

Что вы делаете для того, чтобы уберечь вашего ребенка от курения?

«Привожу отрицательные примеры негативного жизненного опыта курящих людей и положительный пример некурящих».

«Объясняю вред, сам бросил курить».

«Разговариваем о вреде курения».

«Провожу профилактические беседы, обращаю внимание на социальную рекламу».

«Не курю сама. Очень часто беседуем с ней на тему здорового образа жизни, материнства, сохранения молодости и привлекательности».

«Стараемся разговаривать на эту тему, обращаем внимание на изменения в организме папы, связанные с курением, говорим о последствиях курения».

«Беседую, стараюсь занять полезным делом».

«Пытаюсь убедить всеми возможными и невозможными средствами, ругаюсь, возмущаюсь, злюсь и т.д.».

«В семье введен здоровый образ жизни».

«Стараемся не курить в его присутствии. Осуждаем курение, хвалим ребенка за его некурение».

На этот же вопрос отвечают психологи и педагоги:

Чтобы предупредить курение подростков, необходимо способствовать повышению самооценки и самооценки его личности. Для этого обязательно помочь расширить круг общения со сверстниками, особенно некурящими. Ограничить общение со сверстниками, которые снижают его самооценку, например, критикуют, унижают.

Помочь подростку стать интересной личностью. Для этого подросток должен многому научиться, многое знать и уметь. В этом случае ему будет интересно общаться с другими сверстниками (есть о чем рассказать, есть что показать). Поощрять и способствовать посещению кружков, секций, включать в общественную и творческую деятельность.

Не использовать в общении с подростком т.н. «саботажники общения» К их числу можно отнести:

- Предупреждение, предостережение, угроза («Делай, как сказано или...»);
- Приказ, команда («Чтобы больше я этого не слышал»);
- Критика, обвинение («На что это похоже»);
- Обзывание, высмеивание, оскорбительные прозвища («Такое может сказать только идиот»);
- Выспрашивание, расследование, допрос («Почему ты так поздно?»);
- Чтение морали, проповеди («Тебе следовало бы помнить, сколько средств на тебя затрачено, а ты...»).

К числу «саботажников общения» можно отнести выражения, снижающие самооценку подростка:

Я тысячу раз тебе говорил...

О чем ты только думаешь...
Неужели тебе трудно запомнить, что...
Сколько раз надо повторять...
Ну что за друзья у тебя...

Все эти «саботажники общения» приводят к снижению самооценки, к ощущению чувства дискомфорта, к неуважению личности и т.п.

К числу выражений, повышающих самооценку подростка и которые желательно чаще употреблять в общении с ним относятся:

Посоветуй мне, пожалуйста...
Я бы никогда не сумел(а) сделать это так хорошо, как ты...
Какие у тебя замечательные друзья...
У тебя поразительная наблюдательность...
Смотреть, как ты работаешь, - одно удовольствие...
Пожалуй, я бы пошел с тобой в разведку... и т.п.