

Edukacja publiczna w zakresie uzależnień behawioralnych jako zadanie samorządów gminnych rekomendowane w Wytycznych Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom

Przeciwdziałasz uzależnieniom behawioralnym i nie tylko? Zrób to z nami!

Jednym z zadań rekomendowanych przez Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom (KCPU) jest „upowszechnianie wiedzy dotyczącej uzależnień behawioralnych, w tym wydawanie/**dystrybuowanie materiałów informacyjno – edukacyjnych** oraz prowadzenie kampanii społecznych”. W odpowiedzi na tę rekomendację Studio Profilaktyki Społecznej przygotowało pakiet 10 nowych broszur dotyczących problematyki uzależnień behawioralnych, przeciwdziałania przemocy i przeciwdziałania narkomanii, adresowanych do osób dorosłych, w tym do nauczycieli i rodziców, oraz – co jest absolutną nowością w naszej ofercie – **również 3 broszur adresowanych do młodzieży (12+ i 13+)**.

Broszury dotyczące problematyki alkoholowej oraz przeciwdziałania przemocy mogą być, poza gminnym programami, finansowane **również w ramach lokalnej, międzysektorowej polityki przeciwdziałania negatywnym szkodom związanym ze spożyciem alkoholu czyli z tzw. „małpek”**.

Publikacje, które Państwu przedstawiamy mogą być wykorzystane zarówno w edukacji publicznej, jak i w bezpośrednim kontakcie z młodzieżą, rodzicami, klientami – dostarczając im dodatkowych informacji, a także mogą motywować ich do podejmowania właściwych wyborów czy szukania pomocy.

Z przyjemnością informujemy, że **również w 2022 roku będziemy realizować dwa duże projekty wydawnicze dla Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom** jako zadania w ramach konkursów NPZ, dzięki czemu do wybranych odbiorców (OPS, POZ) trafi kilkaset tysięcy bezpłatnych broszur.

Zaufała nam również **Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych** (od 1 stycznia 2022 roku PARPA oraz KBPN połączyły się w **Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom**), która rekomendowała nasze broszury i książki, pozytywnie oceniając ich zawartość merytoryczną.

Mam nadzieję, że po raz kolejny w 2022 roku uznacie Państwo nasze broszury za wartościowy element edukacji uzupełniający Państwa działania w obszarze edukacji i profilaktyki problemów uzależnień.



Z krakowskim pozdrowieniem
Adam Rynkiewicz

Prezes Zarządu
Studio Profilaktyki Społecznej Sp. z o.o.

Żeby ułatwić Państwu wybór przedstawimy każdą z nich wraz z krótkim opisem zawartości.



w punktach konsultacyjnych, pracowników, pracowników i asystentów socjalnych, nauczycieli i kuratorów sądowych oraz policjantów.

Czym są uzależnienia behawioralne? Co sprawia, że dane zachowanie staje się uzależnieniem? Czy od każdego zachowania można się uzależnić? I w jaki sposób można pomóc osobie zmagającej się z tego rodzaju problemami? To najważniejsze pytania, na jakie odpowiada broszura. W części ostatniej poradnika można znaleźć pomocne adresy stron internetowych i numery telefonów, do których można kierować klientów.

Broszura jest przeznaczona dla służb i instytucji, które w swojej pracy mogą spotkać się z problemami uzależnień behawioralnych m.in. dla gminnych komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, grup roboczych, konsultantów



winna być także dostępna podczas rozmów klientów z gminną komisją rozwiązywania problemów alkoholowych i z grupami roboczymi.

Jednym z powszechnych uzależnień behawioralnych, zwłaszcza w grupie kobiet, jest zakupoholizm. Zaburzenie to niesie ze sobą wiele negatywnych konsekwencji zarówno finansowych, emocjonalnych czy społecznych. W broszurze omówiono sygnały ostrzegawcze wskazujące na problemowe kupowanie oraz wskazówki jak uniknąć tego rodzaju nałogu. W informatorze umieszczono także pytania kontrolne, dzięki którym każdy może przyjrzeć się swoim nawykom kupowania.

Broszura powinna zostać wykorzystana w szerokiej edukacji publicznej – warto przekazać ją do ośrodków pomocy społecznej, punktów informacyjno – konsultacyjnych, placówek leczenia uzależnień, placówek podstawowej opieki zdrowotnej itp. Po-



punktów informacyjno – konsultacyjnych, placówek leczenia uzależnień, placówek podstawowej opieki zdrowotnej itp. Powinna być także dostępna podczas rozmów klientów z gminną komisją rozwiązywania problemów alkoholowych i z grupami roboczymi.

Broszura zaadresowana do osób, które uprawiają hazard – grają w loterie (np. zdraпки lotto), gry liczbowe, zakłady bukmacherskie (wyścigi koni, rozgrywki sportowe, wyniki wyborów), automaty do gier, gry w kasynach stacjonarnych i online, gry w karty, w których można wygrać pieniądze, konkursy typu audiotele, loterie np. SMS-owe. **Każdy kto gra na pieniądze powinien upewnić się czy ta rozrywka nie stała się problemem.** W broszurze zawarte są testy przesiewowe oraz pytania ułatwiające autodiagnozę własnego stylu grania, a także informacje, gdzie szukać pomocy.

Broszura powinna zostać wykorzystana w szerokiej edukacji publicznej – warto przekazać ją do ośrodków pomocy społecznej,



Jednym z aktualnych zagrożeń młodzieży jest nadmierne korzystanie z telefonu,

Internetu, mediów społecznościowych i gier cyfrowych. W poradniku opisano sygnały, które powinny zaniepokoić rodziców i nauczycieli a także zawarto praktyczne porady i wskazówki, jak rozmawiać z dziećmi na temat nadmiernego korzystania ze smartfonów, Internetu i gier oraz jak pomóc im kształtować zdrowe zachowania w tym zakresie.

Poradnik należy przekazać szkołom i innym placówkom oświatowo – wychowawczym, w tym świetlicom socjoterapeutycznym, a za ich pośrednictwem również rodzicom.



Publikacja w skondensowany sposób omawia zjawisko cyberprzemocy wśród uczniów szkół rozumianego jako agresywne zachowania wobec rówieśników, nękanie i dręczenie w Internecie. Struktura poradnika obejmuje trzy główne części: wyjaśnienie kluczowych pojęć i przedstawienie skali zjawiska; profilaktyka cyberprzemocy; sposoby reagowania w sytuacji wystąpienia przemocy. Poradnik zawiera praktyczne porady i wskazówki do zastosowania w szkole i w domu dotyczące tego, jak radzić sobie z cyberprzemocą, w jaki sposób chronić dzieci i młodzież przed agresją w sieci i jak pomóc, gdy jej doświadczą.

Poradnik należy przekazać szkołom i innym placówkom oświatowo – wychowawczym, w tym świetlicom socjoterapeutycznym, a za ich pośrednictwem również rodzicom.



Internet, poza korzyściami edukacyjnymi i atrakcyjną formą spędzania czasu, niesie dla nastolatków wiele potencjalnych zagrożeń. Jedną z nich jest nękanie za pośrednictwem sieci, czyli tzw. cyberprzemoc. W publikacji zawarto wskazówki jak się przed nią chronić, gdzie można szukać pomocy i co można zrobić, jeśli jest się świadkiem prześladowania.

Poradnik zawiera praktyczne porady i wskazówki dla młodych ludzi doświadczających przemocy w sieci lub będących świadkami cyberbullyingu. Formuła i styl poradnika dostosowany jest do nastoletniego czytelnika (krótkie, zwarte teksty, prosty, zrozumiały język, konkretne wskazówki, przykłady, ciekawe dane „Czy wiesz, że...”, grafiki itp.)

Poradnik ten jest przeznaczony dla młodzieży – nastolatków od 12 roku życia, którzy korzystają z Internetu i mogą stać się

potencjalnymi ofiarami cyberprzemocy. Powinien zostać przekazany placówkom oświatowo – wychowawczym, w tym świetlicom socjoterapeutycznym, ale przede wszystkim powinien zostać przekazany szkołom do dalszej dystrybucji wśród młodzieży.



Co każdy nastolatek powinien wiedzieć o e-uzależnieniach, czyli krótki przewodnik po tym, jak nie zgubić się w sieci i korzystać z niej w sposób bezpieczny. Internet, sieci społecznościowe czy granie w gry komputerowe może przynosić pewne korzyści, takie jak poznawanie nowych osób, utrzymywanie relacji, z tymi, których już się zna czy poszerzanie swoich zainteresowań. Ale może także wiązać się z problemami. W poradniku znajdują się wskazówki jak korzystać z sieci, żeby ograniczyć potencjalne niebezpieczeństwa i w porę je rozpoznać.

Poradnik ten jest przeznaczony dla młodzieży – nastolatków od 12 roku życia, którzy korzystają już lub wchodzi do świata online i chcieliby czuć się w nim bezpiecznie. Powinien zostać

przekazany placówkom oświatowo – wychowawczym, w tym świetlicom socjoterapeutycznym, ale przede wszystkim powinien zostać przekazany szkołom do dalszej dystrybucji wśród młodzieży.



Alkohol jest najbardziej rozpowszechnioną substancją psychoaktywną wśród młodzieży. Celem publikacji jest zachęcenie nastolatków do dokonywania zdrowych dla siebie wyborów, a także skłonienie młodych odbiorców do autorefleksji. Nastolatki dowiedzą się m.in., jak alkohol działa na dojrzewający mózg i jak może to odbić się w przyszłości na nauce czy sprawności fizycznej oraz jakie skutki bezpośrednie wiążą się z eksperymentowaniem z alkoholem. W publikacji znajdują również praktyczne wskazówki, w jaki sposób mogą się chronić przed piciem poprzez asertywnie odmawianie, inwestowanie w rozwój osobisty i budowanie konstruktywnych relacji z innymi. Młodzi odbiorcy w publikacji znajdują również wskazówki dotyczące udzielania wsparcia i reagowania w sytuacjach, w których sami martwią o swoich przyjaciół używających lub eksperymentujących z alkoholem.

Poradnik ten jest przeznaczony dla młodzieży – nastolatków od 13 roku życia, którzy dowiedzą się z niego prawdy na temat alkoholu. Powinien zostać przekazany placówkom oświatowo – wychowawczym, w tym świetlicom socjoterapeutycznym, ale przede wszystkim powinien zostać przekazany szkołom do dalszej dystrybucji wśród młodzieży.



Wiek dojrzewania to okres, w trakcie którego młodzi ludzie są najbardziej narażeni na szkodliwe działanie różnych substancji psychoaktywnych i jednocześnie jest to okres na jaki przypada eksperymentowanie z narkotykami. Dlatego uważność dorosłych na tego rodzaju zagrożenie jest kluczowa. Publikacja stanowi uzupełnienie i aktualizację wiedzy rodziców i nauczycieli na temat rodzajów narkotyków, sposobów ich przyjmowania przez młodzież, objawach ich użycia i konsekwencjach zdrowotnych.

Informator jest adresowany przede wszystkim do nauczycieli i rodziców, ale mogą z niego korzystać również inne osoby zajmujące się tematyką narkotyków np. członkowie gminnych

komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, pracownicy socjalni, przedstawiciele organizacji pozarządowych itp.



Poradnik należy przekazać szkołom i innym placówkom oświatowo – wychowawczym, w tym świetlicom socjoterapeutycznym a za ich pośrednictwem również rodzicom.

W publikacji omówiono dwa zasadnicze kwestie: okres dojrzewania jako szczególny czas w życiu nastolatków w kontekście sięgania przez nich pod substancje psychoaktywne oraz sposoby reagowania i inne działania chroniące młodych ludzi przez zagrożeniami wynikającymi z eksperymentowania z narkotykami. Wiedza na temat czynników ryzyka i czynników chroniących przed podejmowaniem zachowań ryzykownych pozwoli przekonać rodziców i nauczycieli, że wbrew temu co manifestuje młody człowiek, mają lub mogą mieć wpływ na jego zachowanie i wybory jakich dokonuje. W części praktycznej publikacji odbiorcy znajdą również odpowiedzi, jak mogą rozpoznawać niepokojące sygnały oraz w jaki sposób przeprowadzić rozmowę interwencyjną w trudnej sytuacji związanej z użyciem substancji psychoaktywnych.



konsekwencji..., ale nie dla dziecka tylko dla rodzica, bo dziecko się nie poskarży, nie opowie nikomu o sytuacji w domu.

Broszura ta porusza bardzo ważne zagadnienie jakim są relacje rodzinne i ich znaczenie dla prawidłowego rozwoju dziecka. Miłość, poczucie bezpieczeństwa, szacunek, akceptacja, otwartość to filary tych relacji. Zaprezentowane w niej treści jasno sprzeciwiają się potocznemu przekonaniu, że „bez bicia nie wychowasz”. Przemoc nie jest metodą wychowawczą, po pierwsze jest nieskuteczna, a po drugie pociąga za sobą negatywne konsekwencje. Czyli rodzic chcąc coś „naprawić”, skorygować np. jakieś zachowanie dziecka stosując „metody wychowawcze” oparte na przemocy może doprowadzić do innych problemów np. natury wychowawczej, emocjonalnej, związanych z poczuciem wartości dziecka. Jak powiedziała psychoterapeutka Alice Miller – z dzieckiem do 3 roku życia można zrobić wszystko (stosować przemoc) bez negatywnych

Przemoc nie jedno ma imię, ta broszura jest adresowana do rodziców, opiekunów i wychowawców, u których postępowanie się przemocą wynika z braku umiejętności, z niewiedzy, że można inaczej, którzy jednak są wrażliwi i mają chęć zmiany swojego modelu wychowawczego.



Broszura zaadresowana jest do osób spożywających napoje alkoholowe. Każdy kto należy do grona konsumentów napojów alkoholowych powinien upewnić się, czy jego picie nie stało się problemem.

Poznanie swojego wzoru picia może zmotywować do jego ograniczenia, albo w przypadku podejrzenia uzależnienia, może ułatwić decyzję o konsultacji w placówce leczenia uzależnień.

Broszura stanowi narzędzie edukacji publicznej w zakresie oceny własnego sposobu picia alkoholu i powinna trafić do szerokiego grona mieszkańców gminy oraz do przedstawicieli pomocy społecznej, Policji, Straży Miejskiej, pracowników komunikacji publicznej, itp... Wykonywanie pewnych zawodów

z jednej strony ze względu na stres wiąże się z większym ryzykiem sięgania po alkohol a z drugiej wymaga spożywania alkoholu na poziomie picia o niskim ryzyku szkód.



alkoholowych w procedurze zobowiązania do leczenia odwykowego

Publikacja omawia istotę uzależnienia, jego mechanizmy, a także pokazuje możliwości pomocy dla osób uzależnionych. Lepsze zrozumienie samego uzależnienia może ułatwić osobom uzależnionym podjęcie decyzji choćby o konsultacji w placówce odwykowej. Może być także pomocne dla bliskich osób uzależnionych, którzy przeżywają niepokój, bezradność i złość, widząc jak ich małżonkowie czy partnerzy piją i jak zmienia się ich funkcjonowanie.

Publikacja powinna zostać przekazana do ośrodków pomocy społecznej, punktów informacyjno – konsultacyjnych, placówek leczenia odwykowego itp. Powinna być także dostępna podczas rozmów klientów z gminną komisją rozwiązywania problemów



Powinna być także dostępna dla rodzin podczas rozmów z gminną komisją w procedurze zobowiązania do leczenia odwykowego.

Publikacja omawia wpływ uzależnienia na funkcjonowanie rodziny – dorosłych i dzieci. Odpowiada na pytania, jakie działania są efektywne w radzeniu sobie z pić osoby bliskiej, a jakie nie przyniosą oczekiwanych rezultatów. Omawia zjawisko współuzależnienia, czyli adaptację do trudnej sytuacji, jaką jest pić bliskiej osoby. Wskazuje także, gdzie rodziny z problemem alkoholowych mogą uzyskać pomoc i dlaczego warto z niej skorzystać.

Publikacja zaadresowana jest do członków rodziny osoby pijącej i powinna zostać przekazana do placówek leczenia odwykowego, ośrodków pomocy społecznej, punktów informacyjno-konsultacyjnych itp.



W broszurze znajdują się **podstawowe informacje na temat profilaktyki używania substancji psychoaktywnych – jakie są jej cele, na czym polega profilaktyka w szkole, jakie strategie profilaktyczne są skuteczne a jakich działań należy unikać ze względu na brak potwierdzonej efektywności.**

Szkoły mają obowiązek realizować zajęcia profilaktyczne a informacje zawarte w publikacji podpowiadają jakie programy wybierać i jak oceniać skuteczność różnych ofert profilaktycznych. Wiedza przedstawiona w broszurze jest oparta na Systemie Rekomendacji Programów Profilaktycznych i Promocji Zdrowia Psychicznego, prowadzonego przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii,

Państwową Agencją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Ośrodek Rozwoju Edukacji oraz Instytut Psychiatrii i Neurologii.



Broszura pozwala lepiej zrozumieć rodzinom czym jest procedura, jak przebiega i jakie są jej ograniczenia.

Powinna być przekazana wnioskodawcom podczas rozmowy z gminną komisją. Nie zawsze rodziny, które wnioskują o zobowiązanie, ze względu na stres, są w stanie zapamiętać wszystkie informacje przekazane podczas rozmowy z komisją, a broszura porządkuje informacje i można zawsze do niej sięgnąć.



Publikacja adresowana jest do rodziców i uczy ich w jaki sposób mogą wspierać abstynencję swojego dziecka. Zwraca uwagę na role środowiska rodzinnego w kształtowaniu zachowań związanych ze spożywaniem alkoholu. Pokazuje jakie sygnały ostrzegawcze powinno zaniepokoić rodziców i jak można rozmawiać z dziećmi na temat picia alkoholu.

Alkohol jest najczęściej wybieraną substancją psychoaktywną przez dzieci i młodzież, dlatego ważne jest odpowiednie przygotowanie rodziców, zwłaszcza w okresie przed wakacyjnym.

Broszura powinna być dostępna w szkołach i zostać przekazana rodzicom na przykład podczas wywiadówek.



Broszura w sposób przystępny opisuje zjawisko przemocy i mechanizmy psychologiczne utrudniające wyjście z krzywdzącego związku. Lepsze rozumienie zjawiska przemocy może zmotywować osoby krzywdzone do poszukiwania pomocy i ochrony siebie i swojej rodziny.

Broszura powinna być dostępna w każdym miejscu, do którego mogą trafić ofiary przemocy: ośrodki pomocy społecznej, komisariaty policji, sądy, punkty informacyjno-konsultacyjne i inne miejsca użyteczności publicznej.

Publikacja powinna być przekazana także po spotkaniu z grupą roboczą i po rozmowie z gminną komisją w procedurze zobowiązania do leczenia odwykowego, ponieważ bardzo często członkowie rodziny inicjujący procedurę doświadczają także przemocy ze strony osoby uzależnionej.



Broszura jest zaadresowana do szerokiego grona odbiorców, w tym do kobiet w ciąży oraz do kobiet planujących ciążę.

Powinna zostać przekazana m.in. do placówek pomocy społecznej, poradni leczenia uzależnień, poradni zdrowia, w tym poradni ginekologicznych, a także punktów konsultacyjnych, ośrodków interwencji kryzysowej, itp. Rola ginekologów i położnych jest kluczowa w edukowaniu kobiet na temat uszkodzeń poalkoholowych u dziecka, dlatego przynajmniej te dwie grupy powinny zostać wyposażone w materiały edukacyjne które mogą przekazać swoim pacjentkom.



Stanowi zbiór podstawowych informacji na temat realizacji procedury „Niebieskie Karty” i wybranych prawnych aspektów przeciwdziałania przemocy w rodzinie. Prezentuje podstawowe narzędzia prawne służące ochronie osób dorosłych i dzieci przed krzywdzeniem.

Broszura powinna być dostępna w każdym miejscu, do którego mogą trafić ofiary przemocy domowej i świadkowie: ośrodki pomocy społecznej, komisariaty policji, sądy, punkty informacyjno-konsultacyjne i inne miejsca użyteczności publicznej. Publikacja powinna być przekazana także po spotkaniu z grupą roboczą i po rozmowie z gminną komisją w procedurze zobowiązania do leczenia odwykowego.



Broszura adresowana jest do sprzedawców napojów alkoholowych, ale także do tych wszystkich osób, które odpowiadają w gminach za ograniczanie dostępności alkoholu osobom niepełnoletnim. Broszura zawiera praktyczne wskazówki ułatwiające sprzedawcom przestrzeganie prawa.

Publikacja powinna zostać przekazana do każdego punktu sprzedaży napojów alkoholowych dla każdego sprzedawcy!

Może zostać wysłana do przedsiębiorców lub przekazywana podczas kontroli punktów sprzedaży.

Samorządy cenią nasze publikacje za:

- Prosty i zrozumiały język
- Treści oparte o aktualną wiedzę
- Dostosowanie do grupy docelowej
- Konkretny i precyzyjny przekaz
- Dostarczenie rzetelnej wiedzy i motywowanie do szukania dalszej pomocy

Zamówienia prosimy składać poprzez stronę

www.wydawnictwosps.pl lub poprzez www.sps.org.pl lub po wypełnieniu załączonego Formularza

W razie pytań prosimy o kontakt z biurem: 12 636 92 85 w godzinach od 7.30-15.30 lub drogą elektroniczną: wydawnictwo@sps.org.pl