

آیا میتوانم کمکی کنم ؟

متوجه شدم که برادر 22 ساله ام ، چندوقتی است که سیگاری کشد و خیلی درمانده شدیم که با این موضوع چگونه برخورد کنیم از شما خواهش می کنم که مرا راهنمایی کنید.

=====

- نگرانی شما قابل درک است . در درجه اول بهتر است بدانید که سیگار کشیدن ، زمانی خطرناک است که یک رفتار تکرار شونده همراه با وابستگی باشد و اگر کسی تفننی ، سیگار بکشد نشانه وخامتی در او نیست ؛ پس به اندازه نگران باشید که کار را خراب تر نکنید !
- وقتی رفتار سیگار کشیدن در منزل شما اینقدر غیر عادی است ؛ می توان حدس زد که دیسپلین حاکم بر خانه از انضباطی خاص تبعیت میکند . در این نوع خانه ها گاهی فرزندان اول، رشدی مطابق اصول خانواده میکنند و فرزند کوچکتر یا فرزند آخر ناگهان برای اینکه دیده شود ، رفتاری متفاوت و گاهی مخرب نسبت به اصول خانواده در پیش میگیرد (تا دیده شود و به رسمیت شناخته شود) شما میتوانید از این زاویه نیز موضوع را بررسی کنید و زمینه های دیده شدن ایشان را به شکل سالم فراهم کنید تا نیاز روانی به استقلال طلبی های معترضانه از طریق رفتار پر خطر و مصرف سیگار ، فروکاسته شود
- بهتر است کسی در منزلتان ، در این موضوع ورود کند که هم مقبولیت داشته باشد هم جذبه . مراقب باشید رابطه خواهر- برادری را تبدیل به جاسوسی و خبربری نکنید.