

# ***Выбор за тобой!***

*Сегодня тебе могут предложить наркотики в школе, во дворе, на дискотеке. Ты не в силах исключить возможность этого и всегда должен быть готов к такому развитию событий.*

## ***Подумай, как сказать «нет».***

*Вот некоторые варианты отказа:*

- 1. Назови причину.** Скажи тем, кто тебе предлагает, почему ты не хочешь принимать наркотик: «я знаю, что это опасно для меня», «я уже пробовал, и это мне не понравилось».
- 2. Будь готов к различным видам давления.** Люди, предлагающие наркотики, могут быть дружелюбны или агрессивны. Будь готов уйти или сделать что-нибудь, что могло бы уменьшить давление со стороны.
- 3. Сделай это просто для себя.** Ты не должен объяснять всем свои причины. Просто скажи «нет».
- 4. Имей какое-нибудь дело.** Если ты занят, это уже будет причиной отказа от наркотиков. Даже если ты скажешь, что всего-навсего собираешься просто пойти обедать или ужинать, то это уже возможность избежать ситуаций, когда ты находишься «под нажимом».
- 5. Избегай ситуаций.** Ты можешь знать, кто употребляет наркотики, и в каких местах они собираются. Старайся быть подальше от этих мест, от этих людей.
- 6. Дружи с теми, кто не употребляет наркотики.** Твои настоящие друзья не будут заставлять тебя принимать наркотики, пить спиртное, и не будут делать этого сами.

# *Почему твои сверстники решают попробовать наркотики?*



- возможно, это выражение внутреннего протеста;
- может быть, это знак принадлежности к определенной «продвинутой» группе;
- это экстремально, а потому – интересно;
- они считают, что так принято на любой вечеринке – «быть как все»;
- им кажется, что это помогает им чувствовать себя взрослым;
- они заблуждаются в том, что это помогает забыть о проблемах.

# *А у тебя будет семья?*

И мужчины, и женщины могут иметь отрицательные последствия от применения наркотиков. Многие наркотики уменьшают количество мужских половых гормонов, и в результате их употребления быстро наступает импотенция. У девушек применение наркотиков приводит в будущем к бесплодию. Но если возможность зачать ребенка сохраняется, то вы рискуете здоровьем будущего ребенка.

Уже доказано, что все наркотики, включая табак и алкоголь, отрицательно влияют на физическое и умственное развитие будущих детей. Курение табака, например, является причиной недоношенности плода. Алкоголь является причиной умственной неполноценности и неспособности к обучению. Все наркотики могут стать причиной физического недоразвития ребенка.



# 12 причин отказаться от наркотиков:

- Твои дети не будут тебя стыдиться.
- Тебе не придется врать и изворачиваться.
- Твоя мама не почернеет от горя.
- Тебя не будут сторониться друзья.
- Ты не приобретешь гепатит и ВИЧ.
- Ты не будешь приносить прибыль наркоторговцам.
- Тебе не придется попрошайничать.
- Ты не будешь воровать вещи своих близких.
- Тебе не придется искать дозу каждые три часа.
- Ты не станешь глубоким инвалидом от действия наркотиков.
- Ты не станешь изгоем в обществе.
- Ты не умрешь молодым.



**Скажи «нет»!**