi bilan bog'langan.	12 qadam faoliyati → ijtimoiy qo'llab-quvvatlash → xulqiy o'zgarish bog'liqligini ko'rsatadi.
Crits-Christoph va hammualliflar	TSF guruhida 12 qadamdagi ishtirok yuqoriroq bo'lgan; faolroq ishtirok modda iste'molining yaxshilanishi bilan bog'langan.	Natija faqat dasturga kiritilish emas, balki faol ishtirok etish muhimligini ko'rsatadi.
Weiss va hammualliflar	STAGE-12 intervensiyasi 12 qadam guruhlariga ulanishni kuchaytirgan va ayrim ijobiy abstinensiya natijalarini ko'rsatgan.	Guruhiy qo'llab-quvvatlash va 12 qadam hamjamiyatiga ulanish reabilitatsiya jarayonining muhim mexanizmi bo'lishi mumkin.
Worley va hammualliflar	Intervensiya yuqori darajada jalb qilinganlarda abstinensiya va guruhdagi ishtirok yuqoriroq, modda bilan bog'liq muammolar esa pastroq bo'lgan.	Ijtimoiy faollik va xizmat rollari tiklanish jarayonining muhim komponentlari ekanini ko'rsatadi.

Kaskutas va hammualliflar (STAGE-12 sponsorlik tahlili)	TSF guruhida sponsorlik ehtimoli yuqoriroq bo'lgan; sponsorlik keyingi abstinensiya va muammolarning kamayishi bilan bog'langan.	Sponsorlik mexanizmini bevosita ilmiy asoslaydi.
Kelly, Humphreys va Ferri	27 tadqiqot tahlili manual asosidagi AA/TSF intervensiyalarining abstinensiyani oshirishda yuqori samaradorligini ko'rsatgan.	12 qadam yondashuvining klinik samaradorligi bo'yicha kuchli umumlashtirilgan dalillarni beradi.
Leurent va hammualliflar	12 qadam o'zaro yordam guruhlarida ishtirok davomiyligi va intensivligi klinik hamda psixologik natijalar bilan bog'liqligi aniqlangan.	12 qadamning o'zaro yordam, guruhga mansublik va uzoq muddatli tiklanish jihatlarini yoritishda samarali.

Mavjud tadqiqotlar tahlili 12 qadam dasturining shaxsning ijtimoiy-psixologik qayta moslashuviga ta'siri ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ijobiy ijtimoiy aloqalarni shakllantirish, guruhga tegishlilik, sponsorlik va tengdoshlar yordami hamda ijtimoiy rollarni tiklash kabi o'zaro bog'liq mexanizmlar orqali amalga oshishi mumkinligini ko'rsatadi. Biroq ushbu natijalarni talqin qilishda metodologik cheklavlarni hisobga olish zarur. Xususan, 12 qadam guruhlarida ishtirok etish ko'pincha shaxsning o'z tanloviga bog'liq bo'lib, bu o'zini o'zi tanlash effektini yuzaga keltirishi mumkin. Humphreys va hammualliflarning 1730 nafar ishtirokchi ma'lumotlari asosidagi tahlilida maxsus jalb qilish intervensiyasi guruhlardagi ishtirokni yetarlicha oshirmagani qayd etilgan [3]. Bog va hammualliflar esa mavjud tadqiqotlarda statistik quvvatning pastligi, effekt hajmlarining kichikligi va ayrim metodologik cheklavlarni ta'kidlagan [2]. Shu sababli 12 qadam dasturini ijtimoiy-psixologik qayta moslashuvning yagona yoki bevosita sababi sifatida talqin qilish ilmiy jihatdan asoslanmagan. Aksincha, mavjud dalillar uni reabilitatsiyaning boshqa shakllari bilan birgalikda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va tiklanish muhitini kuchaytiruvchi yondashuv sifatida baholash imkonini beradi.

Nazariy tahlil shuni ko'rsatadiki, 12 qadam dasturining ahamiyatini faqat giyohvand modda iste'moli ko'rsatkichlari orqali baholash yetarli emas. Humphreys va Noke tadqiqotida 12 qadam faoliyatining keyingi ijtimoiy aloqalar bilan, Toumbourou va hammualliflar tadqiqotida esa ijtimoiy qo'llab-quvvatlash bilan bog'liqligi aniqlangan [4, 5]. STAGE-12 tadqiqotida 12 qadam intervensiyasi guruh uchrashuvlari, boshqa faoliyatlar va xizmat rollaridagi ishtirokni oshirgani ko'rsatilgan [6]. Shuningdek, 2023-yilgi sistematik sharhda 12 qadamga asoslangan o'zaro yordam guruhlarida ishtirok etish simptomlar og'irligining kamayishi hamda ijtimoiy, emotsional va psixologik omillar bilan bog'liqligi qayd etilgan [8]. Demak, 12 qadam dasturini mustaqil va yagona reabilitatsiya texnologiyasi sifatida emas, balki shaxsning ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini, ijobiy ijtimoiy aloqalarini va tiklanish muhitini kuchaytiruvchi komponent sifatida ko'rish maqsadga muvofiq.

Xulosa va takliflar. Adabiyotlarni nazariy tahlil qilish natijasida quyidagi xulosalarga kelish mumkin. Birinchidan, 12 qadam dasturining giyohvand moddalardan foydalanish bilan bog'liq buzilishlardagi samaradorligi bo'yicha mavjud tadqiqotlar uni boshqa psixosotsial intervensiyalardan mutlaq ustun deb baholash imkonini bermaydi. Sistematik sharhlarda dalillarning sifati va statistik quvvati bilan bog'liq cheklavlar mavjudligi qayd etilgan.

Ikkinchidan, 12 qadam guruhlarida ishtirok etish giyohvand iste'moli va u bilan bog'liq muammolarning kamayishi bilan bog'liq ekani bir qator tadqiqotlarda ko'rsatilgan.

Uchinchidan, 12 qadam dasturining shaxsni ijtimoiy-psixologik qayta moslashtirishdagi ahamiyatini tushuntiruvchi asosiy yo'nalishlar sifatida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ijobiy ijtimoiy aloqalarni shakllantirish, guruhga tegishlilik, sponsorlik va ijtimoiy rollarda ishtirokni ajratish mumkin.

To'rtinchidan, Anonim Giyohvandlar ishtirokchilarining ijtimoiy qo'llab-quvvatlashi va ijtimoiy aloqalarida ijobiy o'zgarishlar kuzatilgani 12 qadam guruhlarini shaxsning reabilitatsiyadan keyingi ijtimoiy muhitini qayta shakllantirish nuqtai nazaridan o'rganish uchun nazariy asos beradi.

Beshinchidan, 12 qadam guruhlarida ishtirok etish va ijtimoiy-psixologik qayta moslashuv o'rtasidagi munosabatni bevosita o'rganuvchi tadqiqotlar hali yetarli emas. Shu sababli kelgusida 12 qadam dasturining ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, ijtimoiy aloqalar, ijtimoiy rollar, guruhga tegishlilik, o'z-o'zini samaradorlik va reabilitatsiyadan keyingi ijtimoiy moslashuvga ta'sirini kompleks o'rganish maqsadga muvofiq.

Umuman olganda, mavjud ilmiy dalillar 12 qadam dasturini giyohvandlikdan keyin shaxsni ijtimoiy hayotga qayta moslashtirishning ehtimoliy ijtimoiy-psixologik resursi sifatida qarash imkonini beradi. Biroq mazkur xulosa 12 qadam dasturining to'g'ridan-to'g'ri sababiy ta'siri emas, balki mavjud tadqiqotlarda aniqlangan bog'liqliklar va nazariy mexanizmlarni umumlashtirishga asoslangan.

ADABIYOTLAR

- O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 03.11.2025 yildagi PF-207-son "Aholi salomatligi va millat genofondini giyohvandlik va narkotikoyatlardan samarali himoya qilish bo'yicha kompleks chora-tadbirlar to'g'risida"gi Farmoni <https://lex.uz/uz/docs/-7818774?query=reabilitatsiya#sr-1> ;
- Bog, M., Filges, T., Brännström, L., Jørgensen, A.-M.K. and Fredriksson, M.K. (2017), 12-step programs for reducing illicit drug use. *Campbell Systematic Reviews*, 13: 1-149. <https://doi.org/10.4073/csr.2017.2>
- Keith Humphreys, Nicolas B. Barreto, Sheila M. Alessi, Kathleen M. Carroll, Paul Crits-Christoph, Dennis M. Donovan, John F. Kelly, Richard S. Schottenfeld, Christine Timko, Todd H. Wagner, Impact of 12 step mutual help groups on drug use disorder patients across six clinical trials, *Drug and Alcohol Dependence*, Volume 215, 2020, 108213, ISSN 0376-8716, <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2020.108213>.
- Toumbourou, J. W., Hamilton, M., U'Ren, A., Stevens-Jones, P., & Storey, G. (2002). Narcotics Anonymous participation and changes in substance use and social support. *Journal of substance abuse treatment*, 23(1), 61–66. [https://doi.org/10.1016/s0740-5472\(02\)00243-x](https://doi.org/10.1016/s0740-5472(02)00243-x)
- Humphreys, K., & Noke, J. M. (1997). The influence of posttreatment mutual help group participation on the friendship networks of substance abuse patients. *American journal of community psychology*, 25(1), 1–16. <https://doi.org/10.1023/a:1024613507082>
- Donovan, D. M., Daley, D. C., Brigham, G. S., Hodgkins, C. C., Perl, H. L., Garrett, S. B., Doyle, S. R., Floyd, A. S., Knox, P. C., Botero, C., Kelly, T. M., Killeen, T. K., Hayes, C., Kau'i Baumhofer, N., Seamans, C., & Zammarelli, L. (2013). Stimulant abuser groups to engage in 12-step: a multisite trial in the National Institute on Drug Abuse Clinical Trials Network. *Journal of substance abuse treatment*, 44(1), 103–114. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2012.04.004>
- Wendt DC, Hallgren KA, Daley DC, Donovan DM. Predictors and Outcomes of Twelve-Step Sponsorship of Stimulant Users: Secondary Analyses of a Multisite Randomized Clinical Trial. *J Stud Alcohol Drugs*. 2017 Mar;78(2):287-295. doi: 10.15288/jsad.2017.78.287. PMID: 28317510; PMCID: PMC5554108.
- Leurent, M., Ducasse, D., Courtet, P., & Olié, E. (2024). Efficacy of 12-step mutual-help groups other than Alcoholics Anonymous: a systematic review and meta-analysis. *European archives of psychiatry and clinical neuroscience*, 274(2), 375–422. <https://doi.org/10.1007/s00406-023-01667-x>