**Отработка отказа от нежелательного действия.**

Знакомство с приемами, алгоритмом и видами отказа.

**1. Выбрать союзника:** поискать, нет ли в компании человека, который согласен с вами, - это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.
**2. «Перевести стрелки»:** сказать, что вы не принуждаете никого из них что-либо делать, так почему же они так назойливы?

**3. Сменить тему:** придумать что-нибудь, что тоже интересно и не связано с приёмом наркотиков (пойти в спортзал, на танцы и т.д.).

**4. «Задавить интеллектом»:** если они убеждают, что это безвредно, указать на то, где они врут или просто не знают последствий (для этого нужно знать, чем вредны табак, алкоголь, наркотики).

**5. Упереться:** отвечать «нет», несмотря ни на что. Отстаивать свое право иметь собственное мнение. Это, кстати, будет свидетельствовать о твердом характере.
**6. Испугать их:** описать какие-нибудь страшные последствия, если они будут употреблять (например, «поймают», «случится белая горячка», «заболеет гепатитом» и т.д.).

**7. Обходить стороной:** если есть подозрение, что в какой-то компании в определенное время могут предложить наркотики, просто обходить её стороной.

Для этого существует множество алгоритмов.

**Отказ**  (Говорите «Нет, спасибо», «Нет, нет, нет», «Нет, я ухожу», «Нет, не могу», «Нет, мне не нужны деньги»)

**+ аргумент** («Нет, спасибо, от вина (наркотиков) люди перестают соображать и совершают глупые поступки», «Нет, сейчас это не модно», «Нет, спасибо мне сейчас нужно идти на тренировку», «Нет, спасибо, от вина у меня болит голова» и т.д.)

**+ встречное предложение** («Нет, спасибо, сейчас это не модно, давай лучше поиграем в футбол»
и т.д.).