

Памятка для родителей "Если ваш ребенок начал курить"

Вы узнали, что ваш сын или дочь курит. Для вас это неожиданность. Первая мысль, которая приходит в голову, – строго наказать, запретить раз и навсегда, чтобы это никогда не повторилось. Однако не спешите!

- Наказание не устраняет причин раннего курения! Оно только наносит ущерб доверию ребенка к родителям.
- Не надо запугивать подростка, информация о вреде курения должна быть достоверной и актуальной.
-
- Курение родителей в присутствии подростков недопустимо! Запрещение курения для подростков должно быть обосновано и мотивировано!
- Взрослые не уронят своего авторитета, если откровенно признаются детям в своей слабости: сами они курят потому, что не в силах избавиться от этой пагубной привычки. Это создаст у детей правильное отношение к курению и повысит доверие к родителям.
- Родители должны первыми освободиться от курения.
- Помогите ребенку отвлечься от привычки курить (игры, отдых на свежем воздухе, прогулки, беседы – все это способствует отказу от курения).
- Следует не назидать, а поддерживать своих детей, утверждать, что все получится, если человек чего-то хочет добиться.
- Не бойтесь компании своего ребенка, а помогайте и его друзьям бороться с соблазном курения.