

Министерство культуры Воронежской области

Государственное бюджетное учреждение культуры Воронежской области  
«Воронежская областная универсальная научная библиотека  
имени И. С. Никитина»

Справочно-библиографический отдел

# ВСЯ ПРАВДА О ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧКАХ

Библиографический список литературы



Составитель: Л. Н. Малимон

Воронеж  
2024

УДК 016:613  
ББК 51.204.0я1  
В 86

Печатается по решению  
редакционно-издательского совета  
ВОУНБ имени И. С. Никитина  
Председатель совета – Л. В. Символокова

Составитель: Л. Н. Малимон  
Редактор: М. Ю. Назаренко

В 86 Вся правда о вредных привычках : библиографический список литературы / Воронежская областная универсальная научная библиотека имени И. С. Никитина ; составитель Л. Н. Малимон ; редактор М. Ю. Назаренко. – Воронеж : ВОУНБ имени И. С. Никитина, 2024. – 11 с.

Здоровье – одна из самых важных составляющих полноценной и счастливой жизни. Здоровый образ жизни способствует сохранению и укреплению здоровья. На здоровье влияет множество факторов – правильное питание, двигательная активность и, конечно, отсутствие вредных привычек.

Вредные привычки служат причиной множества заболеваний. Они снижают работоспособность, сокращают продолжительность жизни, отрицательно сказываются на здоровье будущих детей. Спиртное, табак и наркотики губят не только организм, но и внутренний мир человека, вызывают физическую и психологическую зависимость.

Библиографический список содержит учебные пособия, практические и методические рекомендации, программы психологической поддержки, тренинги отечественных и зарубежных авторов, хранящиеся в фондах Никитинской библиотеки, посвящённые здоровому образу жизни, противодействию наркотической, алкогольной и табачной зависимостям.

## Литература

1. **Айзман, Р. И.** Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Р. И. Айзман, В. Б. Рубанович, М. А. Суботялов. – Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2009. – 214 с. – Текст : непосредственный.
2. **Арямов, А. А.** Антинаркотическая политика : учебное пособие / А. А. Арямов, М. М. Голиченко. – Москва : Юстиция, 2021. – 149 с. – Текст : непосредственный.
3. **Аронов, Д. М.** Твой и наш враг: правда об алкоголе / Д. М. Аронов. – Москва : Физкультура и спорт, 1986. – 111 с. – Текст : непосредственный.
4. **Артюнина, Г. П.** Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Г. П. Артюнина ; Псковский государственный педагогический университет им. С. М. Кирова. – Москва : Мир : Академический проект, 2009. – 766 с. – Текст : непосредственный.
5. **Барденштейн, Л. М.** Алкоголизм, наркомании, токсикомании : учебное пособие / Л. М. Барденштейн, Н. П. Герасимов, Ю. Б. Можгинский [и др.]. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2009. – 64 с. – Текст : непосредственный.
6. **Березин, С. В.** Наркомания глазами семейного психолога : учебное пособие для вузов / С. В. Березин, К. С. Лисецкий. – Санкт-Петербург : Речь, 2005. – 238 с. – Текст : непосредственный.
7. **Бессер-Зигмунд, К.** Бросить курить: НЛП-программа психологической поддержки / К. Бессер-Зигмунд. – Санкт-Петербург : Вернера Регена, 2007. – 95 с. – Текст : непосредственный.
8. **Бобров, А. Е.** Профилактика алкоголизма и наркоманий в семье и школе: практические рекомендации / А. Е. Бобров. – 2-е изд., доп. – Москва : Психотерапия, 2016. – 188 с. – Текст : непосредственный.
9. **Бочаров, В. В.** Особенности личностного и семейного функционирования родственников наркозависимых / В. В. Бочаров, А. М. Шишкова. – Санкт-Петербург : Нестор-История, 2016. – 335 с. – Текст : непосредственный.
10. **Брюн, Е. А.** Практическая психология зависимости / Е. А. Брюн, А. В. Цветков. – Москва : Наука, 2014. – 293 с. – Текст : непосредственный.
11. **Буркин, М. М.** Основы наркологии : учебное пособие / М. М. Буркин, С. В. Горанская. – Петрозаводск : Карелия, 2002. – 192 с. – Текст : непосредственный.
12. **Горски, Т. Т.** Путь выздоровления: план действий для предотвращения срыва : перевод с английского / Т. Т. Горски. – Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2013. – 159 с. – Текст : непосредственный.

13. **Гусева, Н. А.** Тренинг предупреждения вредных привычек у детей / Н. Р. Гусева ; редактор Л. М. Шипицына. – Санкт-Петербург : Речь, 2005. – 256 с. – Текст : непосредственный.
14. **Данилин, А. Г.** Homo Servus: человек зависимый / А. Г. Данилин. – Москва : Zebra E, 2009. – 575 с. – Текст : непосредственный.
15. **Джонсон, В.** Как заставить наркомана или алкоголика лечиться: руководство для родных и близких тех, кто страдает от химической зависимости / В. Джонсон. – Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2002. – 128 с. – Текст : непосредственный.
16. **Дурасова, Т. Б.** Слышу как стучится беда... : о методах борьбы с алкоголизмом / Т. Б. Дурасова. – Ленинград : Лениздат, 1989. – 124 с. – Текст : непосредственный.
17. **Егоров, А. Ю.** Возрастная наркология : учебное пособие / А. Ю. Егоров ; Институт специальной педагогики и психологии международного университета семьи и ребенка имени Рауля Валленберга. – Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2002. – 272 с. – Текст : непосредственный.
18. **Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д.** Психотерапия зависимостей: метод сказкотерапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – Санкт-Петербург : Речь, 2010. – 174 с. – Текст : непосредственный.
19. **Зойя, Л.** Наркомания: патология или поиск инициации? / Л. Зойя. – Москва : Добросвет, 2007. – 208 с. – Текст : непосредственный.
20. **Иванова, Н. А.** Наркотики: выход есть! / Н. А. Иванова, Н. Е. Бирун. – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 224 с. – Текст : непосредственный.
21. **Исмуков, Н. Н.** Без наркотиков. Программа предупреждения и преодоления наркотической и алкогольной зависимости / Н. Н. Исмуков. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2001. – 384 с. – Текст : непосредственный.
22. **Как уберечь детей от наркотиков и алкоголя** / С. Шварцфельд, У. Уилсон. – Москва : РИПОЛ КЛАССИК, 2004. – 192 с. – Текст : непосредственный.
23. **Карр, А.** Никотиновый заговор / А. Карр. – Москва : Хорошая книга, 2008. – 218 с. – Текст : непосредственный.
24. **Карр, А.** Как стать счастливым некурящим: вдохновение на каждый день / А. Карр. – Москва : Хорошая книга, 2008. – 365 с. – Текст : непосредственный.
25. **Карр, А.** Легкий способ бросить пить / А. Карр. – Москва : Хорошая книга, 2020. – 262 с. – Текст : непосредственный.
26. **Ключников, С. Ю.** Пьянство: программа спасения / С. Ю. Ключников. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – 188 с. – Текст : непосредственный.
27. **Козачук, И. В.** Физиологические основы здорового образа жизни : учебное пособие / И. В. Козачук, И. М. Воронин. – Тамбов : Издательский дом ТГУ имени Г. Р. Державина, 2009. – 110 с. – Текст : непосредственный.

28. **Козлов, В. В.** Руководство по спасению наркомана, или Краткий курс выживания / В. В. Козлов. – Москва : Институт Психотерапии, 2002. – 58 с. – Текст : непосредственный.
29. **Колесов, Д. В.** Антинаркотическое воспитание : учебное пособие / Д. В. Колесов. – Москва : МПСИ, 2006. – 224 с. – Текст : непосредственный.
30. **Колесов, Д. В.** Предупреждение вредных привычек у школьников / Д. В. Колесов. – Москва : Педагогика, 1982. – 159 с. – Текст : непосредственный.
31. **Кольцова, О. В.** Психология работы с наркозависимыми / О. В. Кольцова. – Санкт-Петербург : Речь, 2007. – 159 с. – Текст : непосредственный.
32. **Конюкова, М.** Победить наркоманию: дорога из ада / М. Конюкова ; при поддержке общественной организации «АЗАРИЯ» – Матери против наркотиков. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. – 158 с. – Текст : непосредственный.
33. **Котляров, А. В.** Другие наркотики, или HomoAddictus: человек зависимый / А. В. Котляров. – Москва : Психотерапия, 2006. – 468 с. – Текст : непосредственный.
34. **Коробкина, З. В.** У опасной черты / З. В. Коробкина. – Москва : Мысль, 1991. – 218 с. – Текст : непосредственный.
35. **Курек, Н. С.** Нарушения психической активности и злоупотребление психоактивными веществами в подростковом возрасте / Н. С. Курек ; Научно-исследовательский институт наркологии Министерства здравоохранения РФ. – Санкт-Петербург : Алетей, 2001. – 225 с. – Текст : непосредственный.
36. **Лицом к лицу с наркоманией:** перемены идут, перемены возможны: истории семей, столкнувшихся с наркоманией. Говорят матери. Анализирует социолог / Региональная благотворительная общественная организация «Азария» («Матери против наркотиков») ; Г. И. Саганенко. – Санкт-Петербург, 2005. – 327 с. – Текст : непосредственный.
37. **Ле Вер, С.** Как избавиться от вредных привычек / С. Ле Вер, Г. Макклейн ; перевод В. Г. Панова. – Москва : АСТ :Астрель, 2004. – 323 с. – Текст : непосредственный.
38. **Левин, Б. М.** Мнимые потребности / Б. М. Левин, М. Б. Левин. – Москва : Политиздат, 1986. – 126 с. – Текст : непосредственный.
39. **Лекции по наркологии** / под редакцией Н. Н. Иванца. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Нолидж, 2000. – 435 с. – Текст : непосредственный.
40. **Лозовой, В. В.** Профилактика зависимостей: опыт создания системы первичной профилактики / В. В. Лозовой, О. В. Кремлева, Т. В. Лозовая. – Москва : Альянс Принт, 2011. – 448 с. – Текст : непосредственный.

41. **Майтова, В. М.** Исповедь матери бывшего наркомана: как защитить детей от наркотиков: эссе, размышления, проект, опыт профилактической работы / В. М. Майтова, О. В. Майтова. – Москва : Советский спорт, 2000. – 447 с. – Текст : непосредственный.
42. **Маккенна, П.** Бросайте курить прямо сейчас! Без риска набрать лишний вес / П. Маккенна ; перевод с английского Е. В. Колосовой. – Москва : РИПОЛ классик, 2010. – 191. – Текст : непосредственный.
43. **Мехтиханова, Н. Н.** Психология зависимого поведения : учебное пособие / Н. Н. Мехтиханова. – Москва : Флинта : МПСИ, 2008. – 154 с. – Текст : непосредственный.
44. **Минко, А. И.** Наркология в вопросах и ответах : справочник практикующего врача / А. И. Минко, И. В. Линский. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2003. – 480 с. – Текст : непосредственный.
45. **Мирошниченко, Л. Д.** Наркотики и наркомания : энциклопедический словарь / Л. Д. Мирошниченко. – Москва : Перо, 2014. – 401 с. – Текст : непосредственный.
46. **Моисеев, В. С.** Алкоголь и болезнь сердца / В. С. Моисеев, А. А. Шелепин. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2009. – 168 с. – Текст : непосредственный.
47. **Морозов, М. А.** Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний : учебное пособие / М. А. Морозов. – 2-е изд., испр. и доп. – Санкт-Петербург : СпецЛит, 2013. – 175 с. – Текст : непосредственный.
48. **Назарова, Е. Н.** Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилов. – Москва : Академия, 2012. – 191 с. – Текст : непосредственный.
49. **Наркомания и незаконный оборот наркотиков:** вопросы теории и практики противодействия : учебное пособие / под редакцией С. Я. Лебедева. – Москва : Юнити-Дана, 2008. – 317с. – Текст : непосредственный.
50. **Неотложные состояния в наркологии** / под редакцией Б. Д. Цыганкова. – Москва : Медпрактика-М, 2002. – 168 с. – Текст : непосредственный.
51. **«Нет!» – вредным привычкам** / редактор-составитель Л. И. Жук. – Минск : Красико-принт, 2012. – 128 с. – Текст : непосредственный.
52. **Николаев, Л. А.** Профилактика наркоманий и сопутствующих заболеваний / Л. А. Николаев, Д. Л. Николаев. – Минск : Вышэйшая школа, 2002. – 207 с. – Текст : непосредственный.
53. **Николаева, Л. П.** Уроки профилактики наркомании в школе : пособие для учителя / Л. П. Николаева, Д. В. Колесов ; Российская академия образования [и др.]. – 2-е изд., стер. – Москва : МПСИ ; Воронеж : МОДЭК, 2009. – 64 с. – Текст : непосредственный.

54. **Никотиновая зависимость:** (психоактивные зависимости) / составитель Н. Н. Бойко. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Родная страна, 2009. – 198 с. – Текст : непосредственный.
55. **Отвагина, Т. В. СТОП! Наркотик** / Т. В. Отвагина. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2005. – 256 с. – Текст : непосредственный.
56. **Предупреждение подростковой и юношеской наркомании** / редакторы : С. В. Березин, К. С. Лисецкий. – Москва : Институт Психотерапии, 2003. – 256 с. – Текст : непосредственный.
57. **Пантюхова, Т. В. Здоровая нация – это мы: методическая эстафета проектов и программ** / Т. В. Пантюхова. – Москва : Либерея-Бибинформ, 2014. – 125 с. – Текст : непосредственный.
58. **Педагогика здоровья** : методический сборник : проектирование воспитательной работы по формированию культуры здорового образа жизни школьников / под редакцией О. Н. Подколзиной. – Москва : Школьные технологии, 2013. – 127 с. – Текст : непосредственный.
59. **Пивень, Б. Н. Веселье и похмелье: беседы врача о пьянстве и алкоголизме** / Б. Н. Пивень. – Барнаул : Алтайское книжное издательство, 1986. – 62 с. – Текст : непосредственный.
60. **Прентисс, К. Победи себя! Инновационная программа избавления от алкоголизма и других вредных привычек** / К. Прентисс. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2008. – 297 с. – Текст : непосредственный.
61. **Психиатрия и наркология** : учебник для вузов / Н. Н. Иванец, Ю. Г. Тюльпин, М. А. Кинкулькина. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2006. – 832 с. – Текст : непосредственный.
62. **Психиатрия и наркология** : учебное пособие / В. Д. Менделевич, С. Я. Казанцев, Е. Г. Менделевич [и др.] ; под редакцией В. Д. Менделевича. – Москва : Академия, 2005. – 366 с. – Текст : непосредственный.
63. **Психические болезни с курсом наркологии** : учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений / В. Д. Менделевич [и др.] ; редактор В. Д. Менделевич. – 2-е изд., стер. – Москва : Академия, 2005. – 240 с. – Текст : непосредственный.
64. **Психологические аспекты зависимостей.** Сборник научных статей : учебное пособие для вузов по специальности «Психология», «Клиническая психология» / под редакцией А. Ш. Тхостова и С. П. Елшанского. – Москва : Научный мир, 2005. – 112 с. – Текст : непосредственный.
65. **Пятницкая, И. Н. Общая и частная наркология** / И. Н. Пятницкая. – Москва : Медицина, 2008. – 637 с. – Текст : непосредственный.
66. **Пятницкая, И. Н. Подростковая наркология** / И. Н. Пятницкая, Н. Г. Найдёнова. – Москва : Медицина, 2002. – 256 с. – Текст : непосредственный.
67. **Родителям и педагогам: всё о наркомании: эффективные программы профилактики, сценарии и материалы для классных занятий** /

- Л. С. Горбатенко [и др.]. – 2-е изд. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2005. – 352 с. – Текст : непосредственный.
68. **Родионов, А. В.** Подросток и наркотики: выявление факторов зависимости от психоактивных веществ в работе с несовершеннолетними / А. В. Родионов, В. А. Родионов. – Ярославль : Академия развития, 2004. – 192 с. – Текст : непосредственный.
69. **Рожков, М. И.** Профилактика наркомании у подростков : учебно-методическое пособие / М. И. Рожков, М. А. Ковальчук. – Москва : ВЛАДОС, 2003. – 144 с. – Текст : непосредственный.
70. **Руководство по наркологии.** Т. 2 / под редакцией Н. Н. Иванца ; Научно-исследовательский институт наркологии Минздрава России. – Москва : Медпрактика-М, 2002. – 504 с. – Текст : непосредственный.
71. **Савина, Е. А.** «Я люблю его...»: семье и друзьям алкоголиков и наркоманов / Е. А. Савина. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : ГрифЪ [и др.], 2015. – 510 с. – Текст : непосредственный.
72. **Сирота, Н. А.** Профилактика наркомании и алкоголизма : учебное пособие / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский. – Москва : Академия, 2003. – 176 с. – Текст : непосредственный.
73. **Смирнова, Г. А.** Пить или не пить – быть или не быть... / Г. А. Смирнова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2010. – 91 с. – Текст : непосредственный.
74. **Соловей, И. Г.** Как преодолеть зависимость: практическая психология на основе Библии / И. Г. Соловей. – Минск : Харвест, 2007. – 508 с. – Текст : непосредственный.
75. **Трезвая экономика:** экономическая модель противодействия алко- и наркозависимости / О. А. Беклемищева. – Москва : Солтэкс, 2005. – 96 с. – Текст : непосредственный.
76. **Углов, Ф. Г.** Правда и ложь о разрешенных наркотиках / Ф. Г. Углов. – Москва : Концептуал, 2014. – 240 с. – Текст : непосредственный.
77. **Углов, Ф. Г.** Из плена иллюзий / Ф. Г. Углов. – Ленинград : Лениздат, 1986. – 286 с. – Текст : непосредственный.
78. **Ураков, И. Г.** К чему приводит пьянство / И. Г. Ураков. – Москва : Знание, 1986. – 60 с. – Текст : непосредственный.
79. **Фалковски, К.** Опасные наркотики / К. Фалковски. – Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2002. – 256 с. – Текст : непосредственный.
80. **Чирко, В. В.** Очерки клинической наркологии (наркомании и токсикомании: клиника, течение, терапия) / В. В. Чирко, М. В. Демина. – Москва : Медпрактика-М, 2002. – 240 с. – Текст : непосредственный.
81. **Ципоркина, И. В.** Практическая психология для подростков, или Вся правда о наркотиках / И. Ципоркина, Е. Кабанова. – Москва : АСТ-Пресс, 2008. – 286 с. – Текст : непосредственный.

82. **Шевердин, С. Н.** У опасной черты: как уберечь детей от алкоголя / С. Н. Шевердин. – Москва : Педагогика, 1985. – 159 с. – Текст : непосредственный.
83. **Шенбург, А.** Искусство бросить курить, не испортив настроения / А. Шенбург ; перевод с немецкого С. Городецкого. – Москва : Текст, 2009. – 156 с. – Текст : непосредственный.

## **Вся правда о вредных привычках**

Библиографический список литературы

Составитель: Л. Н. Малимон

Редактор: М. Ю. Назаренко

Компьютерная вёрстка: Л. Н. Малимон

Ответственный за выпуск: Л. В. Символокова

Оригинал-макет подготовлен  
справочно-библиографическим отделом ВОУНБ им. И. С. Никитина

Государственное бюджетное учреждение культуры Воронежской области  
«Воронежская областная универсальная научная библиотека имени  
И. С. Никитина»

Справочно-библиографический отдел, тел.: 8(473)255-07-26  
E-mail: [biblnb@yandex.ru](mailto:biblnb@yandex.ru)  
394018, г. Воронеж, пл. Ленина, 2