|  |
| --- |
| **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.http://www.antinarc.ru/images/blank.gif |
|  |