

НАРКОТИК – ТВОЙ ВРАГ !



**Умей
сказать
«НЕТ!»**
Будь собой

Мы работаем для Вас:
Пн., Вт., Ср., Чт., Пт. – с 10.00 до 21.00
Сб., Вс. – с 11.00 до 18.00
Наш адрес:
г.Оленегорск,
ул. Строительная, д. 34
☎ 5-41-12; 5-70-75
e-mail: erudit@ol-cbs.ru

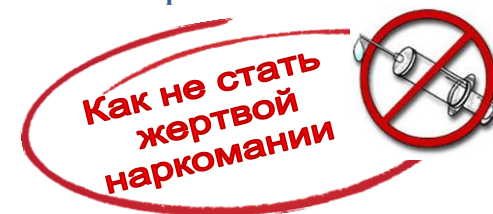
Летнее расписание:
Пн.-Пт. – с 11.00 до 19.00
Суббота – с 11.00 до 18.00
Выходной – Воскресенье

Ответственный за выпуск
Малашенко Н.А., директор МУК «ЦБС»
Составители: Филиппова С.Г.,
гл. библиограф гл. библиограф библиотеки-филиала №7

При составлении использовались материалы сайтов Интернета, СПС
«КонсультантПлюс» и периодических изданий

Муниципальное учреждение культуры
«Централизованная библиотечная система»
Библиотека-филиал №7

12+



СКАЖИ
"НЕТ!"
НАРКОТИКАМ!

Памятка

2017

Как правильно сказать НЕТ! предлагающему тебе наркотик

Для вас дворовая компания — это целый мир, социальная ниша, среда.

Вы живете по законам этого мира. И бывает очень трудно противостоять общему мнению.

Если кто-то считает, что курить и колоться — это круто, то нужно иметь уверенность в себе, самостоятельность мышления и крепость духа, чтобы противопоставить себя этой среде...

Что помогает противостоять наркотикам

- ✦ Будь в хорошем отношении с окружающими тебя людьми.
- ✦ Умей противостоять влиянию наркозависимых (в первый раз обычно предлагают бесплатно, помни – это капкан).
- ✦ Дружи с людьми, ведущими здоровый образ жизни, избегай общества наркоманов.
- ✦ Знай всю правду о том, к чему приводит употребление наркотиков.
- ✦ Заботься о своем здоровье, занимайся спортом.
- ✦ Пусть у тебя будет хобби, увлечения.
- ✦ Умей просить помощи у взрослых, когда ты попал в трудную ситуацию.

Можно по-разному сказать НЕТ

Жесткое **«НЕТ!»** с повышением тона голоса и решительным отстраняющим жестом.

✦ ✦ ✦

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

✦ ✦ ✦

Ответ в форме обвинения: «Ты что мне предлагаешь? Я же сказал нет!»

✦ ✦ ✦

Спокойное уверенное **«НЕТ»** и взгляд прямо в глаза тому, кто предлагает наркотик.



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.



✦ ✦ ✦

Сравните твердое и уверенное **«НЕТ!»** и ответ: «**Да нет...** Я же сказал, что не хочу...», где «Да нет» воспринимается, скорее, как нерешительное «Да». Вероятнее всего, за неуверенным ответом последует усиление нажима, перед которым подросток может не устоять.



✦ ✦ ✦

Назови причину, скажи тем, кто тебе предлагает, почему не хочешь принимать наркотик: «Я знаю, что это опасно для меня», «Я уже пробовал, и это мне не понравилось».