CZU 159.922.7/.8:613.83

<https://doi.org/10.52507/2345-1106.2021-2.26>

PROFILAXIA NARCOMANIEI ÎN VÂRSTA PREADOLESCENȚĂ

ABRAHAM Pavel,

doctor în drept, profesor universitar,
Universitatea din București
președinte al Alianței Internaționale Antidrog,
România
<https://orcid.org/0000-0002-4010-1899>

VÎRLAN Maria,

doctor în psihologie, conferențiar universitar,
UPS "Ion Creangă", Chișinău
<https://orcid.org/0000-0001-6843-2609>

REZUMAT

Consumul de droguri printre adolescenți și copii este o problemă medico-pedagogică actuală. În profilaxia și depistarea la timp a consumatorilor de droguri și alte substanțe cu efect stupefiant printre elevii instituțiilor de învățământ preuniversitar sunt obligate să participe toate persoanele, implicate în procesul de educație a copiilor și adolescenților: educatorii, pedagogii, părinții, medicii. Depistarea elevilor consumatori de droguri și altor substanțe cu efect stupefiant trebuie efectuată prin colaborarea conducerii instituțiilor de învățământ preuniversitar și universitar cu instituții necrologice, cabinetele pentru adolescenți din policlinici și organele de poliție [6].

Cuvinte-cheie: profilaxie, narcomanie, vârsta preadolescenței

PROPHYLAXIS OF NARCOMMANY IN PRE-ADOLESCENT AGE

ABRAHAM Pavel,

PhD of law, university professor,
University of Bucharest,
President of the International Anti-Drug Alliance,
Romania
<https://orcid.org/0000-0002-4010-1899>

VÎRLAN Maria,

PhD of psychology, associate professor,
UPS "Ion Creanga", Chisinau
<https://orcid.org/0000-0001-6843-2609>

SUMMARY

Drug use among adolescents and children is a current medical-pedagogical problem. In the prophylaxis and timely detection of drug users and other substances with narcotic effect among students of pre-university institutions are required to participate all persons involved in the education of children and adolescents: educators, pedagogues, parents, doctors. The detection of students using drugs and other substances with narcotic effect must be carried out through the

collaboration of the management of pre-university and university educational institutions with narcological institutions, the offices for adolescents in polyclinics and the police [6].

Key words: prophylaxis, drug addiction, preadolescence.

Securitatea psihologică a preadolescenților presupune asigurarea unor condiții prielnice de creștere și dezvoltare a acestora. Realitatea arată implicarea multor tineri de această vârstă în consumul substanțelor care pot crea dependență. Este îngrijorător faptul că vârsta consumatorilor de substanțe este în descreștere din an în an.

Substanțele narcotice exercită o acțiune specifică asupra sistemului nervos central, legată de schimbarea raportului dintre procesele de excitație și inhibiție în diferitele lui segmente. Cea mai sensibilă este scoarța cerebrală și centrii subcorticali, mai puțin sensibile cât măduva spinării și în deosebi bulbul rahidian (prelungirea măduvei spinării, care ocupă porțiunea de la baza craniului), unde sunt situați centrii nervoși vitali, și în primul rând centrii respirator și circulator.

Substanțele narcotice exercită asupra sistemului nervos, ce duce la starea numită euforie. Starea de euforie este periculoasă prin aceea, că repetându-se, îl îndeamnă pe om să caute mereu această senzație; el este gata la orice acțiune, numai ca să capete această substanță, care îl readuce la starea de euforie. În consecință apare o patimă, chiar boală, numită narcomanie. Pericolul ce-l prezintă narcomania constă în faptul că omul caută să se rupă de realitate, își schimbă atitudinea față de lumea înconjurătoare, își distruge tot sistemul de orientare.

În activitatea de depistare a consumului de droguri la elevi trebuie efectuate anumite măsuri profilactice de evitare a narcomaniei la elevi: - educația antinarcotică; - examenul profilactic, participarea medicului psihiatru-necrolog; - depistarea consumatorilor de droguri din contingentul total al "grupe de risc". Direcția principală a profilaxiei primare a narcomaniei la elevi este educația antinarcotică, care trebuie efectuată de toți pedagogii indiferent de funcție și specialitate. În instituțiile de învățământ preuniversitar și universitar este necesar de a crea o atmosferă de intoleranță față de consumul de droguri. Pedagogii instruiți în domeniul combaterii narcomaniei la cursuri speciale, trebuie să țină lecții cu părinții și elevii, cu scopul familiarizării lor în problemele narcomaniei și formării motivațiilor social adecvate. O atenție deosebită solicită elevii din „grupa de risc”. Din această grupă fac parte elevii mari. Acești elevi sunt: - elevii cu ereditate agravată în plan narcologic; - elevii cu comportament delictiv; - elevii din familii incomplete, conflictuoase, în care se face abuz de alcool, droguri. Acești elevi se iau la evidență profilactică la punctele medicale ale școlilor și se află sub supravegherea activă a personalului medical, în vederea abandonării consumului și creării motivațiilor negative față de acestea.[6]

Toxicomania. Educația în domeniul prevenirii și combaterii consumului de droguri a început la începutul anilor 70. Aceasta a fost concepută ca un ansamblu larg de activități dirijate, care urmărește să multiplice oportunitățile pentru dezvoltarea intelectuală, emoțională a tinerilor. S-a dovedit însă relativ repede

că programele de informare asupra drogurilor și a efectelor lor modifică sistemul de cunoștințe al indivizilor, dar foarte rar modifică și comportamentul. Uneori, chiar dimpotrivă, această „strategie a fricii” conduce la valorizarea conduitelor de risc și face să crească frecvența luărilor de contact cu drogul de către tineri. Informarea cu privire la droguri făcută sistematic în școală, le poate trezi elevilor interesul pentru fructul oprit, la vârsta la care orice modalitate de rezistență față de autoritatea adulților e definită ca bună. În schimb, informarea părinților poate fi mai eficientă, pentru că le permite modelarea unei atitudini adecvate față de droguri, pornind de la cazurile prezentate în mass-media, fără să dramatizeze fenomenul consumului de droguri [13].

După J. Bergeret, în prevenirea toxicomaniei trebuie evitate patru greșeli, și anume:

- credința în puterea de descurajare a fricii,
- credința în eficiența utilizării discursurilor,
- credința în forța abordărilor represive și
- cea în accentul pus pe aspectul cantitativ al

problemei, a cărei gravitate reală este de ordin calitativ [1].

Referitor la realizarea *activității preventive prin educație*, se cunosc azi trei abordări principale:

a) **o abordare directă**, centrată pe substanțele folosite; în cadrul activităților educative școlare și extrașcolare se clarifică diverse aspecte legate de natură și utilizarea drogurilor; cunoștințele referitoare la diversele categorii de substanțe psiho-active vor fi transmise prin intermediul cursurilor speciale, al modulelor educative de igienă și sănătate, al educației moral-civice, al educației relative la calitatea vieții etc.;

b) **o abordare alternativă**, centrată pe mediul familial și școlar al elevului; aceasta pleacă de la ipoteza că abuzul de droguri este frecvent o expresie a inadaptării, ca și violențele, vandalismul etc.; scopul urmărit este facilitarea inserției sociale a elevilor și se atinge prin: ameliorarea vieții școlare, diversificarea ofertei de activități complementare în școală, activități recreative, organizarea de activități social – utilitare etc.;

c) **o abordare indirectă și selectivă**, în care acțiunea educativă este individualizată, adresată subiecților vulnerabili, promovată de specialiști în psihoterapie; în egală măsură, abordarea indirectă poate viza și sensibilizarea personalului educativ, a părinților, astfel încât conduita acestora să susțină efortul adaptativ al subiectului [1].

Un studiu realizat pe un eșantion de elevi adolescenți din România și din Republica Moldova, vizând identificarea percepției și atitudinilor elevilor față de consumul de droguri, a scos în evidență faptul că elevii percep ca principali *factori inhibitori interni ai toxicomaniei* tăria de caracter, voința, maturitatea, conștientizarea pericolului pe care îl presupune consumul de droguri și existența unui ideal de viață;

principalii *factori inhibitori externi* sunt, în opinia elevilor, gradul de cultură și educație, teama sau respectul față de părinți și caracteristicile mediului în care trăiesc (respectiv, în care fie le sunt satisfăcute nevoile, fie nu există resurse pentru implicarea în consumul de droguri) [3].

În opinia adolescenților din țara noastră, măsurile eficiente de prevenire a consumului de droguri ar fi:

- existența serviciilor de psihoterapie și consiliere în școli;
- disponibilitatea psihologului școlar față de elevii cu probleme;
- sancțiunile consistente pentru traficanți;
- sancționarea severă a consumurilor de droguri;
- realizarea de campanii de informare în mass-media asupra efectelor consumului de droguri;
- implicarea familiilor în supravegherea conduitei tinerilor;
- eficientizarea controlului vamal;
- multiplicarea posibilităților de dezintoxicare.

La rândul lor, profesorii și părinții chestionați au indicat ca factori inhibitori ai consumului de droguri:

- cultivarea sincerității în relația părinți – copii;
- educarea și informarea realizate de profesori, școală, mass – media;
- discernământul și maturitatea de gândire ale tinerilor;
- sărăcia.

Demn de semnalat este faptul că profesorii cred că **familia** este cea care deține rolul central în **educația antidrog**. În același timp și părinții nutresc aceeași convingere. Părinții și profesorii înțeleg rolul exemplului personal al părinților, rolul comunicării eficiente în familie, rolul controlului financiar și al supravegherii cercului de prieteni de către părinți în prevenirea consumului de droguri. Atât profesorii, cât și părinții consideră că rolul școlii se reduce la informarea în privința drogurilor și la formarea gândirii critice. Și părinții, ca și profesorii, așteaptă mai mult de la mass – media, dar nu par a aștepta o implicare a sistemului juridic sau a organelor de control social în stoparea fenomenului toxicomaniei [3].

N. Tobler a realizat o metaanaliză a 143 programe de prevenire a consumului de droguri, pentru a evalua eficiența acestora; autoarea a ajuns la concluzia că *programele folosite pentru prevenirea consumului de droguri pot fi împărțite în următoarele categorii:*

a) **programe centrate pe cunoștințe**; acestea pornesc de la premisa că o mai bună informare va schimba atitudinea elevilor și va reduce consumul de droguri, scop în care se transmit informații despre efectele pe termen lung ale consumului de droguri, bazate pe tactici de înfricoșare ;

b) **strategii centrate pe latura afectivă** ; acestea pornesc de la premisa că anumiți factori psihologici sunt cei care generează vulnerabilitatea elevilor și îi aduc pe aceștia în situații de risc ; de aceea, asemenea strategii pun accentul pe consolidarea stimei

de sine, pe dezvoltarea abilităților sociale ale elevilor, pe clarificarea valorilor, fără a face nici o mențiune despre droguri ;

c) **programe bazate pe influența socială și pe abilități sociale** ; acestea pornesc de la premisa că influența prietenilor este factorul de risc major în debutul în toxicomanie ; aceste programe își propun :

- să dezvolte capacitatea elevilor de rezistență la presiunile grupului, folosind modele de rol dezirabile, oferite de convârșnici ;

- să dezvolte abilitățile sociale ale elevilor, cum ar fi capacitatea de a rezolva probleme, de a lua decizii, etc.; acest gen de programe oferă diverse oportunități ca elevii să-și dezvolte abilitățile de comunicare, să folosească feedback-ul, să clarifice valorile care sunt implicate într-o situație socială și să învețe strategii de adaptare ;

d) **strategii centrate pe cunoștințe și afectivitate** ; acestea se bazează pe premisa că atât cunoștințele, cât și atitudinile și valorile pot schimba comportamentul elevilor ; ele oferă informații despre droguri și formează capacitatea de luare a deciziilor la elevi ;

e) **strategii alternative** ; acestea se întemeiază pe considerarea relației complexe dintre consumul de droguri, eșecul școlar și delinquența, oferind :

- o diversitate de activități realizate în școală, ce urmăresc să înlocuească comportamentele negative cu altele pozitive, manifestate în contextul activităților valorizate de elevi, cum ar fi cele profesionale și de voluntariat ;

- instruirea elevilor cu un nivel înalt de implicare în toxicomanie despre cum să devină competenți social și școlar, compensând abilitățile deficitare cu ajutorul modelelor de formare diverse.

Analizând durata efectelor acestor preventive, Tobler a descoperit că programele bazate pe influența socială și pe intervenția la nivelul grupului de convârșnici sunt cele mai eficiente, urmate apoi de strategiile alternative; *programele informaționale nu au nici un efect* [4].

Un exemplu de program educativ antidrog apreciat în SUA pentru eficiența sa este proiectul D.A.R.E. (Drug Abuse Resistance Education), care abordează problema prevenției toxicomaniei într-un mod creativ și provocator. Scopul urmărit de programul respectiv este să le formeze copiilor din școala elementară abilitățile specifice pentru a rezista presiunii grupului de prieteni și a nu consuma alcool, droguri sau tutun. Pentru prima dată, proiectul D.A.R.E. a fost elaborat în 1983, în urma colaborării dintre poliția din Los Angeles și autoritatea școlară locală, și, datorită rezultatelor sale, în prezent 52% din districtele școlare din SUA l-au adoptat. În cadrul acestui program, ofițerii de poliție, îmbrăcați în uniformă, predau un curriculum formal (de tip curriculum-nucleu) în clasele de elevi, de-a lungul a 70 de ore (o oră de curs săptămânal) ; proiectul D.A.R.E. acordă o atenție specială elevilor din clasele gimnaziale, precum și celor care urmează să treacă în liceu, momentelor în care presiunea din partea convârșnicilor este maximă, iar riscul consumului de droguri este cel mai mare.

De obicei, proiectul D.A.R.E. se realizează în combinație cu alte programe ce urmăresc prevenirea violenței bandelor, formează capacitatea de rezolvare a conflictelor, programe de educație a părinților sau programe curriculare recreative [8].

Organizarea măsurilor profilactice ale narcomaniei în vârsta preadolescenței este foarte actuală, deoarece din contul preadolescenților și tinerilor, în fond, se completează rândurile narcomanilor.

În opinia autorilor (F. Zimbardo, Leaippe M (2000), sistemul existent de măsuri profilactice influențează slab asupra formării montajelor la preadolescenți față de problemele narcomaniei. Cauzele principale, în opinia autorilor rezidă în:

1) înclinarea evidentă spre îmbogățirea elevilor cu cunoștințe concrete de modul sănătos de viață, care nu schimbă în mare măsură, însuși atitudinea față de problema narcomaniei, nu-și găsesc implementare în comportament. Este nevoie de o activitate specială, orientată la schimbarea la elevi a sistemului de valori.

2) materialul prezentat la activitățile profilactice, consacrate acestei probleme nu corelează cu maștabul celui pericol real, pe care narcomania îl are în rândul subculturii preadolescenților [9].

Autorul D.V. Iarțeva propune o experiență nouă de organizare a măsurilor de profilaxie cu preadolescenți, care permit mai eficient să schimbe montajele personalității lor față de problema narcomaniei [10].

S-au organizat lecțiile cu elemente de training de dezvoltare a personalității. Scopul acestor activități este însușirea deprinderilor psihologice concrete, care au semnificație profilactică [11].

În organizarea acestei lecții trebuie respectate în opinia autorului R. Smid următoarele reguli:

1. În primul rând elevul are dreptul să-și exprime numai propria opinie.

2. Se interzice reutilizarea concluziilor neargumentate, de exemplu: "Toate fetele sunt superficiale" etc.

3. La activitatea de grup trebuie respectat principiul sincerității (adică, dacă elevul a hotărât să spună ceva, trebuie să fie sincer, în caz contrar, se reține de la afirmare).

4. Principiul manifestării stimei față de vorbitor [12].

În psihologia socială procesul de schimbare a montajelor este strâns legat de procesul de convingere, care, în opinia autorilor are câteva etape:

■ prezentarea informației persoanei (grupe) către care te atachezi;

- atragerea atenției la informație;
- înțelegerea informației;
- acceptarea concluziei dictate de informație;
- consolidarea montajului nou;
- transferul montajului asupra comportamentului.

Blocul de ocupații referitoare la dependența de droguri trebuie să asigure parcurgerea tuturor acestor etape expuse mai sus. La fiecare ocupație de grup trebuie să se creeze condiții pentru parcurgerea unei etape de schimbare a montajului.

La prima etapă (prezentarea informației), preadolescenții fac cunoștință cu regulile și li se comunică montajul de tipul: "Eu pot deveni narcoman".

În opinia autorilor conștientizarea de către preadolescent a posibilităților dependenței de droguri duce la confruntarea cu consecințele reale ale acestei dependențe. Sarcina psihologului în acest moment rezidă în accentuarea caracterului neatrăgător, respingător al folosirii drogurilor.

În continuare preadolescenții de sine stătător analizează lista posibilelor cauze ale folosirii drogurilor (interes, dorință de a plăcea, situația critică, situația de violență, rugămintea persoanei dragi, influență de informație, mijloc de manifestare).

Apoi se analizează nivelul implicării fiecărui elev conform factorilor evidențiați mai sus după o scală de 10 puncte. Aici este important ca fiecare preadolescent să conștientizeze clar posibilitatea și pericolul folosirii drogurilor. Când grupei i se prezintă posibilele cauze de folosire a drogurilor se face o analiză detaliată și ilustrată, când psihologul aduce exemple reale ori situații modelate, când preadolescenții au folosit droguri datorită acestor factori.

La etapa a doua sarcina psihologului rezidă în faptul că el trebuie să atragă atenția preadolescenților la posibilitățile lor de a fi implicați în rândul narcomanilor. Elevilor li se propune să-și imagineze și să descrie pe scurt în scris reprezentările proprii despre viitorul lor referitor la carieră, familie, comunicare și grija de sănătate. Concomitent li se propune să facă notițe referitoare la faptul, cum li s-ar schimba așteptările lor, dacă ei ar fi narcomani. [2]

După aceasta urmează o discuție în formă: "Dacă nu voi folosi droguri, atunci cariera mea În caz contrar".

La etapa a treia are loc jocul de rol. Grupa se împarte în perechi. Preadolescenții cu numărul unu iau rolul de intervievator-expert. Sarcina lor este de a evidenția cât de corect este înțeleasă de către partener montajul dat. Se poate face cu ajutorul propozițiilor neterminate după schemă:

✚ "Ai înțeles, că narcomania

✚ "Frica de a deveni narcoman poate fi

✚ "Ți-i clar că folosirea drogurilor

✚ "Ți-ai încrezut în faptul că narcomanii.....".

✚ "Știi că narcomanii.....".

✚ "Succesul în viață și drogurile.....".

✚ "Crezi tu oare că drogurile.....".

✚ "E clar că viața cu droguri.....".

✚ "Ești tu oare încrezut

După rezultatele interviului se organizează o discuție și la tablă se înregistrează ideile de bază ale preadolescenților. Esența discuției se reduce la faptul că narcotizarea – este un real pericol al oricărei personalități indiferent de faptul de care opinii se conduce ea și cărei clase sociale îi aparține [2].

La etapa a patra se organizează o activitate frontală. Este un exercițiu preluat din cartea autorului R. Fopeli "Calea spre scop". Psihologul propune instrucția: "Gândiți-vă, vă rog asupra faptului că fiecare din voi întâmplător ori destul de conștient poate fi implicat în dependența de droguri. Spuneți clar pentru sine: "Eu pot deveni narcoman, dar voi face tot posibilul să nu se întâmple aceasta". Acum așezați –vă comod și închideți ochii. Luați de câteva ori mai mult aer în plămâni și fie că cu această respirație să înlăturați încordarea care este în corpul vostru. Încercați să vă concentrați asupra frazei: "Eu pot deveni narcoman, dar voi face tot posibilul ca să nu se întâmple aceasta" [13].

În conștiința voastră lăsați să apară tabloul ori imaginea care simbolizează pentru voi această frază. Este simbolul vostru personal, individual și el poate fi oricum: un obiect din natură, un animal etc. (30 secunde).

În continuare imaginați-vă că aveți în față o cărare lungă și dreaptă care duce spre vârful unei munte. ...și de asupra muntelui vedeai anume aceea imagine, care simbolizează fraza dată. Dar de ambele părți ale cărării simți prezența diferitor puteri-puteri, care încearcă să vă abată din drum, să vă împiedice ca să ajungeți la vârful muntelui (1 minută).

Aceste puteri pot face totul ce doresc ele. Ele nu pot doar una – să distrugă cărarea dreaptă ca rază de soare, care vă luminează în față.

Puterile doresc să vă sperie, să vă provoace sentimentul de culpă. Vor încerca să vă lipsească de încredere, bărbăție și vă vor aduce argumente, ce vor demonstra că, nu are sens să mergeți mai departe. (1 minută).

Dar voi puteți să vă manifestați voința puternică și să mergeți înainte pe cărare, fără ca să vă abateți. Puteți să vorbiți ceva cu cei care încearcă să vă abată, dar după asta continuați-vă din nou calea și simțiți că sunteți plini de viață, plini de voință... (3 min.).

Dar când ați ajuns în vârful muntelui, priviți la imaginea, care deja vă aparține. Simțiți prezența ei. Ascultați ce vă poate spune ea acum ... (1 minută).

A sosit momentul să treceți pe planul doi. Luați cu voi ceea ce este pentru voi mai important și treptat întoarceți-vă înapoi. Deschideți ochii, îndreptați-vă ... Apoi scrieți toate ideile despre puterile care doresc să vă abată din

drum..."

Este important ca în timpul îndeplinirii acestui exercițiu să se creeze în grupă o atmosferă serioasă. La sfârșit se organizează discuția de grup, când participanții povestesc despre imaginile, senzațiile, emoțiile și sentimentele pe care le-au trăit în timpul îndeplinirii exercițiului.

La etapa a cincea se organizează jocul de rol. Aici se propune instrucțiunea: "Acum fiecare pereche trebuie să joace situații, când unul vede că este posibil să folosești droguri. Rolul partenerului este de a aduce argumente împotriva intenției de a folosi droguri". Situațiile sunt compuse de psiholog în prealabil, reieșind din cauzele posibile de folosire a drogurilor: interes, dorința de a plăcea, situație de criză, situație de violență, rugămintă din partea omului drag, insuficiență de informație, mijloc de manipulare. Apoi urmează discuția.

La etapa de încheiere fiecare primește însărcinare de a-și reprezenta o reacție proprie la situația, când va afla că cineva din mediul lui social folosește droguri, de exemplu, omul drag, prietenul din copilărie, colegul de școală, cineva din părinți, vecinul cu casa etc. Se propune să răspundă la întrebările:

- "Ce ai simți dacă ai afla asta?"
- "Cu ce l-ai putea ajuta?"
- "Ce i-ai spune în primul rând?"

Apoi preadolescenților li se propune să determine trei cauze de bază, de care ei niciodată nu ar cădea de acord pentru a folosi drogurile.

Acest exercițiu poate fi divizat în câteva activități urmate de o analiză detaliată a tuturor variantelor posibile.

Metoda de profilaxie descrisă, mai sus este mult mai avantajoasă, decât metoda bazată doar pe informare despre pericolul drogurilor. Deoarece în cazul activităților cu elemente de training fiecare participant are posibilitatea de a juca situații în care este mare probabilitatea de a fi atrași în rândul narcomanilor. Preadolescenții au posibilitatea de a-și reprezenta și conștientiza mai complet consecințele folosirii drogurilor. Este posibilă influența asupra montajelor elevilor față de dependența de droguri, și ca urmare, crește adaptabilitatea preadolescentului față de problema dependenței de droguri în întregime.

Referințe bibliografice:

1. Bergeret, J. Toxicomaniile, Editura Științifică, București, 1999.
2. Cristea, D. Bazele psihologiei sociale, Editura Universității Titu Maiorescu, 2005.
3. Stoica-Constantin, A., Constantin, T. „Consumul de droguri la adolescenți”, în G. Ferreol (coord.), Adolescenții și toxicomania, Editura Polirom, Iași, 2000.
4. Tobler, N. "Meta-analysis of 143 adolescent drug prevention programs: quantitative outcomes results of program participants compared to a control or comparison group." Journal of Drug Issues. 16(4): 537-567, 1980
5. Zhukova, M.V. The problem of the prevention of addictive (addictive) behavior in primary school age / M.V. Zhukova // Elementary School. - 2011. - N 3. - S. 98-103.
6. http://repository.usmf.md/bitstream/20.500.12710/4231/1/CONCEPTUL_DE_PROFILAXIE_A_NARCOMANIEI.pdf (vizitat 14.09.2021).
7. <https://msmps.gov.md/wp-content/uploads/2020/07/14405-Protocol20clinic20OPIACEE202013.pdf> (vizitat 02.09.2021).
8. <https://dare.org/> (vizitat 11.09.2021).
9. Зимбардо Ф., Ляйппе М. Социальное влияние. - СПб., 2000.
10. Ярцев Д.В. Психотренинг как метод профилактики подростковой наркомании // Прикладная психология

.- 2000 .- №2.

11. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: Учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений .- М., 2001.

12. Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками / Пер. с английского .- М., 1999.

13. Фопель К. Психологические группы .- М., 1999.

14. <https://fr.unesco.org/courier/education-and-drugs?language=en> (vizitat 24.09.2021).