

ЖАСӨСПІРІМГЕ ТӘУЕЛДІЛІКТЕН АРЫЛУҒА ҚАЛАЙ КӨМЕКТЕСУГЕ БОЛАДЫ?

КАК ПОМОЧЬ ПОДРОСТКУ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ПОГУБНОЙ ПРИВЫЧКИ?



Жасөспірімге тәуелділіктен арылуға қалай көмектесуге болады?



Ата-ана немесе басқа жақын ересек адамдармен сенімді қарым-қатынас – жасөспірімге тәуелділіктен арылуға көмектесетін басты шарт болып табылады. Ол құрмет тұтатын адам электронды темекі шегуден болатын зияндың нақты көлемін оның санасына жеткізе алады.



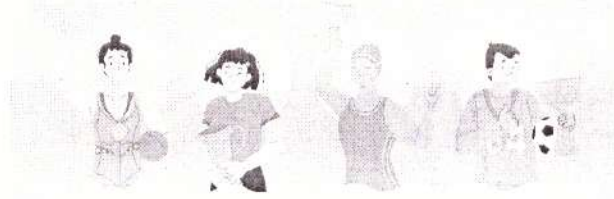
Жасөспірімнің жақсы көретін іс-аренетінің болуы, мысалы, қызықтыратын үйірмелерге қатысу немесе спорт секцияларына бару. Кез келген адам, жасына қарамастан, өзі үшін маңызды істің болғанын қалайды. Егер ол оған дұрыс басымдық беріп, дұрыс ақпаратқа ие болса, ол вейптің табысқа жету жолында сөзсіз кедергі болатындығын түсінеді.



Как помочь подростку избавиться от губной привычки?



Доверительные отношения с родителями или другими значимыми взрослыми – главное условие, способное помочь подростку избавиться от зависимости. Авторитетный для него человек способен донести до его сознания реальные масштабы вреда от курения электронных сигарет.



Ощутимым плюсом является наличие у подростка любимого занятия, например, посещение кружков по интересам или спортивных секций. Любому человеку, независимо от возраста, хочет состояться в важном для себя деле, а при правильной расстановке приоритетов и владении верной информацией он поймет, что вейп неизбежно помешает успеху.