

Профилактика курения в подростковом возрасте

Селин Дима – ученик 8 класса
Руководитель – Терехова Т.И.



Причины раннего курения детей

- Курение в младшем возрасте встречается в единичных случаях.
- 2 вида раннего курения:
 - «игра», основанная на любопытстве, подражании взрослым, случайном, нерегулярном экспериментировании
 - раннее курение, связанное педагогической запущенностью ребенка и его вовлеченностью в компанию старших курящих подростков.



Профилактика курения среди школьников 6-10 лет

- У детей этого возраста отсутствуют базисные знания по анатомии и физиологии человека, поэтому у них складывается абстрактное, личностно не значимое отношение к курению.
- Чтобы сообщить детям о вредном воздействии табачного дыма на дыхательную систему человека, необходимо **в образной и доступной форме объяснить**, как функционирует эта система и почему ее нужно беречь.



Задача 1

- Формирование представлений об основных системах организма человека и их функционировании.
- Не следует использовать в качестве аргумента высказывание «Тебе курить еще рано». Ребенок думает: придет время – курить будет можно.



Задача 2



- Разъяснение полезного влияния физических упражнений и закаливания на организм человека и вредного влияния курения.
- Обоснование необходимости сохранения и поддержания здоровья в любом возрасте, для чего весьма важно избегать вредных привычек, в частности - курения.



Задача 3

- Разъяснение причин курения взрослых — однажды приобщившись к курению, человек совершает ошибку и потом не может избавиться от этой привычки.
- Нужно сообщать детям, что курение входит в привычку, от которой бывает очень трудно избавиться. Курящие взрослые знают о вреде курения и чаще всего хотели бы бросить курить, но уже не могут сделать этого без специальной помощи.



Профилактика курения среди школьников 11-13 лет

- С наступлением подросткового возраста риск начала курения резко возрастает. Если в младшем школьном возрасте свыше 95% учеников отрицательно высказываются о курении как подростков, так и взрослых, то с наступлением подросткового возраста картина резко меняется, прежние установки уже не действуют.
- Большую значимость приобретает общение со сверстниками.





- Подростки уже знакомы со многими курящими сверстниками, а не только с курящими взрослыми. Они уже осведомлены о нежелательных последствиях курения, но и о свойствах и стоимости той или иной марки сигарет, о ее престижности и достоинствах.
- Они начинают коллекционировать сигаретные пачки, обращать внимание на рекламу табачных изделий, связывают курение в кинофильмах и спектаклях с образом героя, его личностными качествами.



- Существенную роль играет давление группы сверстников или более старших подростков, которые уже курят и считают это своеобразной групповой нормой. В результате подросток вынужден принять эту норму, если он хочет войти в группу.



- В то же время большинство подростков не умеет достаточно четко сформулировать свои аргументы «за» и «против» курения.
- В общении со сверстниками подростки не могут выразить свое отрицательное отношение к курению достаточно определенно, с тем, чтобы при этом не вступить в конфликтные отношения с группой.
- Подросток не осознает, что степень эмоционального давления группы обратно пропорциональна его статусу в ней. Чем ниже статус подростка, тем меньше его влияние на группу, а значит, тем больше действий, с которыми он в душе не согласен, ему придется совершить в угоду групповым нормам.

Форма 1

- Групповые дискуссии на темы, связанные с курением. В ходе дискуссий подростки не только формируют аргументы против курения, но и активно используют их в ходе обсуждения.
- Результатом является формирование группового мнения, что особенно важно.



Форма 2



- Ролевые игры, в ходе которых проживаются и проигрываются основные ситуации, связанные с курением и давлением со стороны сверстников.
- По мнению подростков, труднее всего бывает отказать не только группе, но и своему ближайшему другу, который настойчиво предлагает закурить.

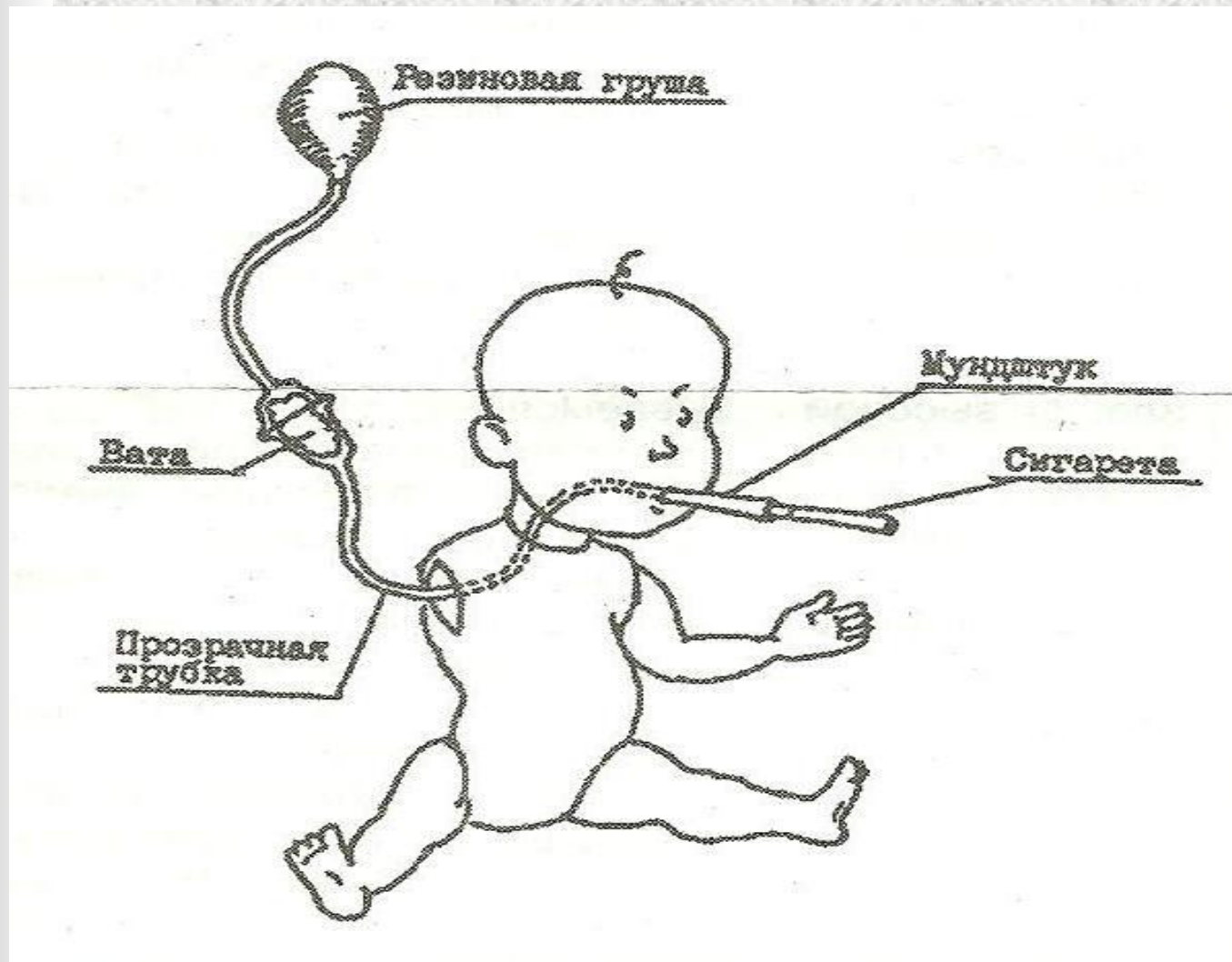



Форма 3

- Демонстрация наглядного пособия «курящая кукла». Этот метод сочетает в себе элементы наглядного обучения и аверсивных (вызывающих отвращение) методов борьбы с курением



ЭКСПЕРИМЕНТ





Таким образом профилактика курения в подростковом возрасте дает:

- Достоверную информацию о влиянии курения на организм человека;
- Умение четко сформулировать аргументы против курения;
- Умение противостоять давлению сверстников.

Применение современных моделей профилактики позволит снизить возрастной прирост курения или отдалить начало курения, что также крайне важно.

ЛИТЕРАТУРА:

- Бодирова З.А. Беседы для девушек. Москва, 2003
- Газета «Пока не поздно!», № 36, 2008 г.
- Лунина Е.А. Школа радости. Ростов-на-Дону, 2002

