



Курительные смеси. Скажите **НЕТ**

Среди тех, кто пробует наркотик первый раз, "балуетея", 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 нападок. Помните, что каждая попытка защитить себя в подобной ситуации будет только разогревать 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.**