НАУЧИТЕСЬ ГОВОРИТЬ «НЕТ» НАРКОТИКАМ!

Сказать «нет» - это целая наука,  
которую, кстати, не всегда до конца постигают даже взрослые

люди.

Отказывая, важно смотреть собеседнику в глаза.  
Твой голос должен быть твердым и уверенным.  
Ты имеешь право принимать решения, говорить «нет» и не чувствовать себя за это виноватым.

Некоторые примеры или сценарии отказа:

1. **«Нет, я не употребляю наркотики».** Это ответ, который  
   не требует объяснения, и может звучать вслед за  
   предложением любого вида наркотиков.
2. **«Нет, спасибо. Мне надо идти на тренировку».**

Рациональное обоснование отказа не вызовет удивления у  
тех людей, которые предлагают попробовать наркотик. Это  
так же не вызовет у них особых опасений - они убедятся,  
что это не их жертва и очень быстро потеряют интерес.

1. На вопрос **«Тебе слабо?»** можно ответить так: **«Мне слабо  
   сидеть на игле всю оставшуюся жизнь».**
2. **«Спасибо, нет. Это не в моем стиле».**
3. **«Отстань!»**
4. **«Почему ты продолжаешь давить на меня, если я уже  
   сказ ал (а) «НЕТ»?»**
5. **«Наркотики меня не интересуют».**
6. **Если собеседник начинает подтрунивать над отказом,  
   нужно поддержать «шутливую» форму разговора.**
7. **Если давление будет все настойчивее, нужно помнить,  
   что всегда можно просто уйти.**