

ПАМЯТКА «СОВЕТЫ ПОДРОСТКАМ»

Как отказаться от предложения попробовать наркотики?

Как это можно сделать? Тактика отказа:

1. **Вежливо отказаться:** «Хочешь попробовать?» — «Нет, спасибо».
2. **Объяснить причину отказа:** «Почему не хочешь?» — «Не могу, сдаю анализы».
3. **Сменить тему:** «Давай покайфуем?» — «А ты слышал, что?...»
4. **Надавить со своей стороны:** «Если бы ты был крутым, то бы попробовал» — «А если бы ты был крутым, то перестал бы ребячиться».
5. **Не проявлять интереса.** Тебе предлагают наркотик — не обращай внимания, пройди мимо.
6. **Избегать ситуации и места,** где на тебя могут оказать давление.
7. **Сила в числе.** Если приходится ходить в такие места — иди вместе с теми, кто тоже не употребляет наркотики.

Еще варианты отказа? Пожалуйста:

- Нет, мне есть чем заняться!
- Нет, спасибо, я катаюсь на велосипеде, занимаюсь спортом (или делаю что-либо еще) и мне не до этого!
- Нет, спасибо, я не хочу неприятностей с родителями (учителями в школе и т.д.);
- Нет, спасибо, мне не нравится запах (вкус);
- Нет, спасибо, я не хочу;
- Нет, спасибо, это не для меня;
- Нет, спасибо, я это не употребляю;
- Нет, спасибо, мне еще заниматься;
- Нет, спасибо, у меня много дел;
- Нет, спасибо, я сейчас на диете;
- Нет, спасибо, у меня на них аллергия;
- Нет, спасибо, мне надо на тренировку (в школу, домой, к друзьям);
- Спасибо, нет;
- Спасибо, нет! Это не в моем стиле. Это не в моем вкусе. Это не для меня;
- Нет, не хочу неприятностей;
- Я и без этого себя прекрасно чувствую! (и другие варианты, которые вы можете придумать сами);

Отказываясь от наркотиков, ты делаешь выбор в пользу своей жизни, своего настоящего и будущего, своего успеха и любимого дела, своей свободы, своей самостоятельности, ответственности и настоящему счастью!