Perpustakaan Sekolah Tinggi Ilmu Kepolisian (STIK) >> Buku

Tip cerdas agar anak anda berhenti merokok

Jordy Becker

Deskripsi Lengkap: https://library.stik-ptik.ac.id/abstrakpdfdetail.jsp?id=3554&lokasi=lokal

---

Abstrak

Berhenti merokok tanpa menggunakan sesuatu sebagai penggantinya ternyata sangat mungkin dan bisa dilakukan semua orang. Dalam buku ini, Jordy Becker menunjukkan metodenya yang masuk akal kepada para orang tua dan anaknya. Menurutnya, dengan terperangkap ke dalam jebakan itu sebagian besar perokok bisa dibimbing untuk menyadari bahwa mereka dapat menikmati hidup atau mengatasi stres tanpa menggunakan racun-racun kimia yang berbahaya. Jika anda bisa membuat anak anda melihat fakta tentang merokok, maka anda bisa membantu mereka menghindari kecanduan kepada obat-obat lain.
Buku yang bijaksana dan berbicara dengan jujur ini memberikan saran tentang :
-Bagaimana berkomunikasi secara bebas dan terbuka dengan anak
-Bagaimana memahami stres yang mereka alami
-Mengenal bahwa merokok bukanlah pilihan, tetapi jebakan.
Menolak tekanan dari teman, pacar atau iklan.
-Menyadari kesalahan konsep seputar merokok