



Как не умереть молодым

**Список методических статей
в помощь педагогу
по профилактике различных видов
зависимостей среди учащихся**

Профилактика зависимого поведения

- 1. Бакланов К.В. Профилактика аддиктивных девиаций // Не будь зависим : Скажи НЕТ наркотикам, алкоголю, курению, игромании : информационно – методический журнал. – 2022. - №9. – С. 43 - 48.**

«В профилактике аддикций важна оперативность, быстрота действий. У подростков, школьников аддиктивные девиации развиваются стремительно. В этом их опасность. У взрослого это может продолжаться десятилетиями, у подростка – порой несколько месяцев, год. И все, зависимость сформировалась, тогда уже труднее будет что – то сделать.»
К.В. Бакланов.

О том, какие факторы риска способствуют формированию зависимости, как формируется механизм зависимости, а также об основных направлениях профилактической работы. рассказывает кандидат педагогических наук Константин Владимирович Бакланов.

- 2. Попова Ю. Rap – Star – наркоман // Не будь зависим : Скажи НЕТ наркотикам, алкоголю, курению, игромании : информационно – методический журнал. – 2022. - №9. – С. 17 - 20.**

Автор пишет о популярных рэп – исполнителях, которые употребляли наркотики, за что сильно поплатились. В статье приводятся биографии русскоязычных рэперов, безвременно ушедших или попавших в тюрьму из – за наркотиков.

«Так что насчет порошков я понял, насколько меня это убивает, и сейчас...у меня и мысли не возникает что – то принять, понюхать. Это очень, очень опасно.» Алишер Моргенштерн

- 3. Практики профилактики // Не будь зависим : Скажи НЕТ наркотикам, алкоголю, курению, игромании : информационно – методический журнал. – 2022. - №9. – С. 13 - 16. – (Из опыта работы).**

В статье приводятся успешные практики противодействия алкоголизму и наркомании в России :

Республиканский антинаркотический проект «SaMoСтоятельные дети»(Татарстан), «Антинаркотический квест» (Иваново), квест – комната «Демоны молодости : история одной зависимости» (Иркутск), мобильное приложение «Тур по вредным привычкам»(Хабаровск). Можно позаимствовать интересные идеи для своих проектов.

- 4. Приступа Е.И. Профилактика зависимого поведения // Не будь зависим : Скажи НЕТ наркотикам, алкоголю, курению, игромании : информационно – методический журнал. – 2022. - №9. – С. 11 -23.**

В лекции доктора педагогических наук, профессора Елены Николаевны Приступы раскрываются психологические особенности детей, склонных к зависимости, факторы риска, задачи профилактики, полезные интернет – ресурсы.

- 5. Пьянство и наркомания : профилактика : [«круглый стол» «Права и законные интересы человека и гражданина при осуществлении профилактики алкоголизма и наркомании среди населения Москвы. Изменение поведенческих моделей»] // Не будь зависим : Скажи НЕТ наркотикам, алкоголю, курению, игромании : информационно – методический журнал. – 2022. - №2. – С. 2 - 12.**

Материалы круглого стола показывают проблему с разных сторон, можно выбрать материал для бесед и внеклассных занятий

Профилактика табакокурения

- 1. Бокова Е.А. Ароматный яд вейпов // Нарконет. - 2022. - №1. – С.16 - 23.- (Советует профессионал).**

Лекция для родителей врача – терапевта Екатерины Александровны Боковой о вреде модного в подростковой среде вейпинга .

«Идет по нарастающей увеличение доступности и вовлеченности детей в занятие вейпингом. Уже почти четверть учащихся старших классов имели опыт употребления электронных сигарет. И эти цифры только растут.» Е. Бокова

«Даже если из самых лучших побуждений подросток хочет выбрать безопасную форму курения и выбирает электронную сигарету, она имеет никотин и потому далеко небезопасна. Он так или иначе привыкает к никотину.» Е. Бокова

- 2. В будущее без никотина : [«круглый стол» на тему «Обсуждение законодательной инициативы «Будущее без никотина»] // Нарконет. - 2022. - №5. – С.4 – 28.**

Страшные факты о сигаретах, приведены научные эксперименты, исследования ученых, показывающие разрушительное влияние никотина на организм человека. Свое мнение высказывают врачи – психотерапевты, наркологи, пульмонологи. Много внимания участники круглого стола уделили развенчанию мифов о безвредности курения вейпов и кальянов.

- 3. Вред электронных сигарет // Нарконет. - 2022. - №5. – С.3**

Про электронные сигареты обычно говорят, что они помогают бросить курить, что они более безвредны, чем обычные сигареты. Однако исследования говорят об обратном. В статье приводятся факты о вреде электронных сигарет.

«Жидкости для вейпов содержат сотни химических веществ, некоторые известны своей токсичностью, а многие плохо изучены», - говорит профессор Эмили Бэнкс из Национального центра эпидемиологии и здоровья населения Австралийского национального университета.

4. Павлова О. Д. Профилактика табакокурения // Нарконет. - 2022. - №1. – С.9 - 15.

Лекция психолога для учеников 7- 8 классов. Детально описано негативное влияние никотина на организм человека, много внимания уделено альтернативным методам курения : снюсу, снафу, насваю, кальяну и вейпу. *«В электронных сигаретах и вейпах содержатся тот же никотин и ядовитые вещества, что и в обычных сигаретах»* О.Павлова

5. Простокишин А. Человек не рождается для курения // Нарконет. - 2022. - №1. – С.2 - 8.

Автор и ведущий программы «Рай истинный и ложный» на радио «Радонеж» рассказывает о современных методах лечения от табачной зависимости – иглоукалывании, использовании мобильного приложения «Я не курю».

Уважаемые педагоги!

*Все приведенные в списке статьи
есть в фонде Володарской центральной библиотеки.*

*Вы можете прийти в библиотеку лично
или заказать копию статьи по электронной почте volod_biblio@mail.ru,
через сайт МБУК "Володарская межпоселенческая библиотека"
<https://volodmb.ru/>*

Ждем вас!