

Памятка «Научись говорить «НЕТ!» наркотикам»

Можно по-разному сказать одно и то же «НЕТ!» на предложение «дури» и рая на земле:

Жестокое «НЕТ!» с повышенным тоном голоса и решительным отстраняющим жестом.

Презрительное «НЕТ!», уходя от того, кто предлагает.

Спокойно-уверенное «НЕТ!» и взгляд прямо в глаза тому, кто предлагает наркотик.

Интересным решением будет полное молчание, которое может сопровождаться мимикой и жестами, не оставляющими сомнений в категоричности отказа. При подобной тактике поведения всякое дальнейшее общение заходит в тупик, и предложения прекращаются.

Можно отказаться, прикрывшись вывеской «болезнь»; люди достаточно уважительно относятся к болезням, особенно непонятным. Если скажешь: «Ты что? У меня полигландулярная эндокринопатия! Я могу запросто умереть, если приму наркотик!», после этого могут обижаться на болезнь сколько угодно, главное, человек выведен из-под давления.

«НЕТ! Это не для меня!»

«НЕТ! Я знаю, чем это кончится. И ты знаешь!»

«НЕТ! Я собираюсь жить долго и иметь здоровых детей!»

«НЕТ! Я не тороплюсь на тот свет!»

Отвечая на предложение наркотика, нельзя позволять втягивать себя в долгие разговоры и дискуссии: ответ должен быть коротким и решительным. После этого надо уйти.