

Что происходит в семье, где один или оба родителя курят?

У ребенка формируется четкое убеждение, что курение - это абсолютно нормальное явление человеческой жизни и это так же естественно, как есть, пить и дышать. Он уже с пеленок убежден, что несколько раз в день нужно брать из красивой коробки палочки и сосать дым. Так закладывается основа будущей вредной привычки. В науке этот универсальный механизм описан как феномен социально-психологического программирования на курение.

Маленькие дети подражают курильщикам, им интересно это новое для них явление. Дети достают папины сигареты и пытаются засунуть в рот, при этом папа бьёт по пальцам со словами "нельзя, это - яд!". Папа не знает, что ребенку можно тысячу раз сказать, что табак - яд, ребенок-то смотрит *не на слова, а на действия* безгранично уважаемого для него человека. Еще один "умный" ответ: - "Мал еще! Вот подрастешь, тогда и будешь курить!". У ребенка на уровне подсознания формируется устойчивая мотивация употреблять табак, что у него прочно ассоциируется с взрослым самостоятельным поведением.

Станет ли он в дальнейшем табачным наркоманом, зависит от многих обстоятельств, в том числе, от первого опыта приобщения к этому наркотику. Если он сопровождается, в основном, отрицательными проявлениями (кашель, головокружение, рвота и др.), то такой отрицательный опыт будет в дальнейшем удерживать молодого человека от употребления табака. Но очень часто бывает так, что первое приобщение протекает более-менее гладко, да еще сопровождается легкой эйфорией от воздействия никотина и подбадриванием сверстников, мнение которых для подростка имеет большое значение. В этом случае весьма высока степень вероятности, что в дальнейшем он, незаметно для себя, перейдет на системное, регулярное употребление табака. При этом появляется *физиологическая*, а затем и более тонкая подсознательная *психологическая зависимость*.

Заведующий отделом
общественного здоровья
УЗ «Могилевский зональный
центр гигиены и эпидемиологии»

С.Г.Мотовилова