**Три способа отказа от наркотиков**

1. Неуверенный

Фразы, которые используются когда предлагают пробу: «Ну, не знаю», «Спасибо, нет», «Меня родители ругают». Это когда человек теряет настойчивость и склонен к воздействию на себя со стороны подстрекателей.

1. Агрессивный

Грубость в отказе может привести к опасности для жизни. Используя, слова, которые вызывают раздражение, негативно влияют на «подстрекателей» и это может закончиться противоправными действиями.
В этих случаях лучше найти предлог для ухода из компании.

1. Уверенный

Самый лучший выход из ситуаций. Использование слов отказа уверенным тоном, спокойно, не теряя самообладания и выдержки. Если давление настойчиво, то твердо сказать «я не хочу пробовать» и не вступать в дальнейший диалог.

Понятно, что любые рекомендации применимы лишь к сложившимся обстоятельствам и не всегда успеваешь сориентироваться, как выйти из ситуации, поэтому и существуют различные службы в городе, которые помогут всегда подростку найти правильное решение.

Рассмотрим **самые распространенные ситуации**, в которых может оказаться любой несовершеннолетний, и найдем пути выхода из них без ущерба для жизни.

1.Ты пришел в клуб, тебе предложили «затянуться, чтобы получить удовольствие».

- Нет, я знаю, что может мне доставить удовольствие;

- Нет, уже пробовал не помогло, давай лучше потанцуем;

- Нет, не хочу и тебе не советую.

2.Ты вышел гулять во двор (у тебя личностные проблемы), для решения их предлагают «затянуться».

- Нет, мне это не поможет;

- Нет, я лучше пойду прогуляюсь;

- Нет, не хочу больших неприятностей.

3.В компании тебя сравнивают с «белой вороной».

- Нет, у меня аллергия, могу попасть в больницу;

- Нет, это не в моем стиле;

- Нет, зато я буду здоровой (ым).

4.Если ты уже принял дозу спиртных, энергетических напитков и для усиления тебе предлагают наркотические вещества.

- Нет, меня уже тошнит;

- Нет, пора домой, мне хватит;

- Нет, меня и так родители будут ругать.

5.Ты оказался в кругу людей, употребляющих наркотические вещества, как быть?

- Нет, я без этого себя прекрасно чувствую;

- Нет, мне пора по делам;

- Нет, уже не хочу.

6.Предлагают «затянуться за компанию».

- Нет, меня тошнит от запаха;

- Нет, а что-нибудь другое есть, тогда нет;

- Нет, я эгоист, так люблю себя, что не хочу.

7.Друзья говорят: «Давай попробуем от нечего делать»

- Нет, мне еще нужны мозги;

- Нет, не хочу умереть молодым;

- Нет, я на диете.

8.Компания предлагает, чтобы проверить свойства наркотического вещества.

- Нет, я не рискну своим здоровьем;

- Нет, меня это не интересует, я все знаю;

- Нет, у меня тренировка, а там проверка на эти вещества, я хочу на чемпионат.

**Отказаться всегда трудно,
если компания не уважает твое мнение, друзья ли это?
Твоя жизнь – твой выбор!
Можно годами расплачиваться за минуты «счастливых» минут.**

Получив информацию, каждый решает для себя сам, стать успешным в этом мире или «идти на дно».
 Понятно, что в большинстве случаев первое «знакомство» с наркотиком происходит из интереса, но надо помнить, что любопытство – это хорошее качество, в том случае если оно разумное. Как нельзя из любопытства прыгать в огонь, так и человек, зная, что употреблять наркотики нельзя, не должен это делать. От наркотиков нужно уходить путем твердого отказа. «Это не для меня!», «Я не буду!» и т.д. Только личность может отстаивать свою позицию, не смотря на наркотический соблазн.
Возникает всегда вопрос у молодежи, ПОЧЕМУ до сих пор есть наркотики, как сделать так чтобы наркомания исчезла вообще? Все зависит от нас самих: пока есть спрос, будет и предложение. Лучше найти применение своим интересам в других развивающихся областях жизни, вокруг столько интересного, неизведанного. Не стоит платить своей жизнью за минуты «кайфа» от наркотиков.

**Если вдруг беда пришла, не оставайтесь с ней один на один, помните есть люди, которые вам помогут.**