

Курительные смеси. Как сказать «**Н Е Т**»



Среди тех, кто пробует наркотик первый раз, "балуется", есть ошибочное мнение, что они смогут вовремя остановиться... Но дальше начинаются проблемы в семье, учебе, во взаимоотношениях с окружающими. А вот остановиться, **взять себя в руки** оказывается **очень непросто**. Худые, беззубые, гниющие изнутри морально и физически "люди", вот к такому "идеалу" неосознанно стремятся те, кто пробует наркотик, каждый раз говоря себе, что это последний. **Лишь единицы из тысяч избавляются от этой привычки.**

Если Вас уговаривают попробовать наркотик:

1. Выслушайте оппонентов, покажите, что Вы слышите их аргументы, задайте как можно больше вопросов и все равно **говорите четкое НЕТ**.
2. **Не пытайтесь** придумать "уважительные" причины и **оправдываться**. Это только раззадорит группу и вызовет шквал оскорблений.
3. Откажитесь продолжать разговор на эту тему и попробуйте предложить альтернативный вариант.

Если Ваше твердое НЕТ вызвало реальную атаку критики:

1. **Не концентрируйтесь** на сказанном в Ваш адрес в запале гнева. Основная ошибка - это желание защитить себя от любых несправедливых нападков. Помните, что каждая попытка защитить себя в подобной ситуации будет только разогреть пыл противника.
2. Убедите себя в том, что никто не может оценивать личное достоинство других, можно судить только о делах окружающих.
3. Помните, что **неодобрение не может быть постоянным**. Споры - это часть жизни. Если один человек критикует другого, он вовсе не подразумевает его бесполезности.

*Умелое применение этих правил, Ваше четкое и уверенное **НЕТ** –*

**ЕСТЬ ИСТИННОЕ
ПРОЯВЛЕНИЕ
НЕЗАВИСИМОСТИ И
ПОЗИЦИИ ВЗРОСЛОГО
ЧЕЛОВЕКА.**

**Люди, не боящиеся
сказать НЕТ, уверенные в
себе, ценятся обществом
значительно больше.**

