

20321 장호림

요즘 학생들은 왜 휴연을 그러려니 할까?





청소년의 흡연 동기

1. 호기심. 청소년의 흡연동기는 50% 이상이 호기심이다.
2. 친구들과 어울리기 위해서.
3. 스트레스를 풀기 위해.
4. 어른스러워보이니까!
5. 멋져보이려고..

이렇듯 청소년의 흡연 동기는 이 다섯개 이외에 여러가지가 있다.
그렇다면 이 많은 아이들은 흡연의 단점을 알고 있을까?

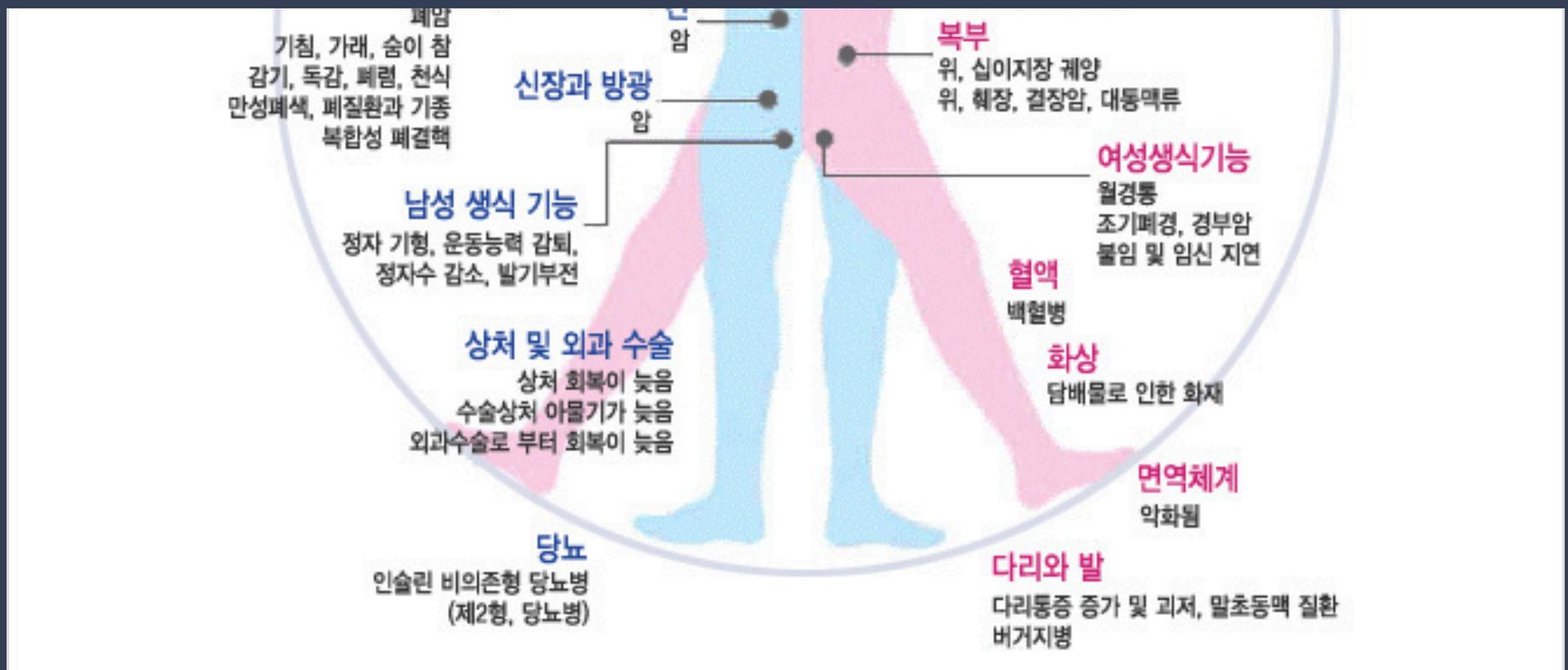


출처 | 보건소 공식 사이트

2007년

📌 청소년 흡연의 후유증?

1. 후각이 무뎠어진다.
2. 기침과 가래, 숨이 자주 찬다.
3. 본인도 모르게 수명이 점점 짧아진다.
4. 만성피로의 원인이 될 수 있다.
5. 노화의 빠른 진행속도.
6. 또래에 비해 성장 속도가 느리거나 멈춤.





금연

1. 주위 사람들에게 금연하고 있음을 소문낸다.
2. 흡연과 관련된 물건들을 버린다.
3. 매일 금연 일기를 적는다.
4. 나에게 보상을 한다. (ex-선물, 여행 등)
5. 담배 피우는 시간에 껌씹기 등 다른걸 한다.

