

---

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ  
THEORY AND PRACTICE OF SOCIAL WORK

---

УДК 316.354.4

DOI 10.18413/2949-267X-2025-4-2-0-5

**Технологии реабилитации подростков, страдающих химической зависимостью, на основе программы «12 шагов»**

<sup>1</sup> Калинина А.В.,

<sup>1</sup> Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н.И. Пирогова  
Министерства здравоохранения Российской Федерации,  
Россия, 117513, г. Москва, ул. Островитянова, 1  
E-mail: [ka.alla@list.ru](mailto:ka.alla@list.ru)

**Аннотация.** В статье анализируется опыт использования программы «12 шагов» в процессе реабилитации подростков, страдающих химической (наркотической и алкогольной) зависимостью, в условиях специализированных реабилитационных центров, его преимущества и ограничения. Проблема исследования состоит в противоречии: несмотря на широкое применение программ реабилитации, основанных на принципах 12 шагов, сохраняется высокий уровень рецидивов среди лиц, прошедших лечение, что свидетельствует о недостаточной системе социального сопровождения реабилитантов после завершения лечения. Существует необходимость разработки и внедрения услуг по социальному консультированию в рамках социального сопровождения, что позволит повысить эффективность реабилитационных программ, улучшить качество жизни подростков, имеющих опыт употребления наркотических средств и психотропных веществ, и также преодолеть созависимость членов их семей.

**Ключевые слова:** программа 12 шагов, реабилитация, подросток, химическая зависимость, наркомания; алкоголизм, социальное консультирование.

**Для цитирования:** Калинина, А.В. Технологии реабилитации подростков, страдающих химической зависимостью, на основе программы «12 шагов» / А.В. Калинина // Научные результаты в социальной работе. – 2025. – Т. 4, № 2. – С. 84–89. DOI: 10.18413/2949-267X-2025-4-2-0-5

---

**Rehabilitation Technologies for Adolescents with Chemical Dependence Based on the “12-Step” Program**

<sup>1</sup> Alexandra V. Kalinina,

<sup>1</sup> Pirogov Russian National Research Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation, 117513, 1 Ostrovityanova St, Moscow, Russia  
E-mail: [rudychevakn@social.mos.ru](mailto:rudychevakn@social.mos.ru)

**Abstract.** This article discusses the experience of implementing the "12 Steps" program in the treatment of adolescents struggling with chemical dependency in specialized rehabilitation centers. It describes the advantages and limitations of this approach. The research highlights a contradiction: although the use of 12-step programs is widespread, there is still a high rate of relapse among those who complete treatment. This suggests that the system for providing social support to rehabilitants after treatment needs improvement. To address this issue, the authors propose developing and implementing social counseling services as part of the social support network. This would enhance the effectiveness of treatment programs, improve the lives of adolescents who have used drugs or psychotropic substances, and assist their families in overcoming codependency.

**Keywords:** 12-step program; rehabilitation, teenager, chemical dependence, drug addiction, alcoholism, social counseling.

**For citation:** Kalinina, A.V. (2025), Rehabilitation Technologies for Adolescents with Chemical Dependence Based on the “12-Step” Program, *Research results in social work*, Vol. 4, No. 2, pp.84–89. (in Russian). DOI: 10.18413/2949-267X-2025-4-2-0-5

---

## **Введение**

Проблема наркомании в современном обществе не только не утратила своей актуальности, но и превращается в одну из серьезных угроз для демографии и здоровья нации. В России по официальной статистике на учете в наркологических диспансерах стоят 500 тыс. наркозависимых, по неофициальной статистике регулярно употребляют наркотики 5,99 млн. человек, из них 20% – это школьники; 60% – молодежь в возрасте 16-30 лет; 20% – люди старше 30 лет [Статистика по данным НИИ...: <http://>]. Потреблению подростками и молодыми людьми психоактивных веществ способствуют многие факторы: как традиционные – стремление к самоутверждению, любопытство, желание почувствовать себя взрослым, влияние окружения, стрессовые ситуации, так и новые, появившиеся в эпоху цифровизации – ослабление семейных ценностей через активное влияние западных субкультур, широкий спектр форм доступа к запрещенным психоактивным веществам через социальные сети [Мамонова 2021].

Борьба с подростковой наркоманией [Кожухова 2022] требует комплексного подхода, включающего профилактику, просвещение, лечение и социально-психологическую поддержку, осуществляемые на основе межведомственного сотрудничества через сеть государственных и частных специализированных учреждений, организацию профилактической работы в медицинских организациях, системах общего и профессионального образования, деятельность органов законодательной и исполнительной власти, Главного управления по контролю за оборотом наркотиков (ГУНК) МВД России, Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, органов опеки и попечительства, общественных, религиозных, социально ориентированных некоммерческих организаций, волонтерских движений, бизнес-партнеров.

Одной из эффективных технологий реабилитации лиц с химической зависимостью, показали программы, разработанные на основе всемирно известной программы «12 шагов» Общества Анонимных Алкоголиков/Наркоманов (Уилсон, б.д.) [AA-Online.ru: <http://>], которая помогает изменить образ мышления и поведения для реинтеграции в общество. В нашей стране эта программа получила распространение в 1990-е годы в связи со стихийным появлением групп самопомощи, которые показали свою эффективность и постепенно получили признание государственных учреждений реабилитации, применяющих ее для лечения различных форм аддиктивного поведения и в настоящее время.

## **Научные результаты и дискуссия**

Примерами эффективного использования программы 12 шагов может служить опыт «Центра психолого-педагогической помощи семье и детям» Департамента социальной защиты населения Ивановской области [Официальный сайт Центра психолого-педагогической помощи...: <http://>].

Центром (г. Иваново) разработано методическое пособие для специалистов, занимающихся работой с подростками, склонными к употреблению наркотических средств и психотропных веществ, в котором представлен цикл тренингов, направленных на формирование антинаркотических установок, изменение личностных ценностей, повышение уровня самоконтроля и социальной ответственности за свои действия. Основными методами реабилитации выступают диагностика, консультирование, тренинги,

ролевые игры, проективные методики (арт-терапия, сказкотерапия), релаксационные техники, информирование (в том числе о правовых нормах), кинотерапия, терапия занятостью, спортивные мероприятия, кейсы для домашней проработки.

Цикл тренингов и занятий разделен на три модуля.

Первый включает три тренинга (первичная диагностика и самопознание), второй модуль «Просвещение», посвящён работе детьми и родителями, третий модуль «Самоопределение» состоит из шести занятий, направленных на развитие личностных ресурсов подростков, формирующих позицию отказа от употребления психоактивных веществ. По завершении цикла проводится заключительная диагностика для оценки результативности программы, а также осуществляется дальнейшее сопровождение реабилитанта и членов его/ее семьи с целью формирования и поддержания новых установок на здоровый образ жизни, умений противостоять влиянию прошлого социального окружения. Так за 2021-2023 гг. получили реабилитационные услуги по программе Центра 134 несовершеннолетних, из них снят с учета 101 человек (75%), а также 103 семьи, из которых снято с учета 75 семей (73 %) [Официальный сайт Центра психолого-педагогической помощи...: <http://>].

Вместе с тем, несмотря на спектр предоставляемых медицинских, психологических и социальных услуг, существует ряд проблем в процессе реабилитации подростков с химической зависимостью, которые снижают эффективность процесса восстановления и увеличивают вероятность повторных эпизодов употребления наркотических веществ:

1. Отсутствие систематического подхода к социализации. Подростковый возраст характеризуется повышенной потребностью в принадлежности к группе сверстников и формировании позитивных моделей поведения [Пронин, Каун 2024]. Если реабилитационный центр фокусируется исключительно на индивидуальной терапии и игнорирует коллективные активности, направленные на развитие полезных социальных навыков, восстановление становится неполноценным. Реабилитанты Центра психолого-педагогической помощи семье и детям Департамента социальной защиты населения Ивановской области принимают участие в таких мероприятиях, как областной конкурс социального рисунка «Скажи наркотикам – НЕТ», областной фотомарафон «Живи ярко!» и фитнес-марафон «Энергия движения». Особого внимания заслуживает организация специалистами Центра квест-комнаты при Ивановском областном наркологическом диспансере, где подростки совместно с врачом-психотерапевтом получают возможность погрузиться в специфическую атмосферу жизни человека с зависимостью, вывести его из наркотической комы путем решения сложных логических, химических и математических задач.

2. Ограниченная поддержка семьи и окружения. С одной стороны, семья играет важную роль в процессе выздоровления подростков, с другой члены семьи нуждаются в обучении методам и технологиям поддержки ребенка за пределами лечебного учреждения, предотвращая возвращение к старым паттернам поведения. При обнаружении зависимости у своего ребенка многие родители испытывают растерянность, панику, стыд, вину. Они скрывают проблему, боясь навредить дальнейшей жизни их ребенка и из-за этого не обращаются за своевременной помощью. В Ивановском центре осуществляется постоянный мониторинг семей, находящихся в группе риска, проводятся различные обучающие и профилактические мероприятия на регулярной основе.

3. Недостаточно внимания уделяется профилактике рецидивов. Программы, ориентированные на краткосрочные результаты, могут привести лишь к временному успеху. Для предотвращения рецидивов нужно научить подростков распознавать триггеры употребления наркотиков, справляться со стрессовыми ситуациями и развивать механизмы саморегуляции. Без специализированной подготовки в области профилактики рецидивов большинство подростков оказывается уязвимо при возвращении в социум.

Социальное сопровождение лиц, прошедших реабилитацию от химической зависимости, будет более эффективным, при условии использования технологии социального консультирования, которое представляет собой перспективный инструмент, способствующий преодолению психологических барьеров, улучшению коммуникативных навыков и формированию устойчивых социальных связей. Данный метод позволяет создать условия для реинтеграции молодых людей в общество, снизить риск рецидивов и повысить качество их жизни, обрести уверенность, улучшить навыки коммуникации со взрослыми и сверстниками.

Рассмотрим более подробно методы, которые, на наш взгляд, могли бы существенно дополнить традиционные программы реабилитации лиц с химической зависимостью, базирующиеся на модели 12 шагов.

1. Индивидуальное консультирование. Индивидуальные консультации предоставляют каждому пациенту возможность обсудить личные переживания, помогают выявить причины их возникновения и разработать стратегии их решения. Этот подход особенно эффективен для подростков, испытывающих сильные эмоции и неуверенных в себе. К сожалению, данный вид работы с зависимыми подростками развит очень слабо. Во многих центрах индивидуальные консультации предоставляются только на платной основе, а бюджетные организации такое консультирование проводят далеко не всегда.

2. Семейное консультирование. Привлечение семей к процессу реабилитации повышает вероятность успешного завершения курса и минимизирует риски рецидивов. Специалисты помогают семьям лучше понимать поведение подростка, формируют навыки эффективного взаимодействия, активного слушания и позитивного подкрепления, создавая атмосферу взаимоподдержки, чтобы избежать гиперконтроля и недоверия [Сорока, Пирогов 2024]. Проведение семейного консультирования является очень важной, но, одновременно, сложной задачей, т.к. в ряде случаев именно семья – это источник аддиктивного поведения несовершеннолетних. Поэтому специалистам надо прикладывать максимум усилий для вовлечения таких семей в процесс реабилитации.

3. Групповая терапия предполагает проведение регулярных встреч в малых группах, состоящих из подростков, проходящих реабилитацию. Во время сессий через совместные дискуссии и обмен личным опытом, ролевые игры, обучение конструктивному общению и разрешению конфликтов, участники учатся выражать свои чувства, строить доверительные отношения друг с другом и совместно решать общие проблемы. Группы позволяют реабилитантам чувствовать себя частью сообщества, что способствует снижению ощущения одиночества и изоляции. Несмотря на то, что данный вид терапии широко развит, отсутствие контроля за посещаемостью подростком таких групп снижает эффект от данного вида реабилитационной работы. Согласно программе 12 шагов, после выхода из реабилитационного центра выздоравливающий должен пройти 30 групп за 30 дней. Естественно, подростку сложно проявить такую целеустремленность, поэтому логичным было бы продумать варианты активной поддержки и/или поощрения.

4. Персонализированное сопровождение куратора. Нередко молодым людям сложно интегрироваться в обычную жизнь после прохождения курса реабилитации, поэтому необходимо наличие наставника, который оказывает поддержку на протяжении длительного реабилитационного периода, помогает поиске жилья, трудоустройстве и получении образования. Назначение индивидуального куратора (например, психолога или специалиста по социальной поддержке) позволяет наладить постоянный контакт с пациентом. Кураторы проводят регулярные встречи и поддерживают связь посредством телефонных звонков или онлайн-консультаций, оценивая состояние подростка и его готовность продолжать здоровый образ жизни. В классической программе «12 шагов» такая поддержка предусмотрена. Выздоровливающие сами находят себе «спонсора» [Семяк и др. 2023] из числа зависимых со стойкой ремиссией и прошедших хотя бы один цикл

программы. Для реабилитации подростков поддержка такого куратора должна быть более обширной и комплексной.

5. Участие в социальных проектах помогает подросткам почувствовать собственную значимость и внести вклад в улучшение окружающей среды. Волонтерские инициативы и мероприятия повышают чувство ответственности и удовлетворяют потребность в самовыражении. Примерами таких проектов могут служить посадка деревьев и благоустройство территорий; участие в экологических акциях и субботниках; организованное волонтерство в детских домах и больницах.

6. Применение инновационных технологий. Проведение дистанционных образовательных курсов и лекций по различным аспектам здоровой жизни, а также встречи On-line помогают пациентам и их родственникам получать новую полезную информацию и обновлять знания о возможностях сохранения здорового образа жизни, а также поддерживать полезные коммуникативные связи. Кроме того, особого внимания в работе с подростками и молодежью заслуживают электронные трекеры привычек, которые позволяют отслеживать активность пользователей и формировать привычки здорового образа жизни. Они позволяют фиксировать частоту занятий спортом, продолжительность сна и даже настроение пользователя, передавая собранные данные куратору или врачу.

Отслеживание состояния своих подопечных после прохождения ими комплекса реабилитационных мероприятий является важной задачей, поскольку позволяет обеспечивать необходимую поддержку подростку, а также своевременно выявить признаки возможной регрессии. В Ивановском центре социальной помощи разработан продуманный и грамотный алгоритм комплексного социального сопровождения подростков после прохождения ими программы «12 ступеней», где подробно прописана как индивидуальная, так и групповая работа, межведомственное взаимодействие с другими организациями, участвующими в реабилитационной работе, приведены статистические данные, демонстрирующие эффективность применяемых технологий.

### **Заключение**

Таким образом практика показывает, что методы социального консультирования, рассмотренные выше, дополняют стандартную программу реабилитации 12 шагов, создавая условия для личностного роста и успешной социальной адаптации подростков, имеющих опыт химической зависимости. Более тщательная, комплексная и глубинная проработка зависимости, которая имеет био-психо-социо-духовные корни, значительно увеличивает шансы молодых людей преодолеть свою болезнь и вернуться к полноценной жизни.

### **Список источников**

AA-Online.ru. URL: <https://aa-online.ru/anonimnye-alkogoliki/> (дата обращения: 4.11.2025).

Официальный сайт Центра психолого-педагогической помощи семье и детям Департамента социальной защиты населения Ивановской области. URL: <https://szn.ivanovoobl.ru/departament/podvedomstvennye-organizatsii/srts-dlyan-esovershennoletnikh/tsentr-pp-seme-i-detyam/> (дата обращения: 5.11.2025).

Статистика по данным НИИ наркологии 5 из 100 наркозависимых после лечения бросают употреблять. Наркологическая клиника и реабилитационный центр Новый мир: Официальный сайт URL: <https://zavisimost.rehab/video/statistika-po-dannym-nii-narkologii-5-iz-100-narkozavisimyh-posle-lecheniya-brosayut-upotreblyat/> (дата обращения: 03.11.2025).

### **Список литературы**

Кожухова, О.А. Сущность и особенности проявления подростковой наркомании // Актуальные проблемы педагогики и психологии. – 2022. – № 1(3). – С. 13-15. DOI 10.55000/APPIP.2022.39.44.002. EDN RKZHUC.

Мамонова, М.С. Вовлечение несовершеннолетних в сферу наркооборота посредством социальных сетей // Актуальные проблемы современной России: психология, педагогика, экономика, управление и право: Сборник статей и тезисов, Москва, 22 апреля 2021 года / Главный редактор И.В. Вологодина. Том 4. – Москва: Московский психолого-социальный университет, 2021. – С. 277-279. EDN NHIFBS.

Пронин, С.В., Каун, И.В. Социально-психологический портрет реабилитантов с наркотической зависимостью // Социокультурные проблемы современного человека: материалы X Международной научно-практической конференции, Новосибирск, 17–19 апреля 2024 года. – Новосибирск: Новосибирский государственный педагогический университет, 2024. – С. 157-162. EDN VMNDOD.

Семеняк, И.В., Чирков, В.А., Гуськов, С.А., Гуськова, О.В. Критерии выбора спонсора в «12-шаговой» модели выздоровления // Мир психологии. – 2023. – № 4(115). – С. 143-154. DOI 10.51944/20738528\_2023\_4\_143. EDN NILQIY.

Сорока, М.И., Пирогов, Д.Г. Тип привязанности к близким людям и выраженность созависимого поведения у наркозависимых // XXI Мнухинские чтения: Сборник материалов конференции (статьи и тезисы), Санкт-Петербург, 28 марта 2024 года. – Санкт-Петербург: ООО «Прима Локо», 2024. – С. 274-276.

### References

Kozhukhova, O.A. (2022), The essence and specific manifestations of adolescent drug addiction, *Aktual'nye Problemy Pedagogiki i Psikhologii [Current Issues in Pedagogy and Psychology]*, No. 1(3), pp. 13–15. DOI: 10.55000/APPiP.2022.39.44.002. EDN RKZHUC. (in Russian).

Mamonova, M.S. (2021), Involvement of minors in drug trafficking via social networks, in *Aktual'nye Problemy Sovremennoy Rossii: Psikhologiya, Pedagogika, Ekonomika, Upravleniye i Pravo [Current Problems of Modern Russia: Psychology, Pedagogy, Economics, Management and Law]*, Vol. 4, Proceedings and Abstracts of the Conference, Moscow, 22 April 2021 (I.V. Vologdina, Ed.), Moscow: Moscow University of Psychology and Social Sciences, pp. 277–279. EDN NHIFBS. (in Russian).

Pronin, S.V. and Kaun, I.V. (2024), Socio-psychological profile of individuals in rehabilitation for drug addiction, in *Sotsiokul'turnye Problemy Sovremennogo Cheloveka [Sociocultural Problems of the Modern Person]*, Proceedings of the X International Scientific and Practical Conference, Novosibirsk, 17–19 April 2024, Novosibirsk: Novosibirsk State Pedagogical University, pp. 157–162. EDN VMNDOD. (in Russian).

Semenyak, I.V., Chirkov, V.A., Guskov, S.A. and Guskova, O.V. (2023), Criteria for selecting a sponsor in the “12-Step” recovery model, *Mir Psikhologii [World of Psychology]*, No. 4(115), pp. 143–154. DOI: 10.51944/20738528\_2023\_4\_143. EDN NILQIY. (in Russian).

Soroka, M.I. and Pirogov, D.G. (2024), Attachment style to close others and severity of codependent behavior among drug-dependent individuals, in *XXI Mnuhinskiye Chteniya [21st Mnuhin Readings]*, Conference Proceedings (Articles and Abstracts), St. Petersburg, 28 March 2024, St. Petersburg: Prima Loko LLC, pp. 274–276. (in Russian).

**Конфликты интересов: у автора нет конфликта интересов для декларации.**

**Conflicts of Interest: the author has no conflicts of interest to declare.**

### Информация об авторах

Калинина Александра Владимировна, магистрант Российского национального исследовательского медицинского университета им. Н.И. Пирогова Министерства здравоохранения Российской Федерации, Москва, Россия.

### Information about the authors

Alexandra V. Kalinina, Master's Student at the Pirogov Russian National Research Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation, Moscow, Russia.