

Муниципальное учреждение культуры  
«Централизованная библиотечная система  
города Ярославля»  
Центральная библиотека им. М. Ю. Лермонтова

# ***За жизнь наших детей!***

*Рекомендательный список литературы  
о предотвращении суицида среди подростков*



**16+**

Ярославль  
2016

**ББК 88.4**  
**УДК 159.9**  
**З-11**

За жизнь наших детей! : рекомендательный библиографический список литературы о предотвращении суицида среди подростков / сост. Е. А. Пелёвина. — Ярославль : Центральная библиотека имени М. Ю. Лермонтова, 2016. —14 с. — 16+

Библиографическое пособие представляет литературу о проблеме суицида среди подростков и способах её решения. Предназначается преподавателям средних и высших учебных заведений, родителям, библиотекарям.

**ББК 88.4**  
**УДК 159.9**  
**З-11**

## Содержание

Вступление.....	3
Книги .....	4
Статьи .....	7
Интернет-ресурсы.....	14

### Вступление

Проблема суицида является одной из самых злободневных в современном обществе. По данным Всемирной организации здравоохранения каждые 40 секунд в мире кончает самоубийством один человек. Россия входит в число стран, где уровень суицида выше среднего по миру.

Причин, толкающих людей на столь ужасный и непоправимый поступок, — великое множество, так как каждый человек и его переживания — индивидуальны. Однако существует ряд обстоятельств, являющихся, так сказать, основными: экономические проблемы и низкий уровень жизни, конфликты и неблагоприятная обстановка в семье, неудачи во взаимоотношениях с другими людьми, нереализованность в профессии и личная неудовлетворённость.

Суицид становится частым явлением среди детей и подростков, которые особенно подвержены сильным переживаниям вследствие многих жизненных проблем. Непонимание со стороны взрослых, конфликты с ровесниками, переживания первой влюблённости, проблемы с учёбой, вредные и пагубные привычки — вот далеко не полный перечень тех причин, которые могут привести молодого человека к этой страшной трагедии.

Конечно, бывают случаи, когда суицид является следствием тяжелых психических заболеваний. Но, как правило, большинство людей, совершивших или пытавшихся совершить этот акт, в роковой момент находятся в состоянии сильного психологического стресса вследствие того или иного события, всё происходит в момент наивысшего эмоционального перенапряжения, после спада которого они, как правило, никогда бы не совершили самоубийство. Вовремя сказанное слово, вовремя проявленное понимание порой спасают жизнь отчаявшемуся человеку.

Библиографический список содержит описания материалов из фондов Центральной библиотеки им. М. Ю. Лермонтова и библиотек-филиалов Централизованной библиотечной системы г. Ярославля. Состоит из трёх разделов: «Книги», «Статьи», «Интернет-ресурсы».

Внутри разделов весь материал представлен в алфавитном порядке авторов и заглавий.

Предназначается преподавателям средних и высших учебных заведений, родителям, воспитателям, библиотекарям — всем, кто работает с детьми и подростками.

## Книги

**88.8я73**

**A25**

**Агрессия у детей и подростков** : учеб. пособие / Г. Э. Бреслав [и др.] ; под ред. Н. М. Платоновой. — СПб. : Речь, 2004. — 334, [1] с. — (Психологический практикум). — Библиогр. : с. 331-335.

**ЦБ/ЧЗ-1; Ф13-1; Ф14-1**

Данное учебное пособие посвящено изучению форм и методов профилактики агрессивного поведения детей и подростков. Агрессивное поведение анализируется на основе социальной диагностики, выделяется его структура, формы и виды проявления. Особое внимание отводится анализу саморазрушительного поведения у детей и подростков, причин и факторов риска суицидального поведения. Широко представлены технологии консультирования и техники коррекции агрессивных проявлений.

**88.8**

**B82**

**Вроно, Е.М.**

**Поймите своего ребёнка : О детских страхах, конфликтах и других проблемах** / Елена Моисеевна Вроно. — М. : Дрофа, 2002. — 223 с. — («Дрофа» родителям. Мнение психотерапевта).

**Ф13-1**

В книге детского психиатра анализируются многие жизненные ситуации, возникающие в семьях при воспитании «трудных» детей. Страхи, боязнь одиночества, темноты, чужих людей, детские депрессии, подростковые попытки самоубийства, неудовлетворённость собой — вот далеко не полный перечень вопросов, которые рассматривает автор.

**88.8**

**K67**

**Корнилова, Т. В.**

**Подростки групп риска** / Татьяна Васильевна Корнилова, Елена Леонидовна Григоренко, Сергей Дмитриевич Смирнов. — СПб. [и

др.] : Питер, 2005. — 336 с. — (Практическая психология). — Библиогр.: с. 334-336.

**ЦБ/ЧЗ-1; Ф10-1**

В книге излагаются результаты психологического обследования подростков трёх групп: лиц с психиатрическим диагнозом, совершивших правонарушения (включая подгруппу без правонарушений); лиц, характеризующихся делинквентным поведением (группа риска), и обычных школьников, на которых школьные психологи обратили внимание по тем или иным причинам (симптоматика школьной дезадаптации или эмоциональные и поведенческие проблемы). Полученные авторами данные позволяют конкретизировать виды и уровни признаков психологического неблагополучия подростков, определяемых внешними и внутренними условиями развития.

**88.4**

**М 50**

**Меннингер, К.**

Война с самим собой : [пер. с англ.] / Карл Меннингер. — М. : Эксмо-Пресс, 2001. — 477, [2] с. — (Психология. XX век).

**ЦБ/АБ-1; Ф6-1**

Книга Карла Меннингера целиком посвящена проблемам суицида. Автор подробно рассматривает все составляющие саморазрушительных тенденций и на богатом клиническом материале делает интересные выводы о причинах, толкающих людей на самоубийство.

**74.3**

**М80**

**Морозова, Е.И.**

Проблемные дети и дети-сироты : Советы воспитателям и опекунам / Елена Ивановна Морозова. — М. : НЦ ЭНАС, 2002. — 54, [1] с. — (Коррекционная школа).

**ЦБ/ЧЗ-1**

Рассмотрены особенности психического развития детей, воспитывающихся в семье и в общественных учреждениях. Описаны возможные неблагоприятные варианты психического развития, даны типичные портреты проблемных детей, а также характеристики нормально развивающихся детей с отдельными поведенческими, эмоциональными, учебными и другими проблемами. Особое внимание уделено воспитанию приемных детей и детей-инвалидов.

## **88.8**

### **П 31**

**Петрушин, А. В.**

Родители vs дети. Советы психиатра / Андрей Владимирович Петрушин. — Ростов н/Д : Феникс, 2010. — 253, [2] с. : ил. — (Сердце отдаю детям).

**ЦБ/АБ-1; Ф13-1; Ф16-1; Ф18-1**

В книге, на основе многочисленных бесед детского психиатра с родителями и детьми, показано, как взаимоотношения в семье и вне её могут повлиять на развитие той или иной психологической патологии у ребенка, причину которой не могут найти годами. Книга написана доступным, бытовым языком, без использования психологической терминологии. Даны рекомендации родителям по предупреждению развития заболеваний и советы при уже развившихся отклонениях.

## **88.8**

### **П86**

**Психологическая помощь подростку в кризисных ситуациях** : профилактика, технологии, консультирование занятия, тренинги / авт.-сост. М. Ю. Михайлина, М. А. Павлова. — Волгоград : Учитель, [2009]. — 207 с. — (В помощь школьному психологу). — Библиогр.: с. 198.

**ЦБ/ЧЗ-1**

Представленные в книге профилактические рекомендации, активные технологии, разработки занятий, тренинги помогут педагогам обеспечить раннюю психологическую подготовку школьников к встрече с различными испытаниями, сформировать навыки стрессоустойчивости и современные социальные адаптивные стратегии поведения, ведущие к здоровью и успешной их самореализации.

## **88.4я2**

### **Т65**

**Трагические самоубийства** / [авт.-сост. Е. А. Останина]. — М. : Вече, 2003. — 393 с. : ил. — (Колесо Фортуны). — Библиогр.: с.389-390.

**ЦБ/АБ-1; ЧЗ-1; Ф13-1; Ф14-1; Ф16-1**

Достоевский всегда считал самоубийство загадкой. Самоубийства бывают разными. Что же заставляет человека совершить столь трагический акт? Эта книга поможет читателю понять природу самоубийства и найти ответ на вопрос, так мучивший великого

русского писателя: что же такое самоубийство и почему оно происходит?

## **88.8**

### **Ш76**

#### **Шнейдер, Л. Б.**

Девиантное поведение детей и подростков / Лидия Бернгардовна Шнейдер. — М. : Академический Проект : Трикста, 2005. — 334 с. — (Психологические технологии). — Библиогр.: с. 310-332.

#### **ЦБ/ЧЗ-1; ООФ-1**

В книге указаны причины, истоки, виды и проявления девиантного поведения детей и подростков; раскрываются возрастные особенности взаимосвязей между уровнями развития смысловой сферы, самоорганизации времени жизни и факторами девиантного поведения, а также определяются и намечаются условия и особенности формирования социально ориентированного поведения детей и подростков.

### **Статьи**

#### **Андреев, К.**

Вмешательство в религиозную тайну несовершеннолетнего как провоцирующий фактор суицида / Константин Андреев, адвокат // Религия и право. — 2014. — № 2. — С. 32-36. — Библиогр. в сносках.

В статье рассмотрены основные причины детского и подросткового суицида: обстановка в семье, конфликты с родителями и друзьями, унижения со стороны сверстников, конфликты в школе и др. Однако, считает автор, суицид может развиваться и на религиозной почве.

#### **Банников, Г. С.**

Не допустить! / Г. С. Банников, Т. С. Павлова // Нарконет. — 2015. — № 4. — С. 23-25.

Об особенностях поведения суицидального подростка, принципах и правилах консультирования суицидального клиента.

#### **Банщикова, Т. Н.**

Понимание, диагностика, работа / Т. Н. Банщикова // Нарконет. — 2014. — № 6. — С. 20-22.

Об основных факторах и причинах возникновения суицидального поведения детей и определении детей группы риска.

### **Белянко, Е. А.**

«Ценить настоящее» / Е. А. Белянко // Открытый урок: методики, сценарии и примеры. — 2011. — № 12. — С. 14-23 : 2 рис.

О детском суициде, о профилактике суицидального поведения несовершеннолетних: конспект практического занятия для учащихся 7-9 классов.

### **Васильченко, М. В.**

Особенности суицидальной активности подростков / М. В. Васильченко, Д. Ф. Даутов // Известия Южного федерального университета. Педагогические науки. — 2015. — № 6. — С. 149-154. — Библиогр.: с. 154 (10 назв. ).

В статье представлен анализ целей суицидального поведения. Рассматриваются современные теоретические модели, описывающие суицидальное поведение с учётом комплексного воздействия биопсихологических факторов.

### **Васильченко, М. В.**

Профилактика суицидального поведения учащихся в образовательном учреждении / М. В. Васильченко // Известия Южного федерального университета. Педагогические науки. — 2012. — № 2. — С. 143-149. — Библиогр.: с. 149.

С целью повышения эффективности первичной профилактики самоубийств в подростковой среде была разработана и эмпирически исследована модель психологического сопровождения подростков «группы риска развития кризисных состояний и суицидального поведения» в общеобразовательном учреждении.

### **Воликова, С. В.**

Школьное насилие и суицидальное поведение детей и подростков / С. В. Воликова, А. В. Нифонтова, А. Б. Холмогорова // Вопросы психологии. — 2013. — № 2. — С. 24-30. — Библиогр.: с. 30 (16 назв.).

Представлены результаты обследования школьников VI-VII классов московских школ. 30% всех обследованных детей регулярно или эпизодически подвергаются издевательствам одноклассников. Чаще всего дети-жертвы испытывают на себе психологическое насилие. У детей — жертв издевательства — выше уровень тревоги и депрессии, они чаще говорят о наличии суицидальных мыслей.

### **Вроно, Е.**



«Дети думают, что смерть имеет начало и имеет конец» / Елена Вроно ; бесед. Евгения Альбац // Новое время = The new times. — 2016. — № 39 (28 ноября). — С. 32-35.

Беседа с психиатром, кандидатом медицинских наук, членом правления Общества семейных консультантов и терапевтов Еленой Вроно о проблеме суицидальных депрессий у подростков.

### **Вроно, Е.**

Жизнь – копейка / Елена Вроно // Здоровье школьника. — 2012. — № 2. — С. 60-61 : 1 фот.

Подростковая депрессия: насколько она опасна, как распознать её вовремя, чтобы предотвратить трагедию.

**Выявление** и предупреждение суицидального поведения среди несовершеннолетних / Г. Банников [и др.] // Основы Безопасности Жизнедеятельности. — 2012. — № 4. — С. 34-37 ; № 5. — С. 41-45. — Библиогр.: с.45 (11 назв.).

Рассказывается о проблемах современного российского общества — аутоагрессивном и суицидальном поведении в среде подростков и молодёжи. Выявляются факторы и ситуации суицидального риска, даются практические рекомендации школьным психологам о работе с группами риска.

### **Галстян, Г. С.**

Влияние алкоголя и наркомании на суицид несовершеннолетних / Гоар Сирокановна Галстян, асп. каф. философии и социологии Адыгейского гос. ун-та // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер.: Регионоведение: философия, история, социология, юриспруденция, политология, культурология. — 2010. — Вып. 3 (64). — С. 158-162. — Библиогр. в примеч.

Рассмотрены проблемы влияния алкоголизма и наркомании на девиантное поведение несовершеннолетних в современной России. Особое внимание обращается на суицид как одну из форм девиантного поведения.

**Диагностика** суицидального поведения детей и подростков // Социальная педагогика. — 2012. — № 6. — С. 48-70.

Психолого-педагогическое сопровождение для диагностики суицидального риска подростков.

### **Димитров, И. Т.**

Индикаторы для диагностики и оценки суицидной направленности у детей и подростков : материалы VIII междунар. науч.-практ. конф. «Личностно-профессиональное развитие педагога: традиции и инновации» / И. Т. Димитров // Психология и школа. — 2012. — № 2. — С. 82-86.

В статье рассказывается, как распознать суицидное поведение у детей и подростков, приводятся его основные признаки.

**Как** не допустить суицид у подростка: памятки для родителей и учителей / Московский городской психолого-педагогический университет. Центр социально-психологической адаптации и развития подростков «Перекрёсток» // Психотерапия. — 2012. — № 4. — С. 70-72.

Приведены тексты памяток для учителей и родителей по профилактике и предупреждению суицида у подростков, разработанные Центром социально-психологической адаптации и развития подростков «Перекрёсток» Московского городского психолого-педагогического университета.

### **Калачева, И. О.**

Социально-личностные факторы, влияющие на суицидальное поведение подростков / И. О. Калачева, Л. А. Пронина, В. А. Ларионов // Российский психиатрический журнал. — 2006. — № 4. — С. 41-45. — Библиогр.: с. 45 (15 назв.).

Рассматривается роль социальных и личностных факторов, влияющих на формирование суицидального поведения подростков. Установлено, что неблагоприятными факторами являются микросоциальные, средовые факторы, депривация, приводящие к школьной и социальной дезадаптации. Влияние этих факторов способствует диагностике суицидального риска и его профилактике.

### **Козловская, Г. В.**

Бросить жить: разговор с психологом о проблеме суицида / Галина Вячеславовна Козловская, детский психиатр, профессор; бесед. Т. Л. Шишова ; илл. Е. Васильевой // Виноград. Журнал для родителей. — 2015. — № 3 (65). — С. 36-43 : 6 рис., 1 фот.

В последние годы в России наметилась тенденция к росту самоубийств, причем это страшное явление уже затрагивает детей. Окружение суицида неким флером романтики уводит от понимания того, что это духовное преступление. Необходимо, чтобы не только родители, но и общество в целом пересмотрело свои позиции в отношении молодёжи, её духовного и психического здоровья.

Отношение к самоубийству у разных народов в разные времена. Статистика самоубийств до революции и в современной России. Особенности юношеского возраста и факторы риска. Инфантилизм, неумение справиться с трудностями. Скрытые формы самоубийства. Неправильное воспитание: гиперопека или заброшенность ребёнка. Что нужно знать взрослым, на что обращать внимание в поведении подростка. Суицидальные намерения и попытки самоубийства. В основе суицида лежат бездуховность и скрытый эгоизм. Когда мученичество за Христа, самопожертвование «за други своя» объявляют формой суицида, происходит подмена понятий. Это делается для того, чтобы внести сумятицу в умы и ослабить дух народа. Основная профилактика самоубийств — это духовно-нравственное воспитание, привитие ребёнку альтруистических установок, развитие терпения и воли.

### **Колчина, А. Г.**

Психологические механизмы формирования суицидального поведения подростков с церебральным параличом / А. Г. Колчина // Психология обучения. — 2015. — № 2. — С. 87-100. — Библиогр.: с. 99 (15 назв.) : табл.

Формирование эмоциональных нарушений в процессе развития детей с церебральным параличом. Перспективность изучения особенностей эмоционального состояния подростков с целью диагностики у них склонности к суицидальному поведению. Выявление наиболее значимых показателей при определении степени суицидального риска данной категории подростков.

### **Курганский, С.**

Особое внимание. Профилактика суицида среди детей и подростков в общеобразовательной школе / Сергей Курганский / директор департамента образовательных программ // Управление школой — Первое сентября. — 2015. — № 4. — С. 45-50 : табл.

С каждым годом проблема подростковых самоубийств приобретает всё более масштабный характер. Оказание помощи и поддержки ребёнку, оказавшемуся в тяжелой кризисной ситуации, имеет вполне обозримые границы и может принести ощутимые плоды. Важно лишь вложить в такую работу немного искреннего сочувствия и тепла. Если подросток чувствует себя нужным хотя бы самому себе, если у него есть право голоса хотя бы в отношении себя самого — жизнь становится для него достаточно большой ценностью.

### **Кучер, А. А.**

Методика диагностики суицидального поведения среди школьников: «Психодиагностика суицидальных намерений — вариант в» (ПСН – «в») / А. А. Кучер // Вопросы психологии экстремальных ситуаций. — 2012. — № 3. — С. 51-59 : табл.

Представлена методика диагностики суицидального поведения среди школьников.

### **Кучер, А. А.**

Новые подходы к диагностике и профилактике суицидального поведения среди школьников / А. А. Кучер, старший научный сотрудник ; Ж. А. Тухужеева, Центр экстренной психологической помощи МГППУ // Вопросы психологии экстремальных ситуаций. — 2012. — № 3. — С. 25-41 : табл.

Представлены методические рекомендации по профилактике суицидального поведения школьников.

### **Кучер, А. А.**

Причина и профилактика детско-подростковых суицидов/ Александр Артурович Кучер, кандидат психологических наук, старший преподаватель ; Московская гуманитарная Академия // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. — 2013. — № 1. — С. 59-64.

Представлены методические рекомендации по профилактике суицидального поведения школьников.

### **Логинова, Е. А.**

Экстренная психологическая помощь субъектам образовательной среды в случаях совершенного суицида несовершеннолетним / Е. А. Логинова // Вопросы психологии экстремальных ситуаций. — 2013. — № 3. — С. 26-33. — Библиогр.: с. 33 (16 назв.).

О психологическом сопровождении при суицидальном поведении.

### **Львова, Д. Л.**

Создание системы профилактики антивитаальных настроений среди обучающихся в образовательной организации / Д. Л. Львова // Нарконет. — 2015. — № 5. — С. 44-47.

О системе профилактики антивитаальных настроений в школе № 171 г. Москвы.

### **Матафанова, Т. Ю.**

Этапы работы по оказанию психологической помощи / Татьяна Юрьевна Матафанова // Вопросы психологии экстремальных ситуаций. — 2013. — № 3. — С. 13-25 : табл.

Психологическая помощь при суицидальном поведении.

**Минздрав** созвал совещание // Вопросы социального обеспечения. — 2012. — № 4. — С. 4-5.

Специалисты по детским и подростковым суицидам провели специальное совещание в Минздравсоцразвития России из-за массовых самоубийств по всей стране.

### **Никифорова, Т. Ф.**

Тест Роршаха в диагностике суицидального поведения подростков / Татьяна Федоровна Никифорова, педагог-психолог // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. — 2014. — № 4. — С. 10-16 : табл.

О применении теста Роршаха, позволяющего определить суицидальное поведение подростков.

### **Пахомова, А. В.**

Быть услышанным / А. В. Пахомова ; интервьюер О. Галузина // Нарконет. — 2014. — № 11/12. — С. 12-13.

О роли телефона доверия в работе с подростками в кризисных ситуациях.

### **Пономарев, П. Л.**

Анализ тенденций подросткового суицида в России / П. Л. Пономарев научный сотрудник ; Центр экстренной психологической помощи Московского городского психолого-педагогического университета // Вопросы психологии экстремальных ситуаций. — 2012. — № 4. — С. 59-62. — Библиогр.: с. 62 (8 назв.).

О тенденциях, влияющих на повышение риска суицида среди подростков.

**Профилактика суицида** // Вопросы социального обеспечения. — 2012. — № 16. — С. 11.

Решение проблем суицида среди детей и подростков в Астраханской области.

**Профилактика** суицидального поведения детей и подростков: организация работы в образовательных учреждениях // Социальная педагогика. — 2012. — № 5. — С. 46-56.

Меры по профилактике детских и подростковых суицидов.

**Свешникова, Г. Б.**

Методы работы с семьёй в рамках профилактики антивитаальных настроений / Г. Б. Свешникова // Нарконет. — 2015. — № 5. — С. 42-43.

Профилактика антивитаальных настроений в работе с семьёй.

**Суицид и подросток** // Мир безопасности. — 2014. — № 6. — С. 79-81.

Практические рекомендации родителям, которые разработаны учительским составом Шаховской средней образовательной школы Прохоровского района Белгородской области.

**Хаджимба, Л. О.**

Специфика проявления девиантного поведения среди несовершеннолетних в современном российском обществе / Л. О. Хаджимба // Вестник Университета Российской Академии Образования. — 2006. — № 4. — С. 109-112. — Библиогр. в сносках: 8 назв.

В статье идёт речь о росте и омоложении преступности, наркомании, об учащении суицидов и распространении суицидальных настроений в молодёжной среде.

**Что надо знать о суициде** : памятка учителю // Нарконет. — 2014. — № 9/10. — С. 31.

Памятка учителю о суицидальном поведении подростков и оказании им первой помощи.

### **Интернет-ресурсы**

Вроно, Е. М.

Предотвращение самоубийства подростков / Е. М. Вроно, психиатр // Азбука воспитания: сайт для родителей. — Режим доступа: <http://azbyka.ru/deti/predotvrashhenie-samoubijstva-podrostkov> (дата обращения: 01.12.2016). — Загл. с экрана. — Яз. рус.

Победишь. Ру : [сайт о профилактике суицида]. — Победишь.ру. — 2008-2017. — (Группа сайтов «Пережить. Ру»). — Режим доступа: <http://www.pobedish.ru/main/prevent> (дата обращения: 01.12.2016). — Загл. с экрана. — Яз. рус.

Предотвращение самоубийств. Справочное пособие для консультантов // Островок здоровья : [сайт]. — Режим доступа: [http://bono-esse.ru/blizzard/RPP/M/m\\_04.html](http://bono-esse.ru/blizzard/RPP/M/m_04.html) (дата обращения: 01.12.2016). — Загл. с экрана. — Яз. рус.

Степанов, И. А.

Суицид. О мерах профилактики суицида среди подростков / И. А. Степанов, медицинский психолог // Движение тигель : Сайт факультета психолого-педагогического менеджмента. — Режим доступа: <http://centercep.ru/stati/8-klinicheskaya-psihologiya-i-psihoterapiya/132-suicid-o-merah-profilaktiki-suicida-sredi-detey-i-podrostkov.html> (дата обращения: 01.12.2016). — Загл. с экрана. — Яз. рус.

Центральная библиотека имени М. Ю. Лермонтова  
муниципального учреждения культуры  
«Централизованная библиотечная система города Ярославля»  
Ярославль, проспект Толбухина, 11

**Директор Светлана Юрьевна АХМЕТДИНОВА**  
телефон: 8 (4852) 21-07-34; 21-06-65 (приёмная)  
www.clib.yar.ru; foton@clib.yar.ru

**Составитель**

Елена Александровна Пелёвина,  
заведующая Сектором информационно-библиографического  
обслуживания читателей  
Центральной библиотеки имени М. Ю. Лермонтова  
МУК ЦБС города Ярославля

**Редактор**

Антонина Александровна Герасимова,  
заведующая Отделом развития и информационных технологий  
Центральной библиотеки имени М. Ю. Лермонтова  
МУК ЦБС города Ярославля

**Компьютерная вёрстка**

Е. А. Пелёвина

**Фотография на обложке с сайта**

<http://dragongate.ru/>

Подписано в печать: 10.12.2016  
Формат А5.