**Подростковое курение**

По результатам опроса среди курильщиков о возрасте, в котором они начали курить, большинство отметили, что впервые закурили в подростковом возрасте. Эти данные давно известны всем табачным компаниям, которые стремятся пополнить рынок своих потенциальных клиентов именно за счёт подключения к табачной зависимости подростков. К сожалению, многие подростки об этом не знают, и попадаются таким компаниям на крючок.

Факты о подростковом курении

95000 подростков ежедневно становятся курильщиками;

Резкий подъём количества курильщиков среди подростков пришёлся на 90-ые годы;

25% подростков в возрасте от 12 до 19 лет курят;

Большинство курящих подростков – парни;

Подростковое курение становится одной из самых распространённых проблем в мире.

Причины, побуждающие начать курить

По данным социологических исследований удалось установить 4 основные причины, побуждающие подростков курить:

Все мои друзья тоже курят;

Захотелось попробовать;

Хотел выглядеть круче;

Курят родители.

Как вы видите, главная причина – это влияние сверстников. Влияние мнения сверстников настолько сильное в этом возрасте, что около 70% курящих подростков заявили, что начали курить под давлением своих уже курящих приятелей. Вторая по важности причина – это собственный пример многих взрослых, приучающих детей к наличию табачного дыма в помещениях.

Дети настолько свыкаются с наличием сигарет во рту взрослых, что часто подражают им, попивая чай «покуривают» соломкой. Эта картина многим может показаться знакомой, но это и есть тот первый шаг в стремлении подражать взрослым, желании стать или выглядеть взрослее.

Желание повзрослеть у детей естественно, а значит всё, что можно взрослым, но нельзя детям, это прерогатива только тех, кто вырос. И если хочешь быть как они, то нужно и поступать как они, тем более что это запрещается, а нарушать запреты это так круто и по-взрослому…

**Подростки и табачная промышленность**

Ежегодно от курения погибает более 100.000 россиян, и тысячи людей бросают курить. Это ведёт к финансовым потерям табачной промышленности. Точнее вело бы к потерям, если бы они не пополняли число зависимых от курения людей, возмещая потери. Поскольку убедить взрослого никогда не курящего человека, что курить – это весело, стильно и круто почти не представляется возможным, то основной контингентом, на который направлена агитационная политика табачных компаний, являются подростки.

**СМИ и подростковое курение**

Основное влияние и внушение о моде курить на подростков оказывается через средства массовой информации. Ни один фильм не обходится без актёров, которые бы не курили. А если курящий актёр – это кумир подростка, то его желание соответствовать придуманному образу и быть как его идеал, повышает шанс начать курить в 16 раз. Зная это, многие табачные компании платят огромные деньги, чтобы герой в кино курил сигареты именно их производства.…

Ведь видя своего кумира, задумчиво курящего под правильным ракурсом, подросток начинает воспринимать идею курения как часть продуманного образа, как философию взрослой и загадочной жизни. Желая попробовать покурить, конечно, он выберет ту марку сигарет, которую курил тот актёр, ведь он точно разбирается в том, что хорошо, а что нет.

**Реклама, направленная на подростков**

Чтобы продать что-то, это надо широко разрекламировать. Создавая рекламу, надо изначально решить, на какую аудиторию она будет направлена. Например, создавая рекламу новой детской игрушки, пробуют понять, что бы дети хотели видеть в этой рекламе, что могло бы привлечь их внимание, что бы запомнилось им и притягивало на протяжении долгого периода времени.

Создавая рекламу для табачной компании, решаются те же самые задачи. Анализируется, что подростки хотят видеть и слышать. Потенциальным клиентам выдаётся именно то, что они желают приобрести.

**Вред для подросткового организма**

Курение в подростковом возрасте приводит к негативным последствиям в физическом и умственном развитии. К физическим последствиям относится:

Снижение темпов роста организма;

Нарушение обмена веществ;

Снижение темпов прибавки веса;

Быстрая утомляемость;

Низкий иммунитет;

Повышение внутриглазного давления;

Нарушения зрения;

Нарушения слуха.

К умственным нарушениям относят:

Нарушения слуха;

Нарушения объёма памяти;

Уменьшение скорости запоминания и приобретения новых навыков;

Ухудшение концентрации;

Появление нервных расстройств.

Нехватка денег у подростков часто приводит к тому, что они или покупают самые дешёвые марки сигарет, в которых содержание смол и никотина значительно выше, или докуривают окурки, при этом рискуя подхватить чужие инфекции.

**Ответственность**

Табачные компании перекладывают ответственность за курение на подростков, поскольку те сами выбирают курить или не курить, и их родителей которые не уделили должное внимание воспитанию. Подростки винят СМИ и взрослых, подающих плохой пример. Взрослые кивают на сверстников подростков, табачные компании и продавцов, продающих сигареты несовершеннолетним.

**Мотивация**

Поскольку первая затяжка у любого человека вызывает отвращение, то заставить человека закурить ещё раз может только психологическая мотивация, которая перебарывает защитные системы организма. Правильное использование этой же мотивации может стать эффективным способом борьбы с подростковым курением.

По убеждению многих психологов, добрая и доверительная семейная атмосфера позволит направить желание самоутвердиться у подростка в другое русло. При наличии такой атмосферы он скорее воспользуется советами родителей и принципами самореализации, поскольку в этом случае влияние родителей для ребёнка будет сильнее влияния сверстников.

Не менее важным в борьбе с подростковым курением является пропаганда здорового образа жизни, профилактические беседы с детьми и популяризация спорта. Но всё это возможно только, в случае, если ребёнку дают возможность самоутвердиться в доверительной семейной атмосфере, а не под тоталитарным давлением старших членов семьи.