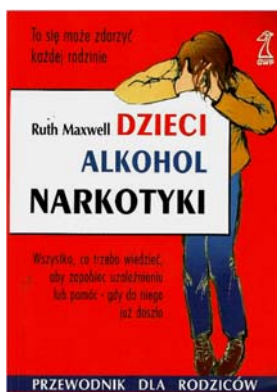


## Nałogi i uzależnienia młodzieży



**Tytuł:** Dzieci, alkohol, narkotyki

**Autor:** Ruth Maxwell

**Wydawnictwo:** Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne

**Rok wydania:** 2002

Jak rozpoznać, że dziecko używa narkotyków i jaki jest to rodzaj środków odurzających?

Jak wpływają one na jego organizm?

Na czym polega uzależnienie od alkoholu?

W jaki sposób pokierować leczeniem uzależnionego dziecka?

Jak skłonić je do współpracy, wtedy, gdy nie życzy sobie ingerencji w jego "prywatne" sprawy?

Jak wspierać dziecko w trakcie terapii?

Jak pomóc zrozpaczonym i zagubionym rodzicom?

Odpowiedzi na te i inne niezwykle trudne pytania znaleźć można w książce, która jest adresowana zarówno do rodziców, którzy pograżyli się w bezsilnej rozpacz, nie mogąc się uporać z problemem uzależnienia swojego dziecka od narkotyków czy alkoholu, jak i do tych, którzy mogą się z tym problemem spotkać na swojej drodze.



**Tytuł:** Uzależnienia od substancji psychoaktywnych

**Autor:** Krzysztof Zajączkowski

**Wydawnictwo:** Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne

**Rok wydania:** 2003

Publikacja zawiera podstawowe informacje na temat środków psychoaktywnych (podział, historia, rozmiary zażywania, czynniki sprzyjające eksperymentowaniu) i ich wpływu na organizm (objawy zażywania, etapy rozwoju uzależnienia). Przedstawia system profilaktyki i leczenia uzależnień w Polsce oraz krótką charakterystykę szkolnych programów profilaktycznych. W załącznikach zamieszczono m.in. wkładkę z kolorowymi fotografiami wybranych narkotyków.



**Tytuł:** Narkotyki inni biorą, ty nie musisz

**Redakcja:** Maria Moneta-Malewska,, Joanna Wrzeźniowska

**Wydawnictwo:** Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne

**Rok wydania:** 2008

Publikacja przedstawia rzetelną wiedzę o narkotykach i narkomanii, która pozwala opiekunom bez obaw zmierzyć się na argumenty z młodym człowiekiem. Autorki pokazują również, jak zauważyć „drugie dno” w pytaniach dziecka, które stara się ukryć swój niepokój lub usiłuje powiedzieć rodzicowi, że zetknęło się już z bezpośrednio z narkotykami i że nie wie, co robić. Autorki opisały też podstawowe objawy, jakie towarzyszą braniu konkretnych narkotyków.

## Nałogi i uzależnienia młodzieży



**Tytuł: Uzależnienie od komputera i Internetu dzieci i młodzieży**

**Autor: Paulina Chocholska, Małgorzata Osipczuk**

**Wydawnictwo: Hachette Polska**

**Rok wydania: 2009**

Praktyczny poradnik, który pomaga rozpoznać niepokojące zachowania, wyjaśnia przyczyny uzależnienia, uczy, jak mądrze korzystać z komputera i Internetu. Napisany jest językiem współczesnych nastolatków, z elementami komputerowego slangu, co być może zachęci młodzież do jego przeczytania

To książka o tym: czy kilka godzin dziennie przed komputerem to już uzależnienie czy tylko hobby, czy zablokować strony pornograficzne i pełne przemocy, dlaczego dziecko ucieka w Internet i kiedy należy zareagować?



**Tytuł: Uzależnienie od siebie.**

**Dlaczego trudno się zmienić i co można na to poradzić?**

**Autor: Noah Blumenthal**

**Wydawnictwo: Wydawnictwo Helion**

**Rok wydania: 2009**

W pewnym momencie każdy z nas dochodzi do wniosku, że konieczne jest przeprowadzenie w życiu jakiejś ważnej reformy. Czujesz, że masz w sobie dużo dobrych chęci i wystarczającą dawkę silnej woli, a mimo to trudno ci wyzbyć się złych przyzwyczajzeń? Zastanawiasz się, dlaczego tak się dzieje?

Jesteś swoim własnym nałogiem! Co to znaczy? Wszystkie niekorzystne zachowania stały się twoimi nawykami, stąd tak trudno wprowadzić jakąkolwiek zmianę. To, co cię zatruwa, przybiera różne oblicza — może to pracoholizm? Wewnętrzna agresja? Strach przed podjęciem ryzyka? Odkładanie spraw na później? Lenistwo? Łakomstwo? A może zupełnie inna autotrucizna? Jeśli naprawdę chcesz dokonać efektywnego przewrotu w swoim życiu, Noah Blumenthal pokaże ci krok po kroku, jak zrobić to



**Tytuł: Dzieci konsoli**

**Autor: Hilarie Cash, Kim McDaniel**

**Wydawnictwo: Media Rodzina**

**Rok wydania: 2014**

Gry komputerowe to świetna rozrywka, ale dziecko może się od nich uzależnić - wpaść w nałóg. Jak do tego nie dopuścić? Autorzy definiują, jakie gry są odpowiednie dla poszczególnych grup wiekowych, jak oddziałują na rozwój dziecka, mówią, co robić, gdy dziecko zbyt długo siedzi przed komputerem, kiedy powiedzieć „dość” i dlaczego.

## Nałogi i uzależnienia młodzieży



**Tytuł: Uzależnienia medialne czyli o patologicznym wykorzystaniu mediów**

**Autor: Agnieszka Ogonowska**

**Wydawnictwo: Wydawnictwo Edukacyjne**

**Rok wydania: 2014**

Książka napisana przez prof. Agnieszkę Ogonowską, psychologa i medioznawcę, pracownika naukowego krakowskiego Uniwersytetu Pedagogicznego oraz prezesa Polskiego Towarzystwa Edukacji Medialnej.

Uzależnienia medialne to poradnik dotyczący coraz szerszego problemu - nieprawidłowego i dysfunkcyjnego wykorzystywania tzw. nowych mediów - w szczególności Internetu. Książka porusza problem uzależnień kompleksowo - opisując sposoby ich rozwoju, typy, przyczyny i źródła, nakreśla podstawowe czynniki sprzyjające nałogowi, a także drogi wyjścia z niego.

Skupia się nie tylko na problemach i sposobach ich przezwyciężenia, ale także na profilaktyce i działaniach służących przeciwdziałaniu powstawania uzależnień. Kompetentna, podana w przystępny oraz czytelny i nowoczesny sposób wiedza dla każdego, kto ma styczność ze współczesnymi technologiami.