

Администрация города Екатеринбурга
Комитет по молодежной политике
МБУ «ЦСППДиМ «Форпост»

**ЕСЛИ РОДИТЕЛЬ КУРИТ,
БУДЕТ ЛИ КУРИТЬ РЕБЕНОК?**



К сожалению, курение в семье многим людям кажется чем-то привычным и обыденным. В нашей стране курит больше 50% населения, и, конечно, большинство из них семейные люди, проживающие вместе со своими детьми. Родители должны помнить то, что дети всегда наблюдают за ними. Подобно губке они впитывают в себя нюансы нашего поведения, которые откладываются глубоко в подсознании. Этот механизм работает двояко. Во благо, когда мы предстаем ответственными, уважительными, заботливыми людьми. Во зло, когда мы забываем о воспитательном примере и потакаем своим вредным привычкам.

СТАТИСТИКА О КУРЕНИИ

90%

курящих людей выкуривают сигарету на глазах у своих детей.

40%

курильщиков – курят дома, в ванной комнате или на балконе.

11–12
лет

Средний возраст юных курильщиков в России снизился до 11–12 лет.

14–15
лет

Регулярно курить начинают 14–15-летние подростки.

Корни такого раннего курения – в семье!

Исследования показывают:



Если в семье курит отец, в раннем возрасте начинают курить **60%** мальчиков и **40%** девочек.



В семьях, где курят оба родителя или одна мать, процент курящих детей и подростков увеличивается до **90%** – сыновья и **70%** – дочери.

КАК ВЛИЯЕТ КУРЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ НА РЕБЁНКА

1. Родитель подает яркий негативный пример, поэтому у детей курящих родителей опыт первой сигареты происходит довольно рано.
2. Открыто демонстрируя вредную привычку, родитель значительно роняет свой авторитет.
3. У ребёнка происходит внутренний диссонанс, который возникает в детском сознании. Ведь ребёнок слышит, что курить это плохо, но дома курение считается нормой.

4. Курение кого-то из близких подталкивает ребёнка попробовать закурить сигарету, ведь родители и самые близкие авторитеты непременно являют собой модель для подражания ребёнком (существуют исследования, по данным которых, дети до 12 лет в три с половиной раза чаще начинают курить, если их родители курят).
5. Дети часто воруют у курящих родителей сигареты «попробовать».
6. Курящие мамы обычно не так остро реагируют на курение подростка, тем самым дают понять, что в курении ничего плохого нет.

Курение в семье – это преступление родителей против своих детей.

Именно в таких семьях маленькие дети «курят» соломинки от коктейлей или скручивают «сигареты» из бумажных фантиков, а став на несколько лет старше они не находят ничего плохого в курении сигарет и «по-настоящему».

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ



Если вы хотите, чтобы ваш ребенок не курил, тогда вы сами не должны делать этого. Родители несут ответственность за детей, в частности, она предполагает осознанное отношение к своему поведению.



Ребенок с самого раннего возраста должен видеть, что его близкие не курят, а точнее, не должен наблюдать курение близких ни в каких ситуациях.

**БЛА!
БЛА!**

С детства ребенок берет за образец поведение значимых взрослых и с возрастом начинает вести себя по усвоенной модели. Если ребенок видит вас курящим и слышит, что курить нельзя, он скорее последует вашему примеру, чем прислушается к словам.



Если вы всё-таки курите, не надо прятаться и пытаться скрыть дурную привычку, все равно не получится – обоняние у подростков острее, чем у взрослых. Это не даст желаемого эффекта, но вполне может подорвать доверие подростка к вам, а также подаст плохой пример: если куришь, то надо просто скрывать это от взрослых, и никаких проблем.



Честно поговорите с подростком, признайте наличие у себя пагубного пристрастия, а старшему подростку расскажите, как вы начали курить, объясните, что хотели бы бросить и даже пробовали, но это оказалось очень сложной задачей. Таким откровенным признанием вы не подорвете свой авторитет, и ваши отношения станут более доверительными.



Начните с себя! Займитесь вместе спортом, найдите общее увлечение. Участвуйте в их жизни, старайтесь заполнять свободное время полезными хобби. У разносторонне развитого ребенка не возникнет желания пробовать что-либо запрещенное. Во-первых, у него не останется на это времени. Во-вторых, ему это будет неинтересно.

МБУ «Центр социально-психологической помощи
детям и молодежи «Форпост»

г. Екатеринбург
переулок Трамвайный, 5
ул. Красных Борцов, 19

тел. для справок: **(343) 385-82-20**

e-mail: **forpost@molekb.ru**

Телефон доверия для детей,
подростков и их родителей
Консультация психолога:

(343) 385-73-83

Интернет-консультирование:
vk.com/id270527095

Экстренная психологическая помощь
(круглосуточно, анонимно)