**Это сложное слово "НЕТ"**

**"Словесное дзюдо", помогающее противостоять групповому давлению и критике.**

 **Если Вас уговаривают попробовать наркотики:**

**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. Критика Ваших личных качеств является неправомерной.**

**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 приему наркотиков и ЕСТЬ ИСТИННОЕ ПРОЯВЛЕНИЕ НЕЗАВИСИМОСТИ И ПОЗИЦИИ ВЗРОСЛОГО ЧЕЛОВЕКА.**

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