Kierunki realizacji polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2019/2020:

PROFILAKTYKA UZALEŻNIEŃ W SZKOŁACH I PLACÓWKACH OŚWIATOWYCH – wybrana literatura ze zbiorów Biblioteki Pedagogicznej w Cieszynie

Diagnoza i profilaktyka uzależnień wśród młodzieży wyzwaniem dla społeczności lokalnej / red. nauk. Jan A. Malinowski. - Toruń : Wydawnictwo Edukacyjne Akapit, 2016.
W Cieszyn w 28591

Książka zawiera wybór artykułów odnoszących się do istoty uzależnień, ich uwarunkowań i diagnozy zjawiska oraz możliwości prowadzenia pracy pedagogicznej na rzecz przeciwdziałania uzależnieniom, a tam gdzie one już mają miejsce podejmowania skutecznej terapii.(fragment wstępu)

Dzieci ekranu : jak uzależnienie od ekranu przejmuje kontrolę nad naszymi dziećmi - i jak wyrwać je z transu / Nicholas Kardaras ; tłumaczenie Agnieszka Jarosz. - Warszawa : CeDeWu, 2018.
W Cieszyn w 29529

W tej książce, dr Nicholas Kardaras bada ogromny wpływ technologii - zwłaszcza technologii ekranowej, nieodpowiedniej dla młodego wieku, z całą tą jarzącą się wszechobecnością - na mózgi całego pokolenia. Badania przeprowadzone metodą neuroobrazowania dowodzą, że stymulujące jarzące się ekrany są tak samo dopaminergiczne (aktywujące dopaminę) dla ośrodka przyjemności w mózgu jak seks. Rosnąca liczba badań klinicznych koreluje technologię ekranu z takimi zaburzeniami jak ADHD, uzależnienia, niepokoje, depresja, wzmożona agresja, a nawet psychoza. Co jednak szokuje najbardziej, najświeższe badania przeprowadzone metodą neuroobrazowania nie pozostawiają wątpliwości, że nadmierne obcowanie z ekranem może neurologicznie uszkodzić rozwijający się mózg młodej osoby tak samo jak uzależnienie od kokainy. (fragment tekstu z okładki)

Zachowania ryzykowne i uzależnienia : zjawisko i uwarunkowania = Risk-taking behaviors and addiction : the phenomenon, its context and determinants / Mariusz Jędrzejko, Małgorzata Janusz, Marek Walancik. - Warszawa : Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR [etc.], 2013.
W Cieszyn w 26958

Publikacja uwzględnia pedagogiczne, psychologiczne, socjologiczne rozważania nad zachowaniami problemowymi i uzależnieniami młodego pokolenia, opisuje ich specyfikę oraz strategie ograniczania takich zachowań, kładąc szczególny nacisk na wychowanie moralne, rolę szkoły, rodziny w prowadzeniu systemowej profilaktyki. Po każdym z rozdziałów zamieszczono wykaz literatury z omawianego zakresu.(fragment wstępu)

Leczenie uzależnionej osobowości / Lee Jampolsky ; przeł. Aleksandra Wolnicka. - Wyd. 3. - Warszawa : Wydawnictwo Czarna Owca, 2014.
W Cieszyn w 27666

Książka porusza jeden z największych problemów współczesności – problem uzależnienia. Z roku na rok przybywa osób uzależnionych od alkoholu, narkotyków, seksu, hazardu, Internetu,

zakupów czy telewizji. Badania wskazują, że na terapię trafiają coraz młodsi ludzie. Wielu z nas zmaga się z chorobą bliskich tzw. współuzależnienie. Wstyd związany z chorobą uniemożliwia nawiązywanie bliskich relacji z innymi i często sprawia, że osoby dotknięte nałogiem boją się prosić o pomoc. To właśnie dla nich jest ta książka.(fragment tekstu z okładki)

Gdzie ci mężczyźni? / Philip G. Zimbardo, Nikita S. Coulombe ; przeł. Małgorzata Guzowska ; il. Igor Myszkiewicz. - Wyd. 1, 1 dodr. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2015.
W Cieszyn w 27606

Nowe trudności, na które napotykają chłopcy w zmieniającym się, niepewnym świecie, sprawiają, że wielu z nich wybiera wycofanie się w bezpieczne miejsce, gdzie mają kontrolę nad rezultatami własnych działań, nie muszą się obawiać odrzucenia i gdzie ich umiejętności są doceniane. Takim bezpiecznym miejscem są gry wideo i pornografia, które mają właściwości uzależniające. Rzucając światło na objawy i przyczyny tych ponurych trendów, mamy nadzieję wyjaśnić, jak doszliśmy do tego punktu oraz nakreślić kontekst dla rozwiązań. (fragment wstępu)

Alkohol / Iwona Niewiadomska, Marta Sikorska-Głodowicz. - Lublin : "Gaudium", 2004.
W Cieszyn w 23408

Książka została poświęcona wielostronnej analizie zagadnień używania, nadużywania, uzależnienie i współuzależnienia od alkoholu, a także możliwościom zapobiegania alkoholizmowi. Może służyć jako źródło informacji dla tych, którzy problemów z alkoholem nie spotkali, jak również dla tych, którzy przeżywają je na co dzień, głównie młodzieży, rodziców i wychowawców.(fragment wstępu)

Gry i hazard : uzależnienia dzieci w okresie dorastania / Mark Griffiths ; przekł. Anna Sawicka-Chrapkowicz. - Gdańsk : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2004.
W Cieszyn w 22338

Telewizja, komputery, Internet, gry i hazard – wszystkie te zdobycze współczesnej technologii mogą powodować uzależnienia. Autor książki, pisząc o powszechności tego zjawiska wśród dzieci i młodzieży, nakreśla profil uzależnionego dziecka, uczy, jak rozpoznać problem i jak sobie z nim poradzić. Książka zawiera testy i wskazówki przydatne każdemu rodzicowi oraz wychowawcom, pedagogom i psychologom szkolnym. (opis z okładki)

Hazard / Iwona Niewiadomska, Małgorzata Brzezińska, Bernadeta Lelonek. - Lublin : Wydawnictwo KUL : "Gaudium", 2005.
W Cieszyn w 23410

Celem publikacji jest przybliżenie zagadnień związanych z hazardem, a w szczególności uzależnienie od gier losowych. Warto, aby z jej treścią zapoznali się rodzice i wychowawcy, ponieważ dzieci i młodzież stanowią grupę wysokiego ryzyka uzależnienia od tego typu aktywności. (fragment wstępu)

Jedzenie / Iwona Niewiadomska, Agnieszka Kulik, Agnieszka Hajduk. - Lublin : Wydawnictwo KUL : "Gaudium", 2005.
W Cieszyn w 23412

Analizując problemy występujące w anoreksji, bulimii, otyłości czy zespole gwałtownego objadania się, można wysnuć wniosek, że występują w nich cechy spełniające kryteria uzależnienia o charakterze czynnościowym, szczególnie dysfunkcje okresowej lub stałej kontroli zachowań. W książce ukazano czynniki doprowadzające do zaburzeń odżywiania, skutki utraty kontroli nad jedzeniem, sposoby leczenia, profilaktykę oraz mity dotyczące jedzenia. (fragment wstępu)

Kulty publiczności / Iwona Niewiadomska, Mirosław Kalinowski, Dariusz Sikorski. - Lublin : Wydawnictwo KUL : "Gaudium", 2005.
W Cieszyn w 23411

W związku z rosnącą popularnością kultów publiczności pojawia się wiele pytań: Co zawiera oferta kultów szerokiego zasięgu? Kto kupuje oferowane produkty lub usługi? Czy można uzależnić się od zastępczych form religijności? Jakie mogą być skutki uzależnienia tego typu? W jaki sposób można przeciwdziałać angażowaniu się w ofertę kultową? Próba odpowiedzi na postawione pytania jest zawarta w niniejszej książce. (fragment wstępu)

Media / Joanna Chwaszcz, Małgorzata Pietruszka, Dariusz Sikorski. - Lublin : Wydawnictwo KUL : "Gaudium", 2005.
W Cieszyn w 23413

Środki masowego przekazu stanowią współcześnie istotny czynnik kształtujący kulturę społeczną i postawy ludzi. Stają się także przedmiotem badań i dyskusji na gruncie wielu dziedzin nauki. Książka koncentruje się na analizie psychologicznych mechanizmów oddziaływania mediów na człowieka oraz konsekwencjach ich nadużywania. Nowym nurtem badań psychologicznych są badania uzależnień od środków masowego przekazu. Zależność ta ma charakter psychiczny, a jej skutki ujawniają się we wszystkich sferach funkcjonowania człowieka. W niniejszej pracy kolejno omówiono funkcje poszczególnych mediów i specyfikę ich funkcjonowania. (opis z okładki)

Narkotyki i uzależnienia : wszystko, o czym należy wiedzieć / Helmut Kuntz ; [tł. Paweł Wieczorek]. - Warszawa : Wydawnictwo Edukacyjne Parpamedia, cop. 2009.
W Cieszyn w 24939

Kompendium wiedzy na temat nałogowych zachowań, w tym alkoholizmu i narkomanii. Zawiera prosty przewodnik po świecie środków odurzających, podaje ryzyko uzależnienia i jego rodzaj, sposoby badania obecności narkotyków w organizmie, sposoby leczenia i terapii. W prosty i interesujący sposób opisuje rozwój młodego człowieka oraz tłumaczy, w jaki sposób zaburza go zażywanie narkotyków bądź alkoholu. Podpowiada opiekunom, co robić, gdy zauważą, że dziecko zażywa substancje narkotyczne. Książka przeznaczona zarówno dla rodziców, pedagogów, jak i dzieci. (opis z okładki)

Patologia fonoholizmu : przyczyny, skutki i leczenie uzależnienia dzieci i młodzieży od telefonu komórkowego / Stanisław Kozak. - Warszawa : "Difin", 2013.
W Cieszyn w 27483

Książka dotyczy uzależnienia od telefonu komórkowego dzieci, młodzieży i dorosłych. Autor w ujęciu interdyscyplinarnym ukazuje przyczyny, skutki i sposoby ograniczania i leczenie fonoholizmu w rodzinach i szkołach.(opis z okładki)

Pierwotna profilaktyka uzależnienia od alkoholu : przegląd wybranych strategii i programów / Dorota Chlebio-Abed. - Katowice : "Śląsk", 2000.
Czytelnia Cieszyn cz 21709

Prezentowana książka ma na celu pomoc w poznaniu pracy prewencyjnej i może być przydatna szerokiemu gronu odbiorców zainteresowanych oddziaływaniami profilaktycznymi, a w szczególności studentom kierunków socjologicznych i pedagogicznych o specjalności praca socjalna, pracownikom socjalnym, policjantom, pedagogom szkolnym, wolontariuszom, a także politykom społecznym.(opis z okładki)

Profilaktyka uzależnień / [aut. Beata Kiełbasa ; red. merytoryczna Katarzyna Mitka, Natalia Szala]. - Sosnowiec : Wydawnictwo Projekt-Kom, cop. 2007.
W Cieszyn w 24148, 24149, 24150

Publikacja adresowana jest do młodzieży. Podpowiada, co robić, by nie pić, nie brać, być zadowolonym z siebie człowiekiem. (fragment wstępu)

Seks / Iwona Niewiadomska [i in.]. - Lublin : Wydawnictwo KUL : "Gaudium", 2005.
W Cieszyn w 23407

Treść książki ma na celu ukazanie czynników doprowadzających do powstania erotomanii, mechanizmu regulującego zachowania osoby uzależnionej oraz wielowymiarowe skutki utraty kontroli nad sferą seksualną. W sposób szczególny zwrócono uwagę na fakt, że seksualność należy rozpatrywać w kontekście wielowymiarowego funkcjonowania człowieka. (fragment wstępu)

Tytoń / Czesław Cekiera. - Lublin : Wydawnictwo KUL : "Gaudium", 2005.
W Cieszyn w 23409

Książka została poświęcona zarówno wielostronnej analizie zagadnień związanych z paleniem i uzależnieniem od nikotyny, jak również możliwościom zapobiegania tego typu problemom. (fragment wstępu)

Uzależnienia : geneza, terapia, powrót do zdrowia / Bohdan T. Woronowicz. - Poznań : Harbor Point Media Rodzina ; Warszawa : Wydawnictwo Edukacyjne Parpamedia, cop. 2009.
W Cieszyn w 25364

Najwięcej miejsca poświęca autor w tej książce alkoholizmowi. Mechanizmy rządzące uzależnieniami są jednak bardzo podobne. Na przykładzie uzależnienia od alkoholu stara się ułatwić zrozumienie takich zjawisk jak lekomania, narkomania, hazard, pracoholizm, uzależnienie od zakupów, seksoholizm, żarłoczność, siecioholizm. (fragment wstępu)

Uzależnienia : przyczyny i terapia / Heinz-Peter Röhr ; przeł. Łukasz Masny. - Poznań : Wydawnictwo Polskiej Prowincji Dominikanów "W drodze", 2013.
W Cieszyn w 28064

Alkoholizm, lekomania czy seksoholizm to oznaki problemów, które tkwią głęboko we wnętrzu człowieka. Osoby uzależnione muszą się bezpośrednio skonfrontować ze swoim nałogiem. Jedynie to zachowanie pozwoli im zachować trwałą abstynencję. (opis z okładki)

Uzależnienia behawioralne : wybrane aspekty / red. nauk. Mariusz Z. Jędrzejko, Mirosław Kowalski, Bronisław P. Rosik ; Akademia Humanistyczna im. A. Gieysztora w Pułtusku. - Wyd. 2 zm., poszerz., uzup. - Pułtusk : Akademia Humanistyczna im. Aleksandra Gieysztora ; Warszawa : Oficyna Wydawnicza Aspra-JR, 2015.
W Cieszyn w 27790

Monografia podejmuje niezwykle ważne i aktualne problemy stale narastających uzależnień behawioralnych. Autorzy rozdziałów pokazują ogromny zakres problemu, jego etiologię, skutki i nowe trendy. Podjęta została także próba poszukiwania najlepszych rozwiązań w zakresie ich zapobiegania. Książka jest adresowana do bardzo szerokiego grona czytelników: nauczycieli, rodziców, pracowników placówek pomocowych. (opis z okładki)

Uzależnienia komputerowe : diagnoza, rozpowszechnienie, terapia / Andrzej Augustynek. - Warszawa : "Difin", 2010.
W Cieszyn w 25440

W pracy tej uzależnienie od komputera, wyodrębnione spośród innych uzależnień opisane zostało od strony diagnozy, rozpowszechniania i terapii. Czytelnik otrzymuje monografię psychologiczną, zawierającą aktualną wiedzę wzbogaconą badaniami i doświadczeniem terapeutycznym autora. (opis z okładki)

Uzależnienia medialne czyli O patologicznym wykorzystaniu mediów i ich wpływie na nasze zdrowie oraz życie naszych dzieci / Agnieszka Ogonowska. - Kraków : Wydawnictwo Edukacyjne, 2014.
W Cieszyn w 27621

Publikacja adresowana do nauczycieli, wychowawców, rodziców, pedagogów i psychologów szkolnych, którzy jako pierwsi mogą zaobserwować niepokojące zmiany w zachowaniach swoich podopiecznych i odpowiednio wcześnie na nie zareagować, by nie doszło bardziej zaawansowanych etapów i dramatycznych skutków nałogu.(fragment wstępu)

Uzależnienia od substancji psychoaktywnych / Krzysztof Zajączkowski. - Warszawa : Wydaw. Szkolne i Pedag, 2003.
W Cieszyn w 22493, 29392

Książka przeznaczona dla nauczycieli, wychowawców, rodziców. Zawiera podstawowe informacje na temat środków psychoaktywnych, ich wpływu na organizm, przedstawia system profilaktyki w Polsce oraz krótką charakterystykę szkolnych programów profilaktycznych. (opis z okładki)

Uzależnienie od czynności : mit czy rzeczywistość? / Nina Ogińska-Bulik. - Warszawa : "Difin", 2010.

W Cieszyn w 25441

Książka poświęcona jest omówieniu takich uzależnień behawioralnych jak:: pracoholizm, internetoholizm, jedzenioholizm, zakupoholizm i patologiczny hazard. W kolejnych rozdziałach dokonano charakterystyki zjawiska, wskazano na mechanizmy rozwoju uzależnienia, przedstawiono skutki nadmiernego angażowania się w czynności o charakterze kompulsywnym, a przede wszystkim omówiono czynniki sprzyjające ich rozwojowi. W odniesieniu do każdego z analizowanych rodzajów holizmów przedstawiono badania własne, wskazujące na ich powiązania ze zmiennymi podmiotowymi, odnoszącymi się do osobowości człowieka, jego temperamentu, przeżywanych emocji, odczuwanego stresu czy preferowanych strategii radzenia sobie z nim. (Z recenzji prof. dr hab. Lucyny Golińskiej)

Uzależnienie od narkotyków : od teorii do praktyki terapeutycznej / red. Anna Kurzeja. - Warszawa : "Difin", 2012.
WCieszyn w 26259

Dostępność środków psychoaktywnych, częstotliwość ich zażywania i poważne, negatywne konsekwencje zarówno indywidualne, jak i społeczne, wymagają zintensyfikowania działań profilaktycznych i terapeutycznych. Opracowana przez grono specjalistów książka, porządkująca i zbierająca dotychczasowy dorobek naukowo-badawczy, a także oparty na praktyce konkretnego doświadczenia pracy z osobami uzależnionymi, może być w tym względzie autentyczną pomocą. Przydatność tego polega na uzupełnianiu wiedzy teoretycznej, kształtowaniu praktycznych działań profilaktycznych i terapeutycznych oraz trosce o relacje osób uzależnionych z najbliższymi. (Z recenzji dr hab.Urszuli Dudziak)

Uzależnienie od komputera i internetu u dzieci i młodzieży / Paulina Chocholska, Małgorzata Osipczuk. - Warszawa : "Hachette", 2009.
W Cieszyn w 25085

Książka dla rodziców o tym, czy kilka godzin dziennie przed komputerem to już uzależnienie, czy tylko hobby? O tym, czy zablokować strony pornograficzne i pełne przemocy? Oraz dlaczego dziecko ucieka w internet i kiedy należy zareagować? Praktyczny poradnik napisany językiem współczesnych nastolatków, zawierający dodatkowo testy pozwalające rodzicom określić, które zachowania powinny ich zaniepokoić. (opis: empik.com)

Wyłącz zanim będzie za późno : uzależnienie od komputera i internetu / Petra Schuhler, Monika Vogelgesang ; przekł. Paweł Kaźmierczak, Elżbieta Sierosławska, Izabela Walczak. - Kraków : Wydawnictwo WAM, cop. 2014.
W Cieszyn w 27074

W tej książce terapeuci omawiają symptomy, przyczyny i skutki uzależnienia od komputera i Internetu. Opisują też autentyczne doświadczenia i terapie swoich pacjentów. Wnikliwie wyjaśniają słownictwo używane w grach komputerowych i na różnych portalach oraz wpływ kryjących się za nim treści na ludzką psychikę. Całość została wzbogacona materiałami graficznymi obrazującymi poszczególne zagadnienia. To doskonały poradnik dla tych, którzy szukają dróg wyjścia z problemów z komputerem i dla terapeutów. Również bliscy osób uzależnionych znajdą tu cenne wskazówki.(opis z okładki)

Z nosem w ekranie : szklana pułapka czy szansa na rozwój twojego dziecka? / Anya Kamenetz ; przekład Monika Malcherek. - Warszawa : MT Biznes, 2019.

W Cieszyn w 29889

Książka stanowi odpowiedź jak znaleźć równowagę pomiędzy technologią a prawdziwym życiem. Zawarte w niej zwięzłe, lecz wymowne wskazówki stanowią podstawę, dzięki której rodzice będą mogli określić właściwą rolę technologii w życiu dzieci, ograniczyć własne obawy, a także znaleźć dla szczęśliwych chwil zarówno z udziałem technologii, jak i bez niej.(opis z okładki)

Zajęcia psychoedukacyjne dla współuzależnionych : scenariusze / Mirosława Kisiel. - Wyd. 2 popr. - Warszawa : Instytut Psychologii Zdrowia. Polskie Towarzystwo Psychologiczne, 2001.
W Cieszyn w 28444

Współuzależnienie to taki sposób reagowania na silnie stresową sytuację współżycia z alkoholikiem, który powoduje postępujące uwikłanie w tę sytuację. Autorka przedstawia konspekty zajęć, które mogą być wykorzystane w proponowanej formie lub stanowić inspirację dla terapeutów pracujących z osobami współuzależnionymi.(fragment wstępu)

Czasopisma dostępne w czytelni:

Świat Problemów : miesięcznik poświęcony profilaktyce i rozwiązywaniu problemów alkoholowych / [red. nacz. Jacek Morawski ; na zlec. Pełnomocnika Ministra Zdrowia i Opieki Społecznej ds. Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych]. - Marki-Struga : "Michalineum", 1993-.

Alkoholizm i Narkomania / Polskie Towarzystwo Psychiatryczne, Instytut Psychiatrii i Neurologii ; [red. nacz. Jacek Moskalewicz]. - Warszawa : Polskie Towarzystwo Psychiatryczne : Instytut Psychiatrii i Neurologii, 2007-.
Serwis Informacyjny Narkomania / [red. nacz. Olaf Mejer-Zahorowski]. - Warszawa : Biuro ds. Narkomanii, 1997-2016.

Serwis Informacyjny Uzależnienia / [red. nacz. Piotr Jabłoński] ; Ministerstwo Zdrowia. - Warszawa : Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, 2017-.

On line
https://neurogroove.info
https://hyperreal.info

Polskie portale poświęcone tematyce narkotyków i alkoholu. Zawierają szczegółowe informacje na temat działania psychicznego i fizycznego różnych substancji psychoaktywnych, ich składu chemicznego, tolerancji organizmu, możliwych konsekwencji przedawkowania bądź efektów występujących po połączeniu różnych używek. Zawierają też tzw. tripraporty czyli relacje osób zażywających, w których opisują co działo się z ich organizmem podczas bycia na haju.(M. Frasunkiewicz, Do przeczytania…, Dyrektor Szkoły 2019 nr 8, s.64)

Oprac.: dr Jadwiga Picha - Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka w Bielsku-Białej
Filia w Cieszynie