

Жижка, парилка, дрипка, нулевка, вейп - для уха взрослого человека это множество непонятных слов. Но всех их объединяет увлечение, которое не только врачи называют настоящим бичом среди молодежи, - вейпинг. Что делать, если ваш ребенок парит вейпом?

- Не рубите сплеча – не устраивайте скандал и не кричите на сына или дочь. Попробуйте понять и узнать, почему ребенок начал курить.
- Изучите информацию о вреде вейпа. Это пригодится, чтобы четко проговорить с ребенком все аргументы против вейпа.
- Не говорите фразу «нельзя курить». Она не объясняет вред курения, а лишь усугубляет ситуацию.
- Не наказывайте и не лишайте карманных денег — это вызовет лишь агрессию и отдалит ребенка от вас.
- Если вы сами курите, вряд ли ребенок поверит в ваши слова о вреде курения. Предложите бросить курить вместе.
- Проводите больше времени с ребенком, организуйте его досуг. Возможно, если подросток будет занят и у него будут положительные эмоции, ему не захочется курить.
- Обратитесь за помощью к психологу. Он может предложить конкретные рекомендации и стратегии, которые помогут подростку избавиться от вредной привычки.