



11

способов

способов

способов

ЖИТЬ

быть счастливым
сказать «**НЕТ**»

Половина проблем в нашей жизни происходят из-за того, что мы не можем вовремя сказать «НЕТ»

Сказать «нет» – это целая наука, которую, кстати, не всегда до конца постигают даже взрослые люди

«НЕТ, значит НЕТ».

Пусть твоё «НЕТ», значит «НЕТ», а не «может быть», «не сейчас», «потом» или «попроси меня ещё». Это правило №1.

Не бывает ситуации, когда ты не можешь применить правило №1.



ЭТО НЕ МОЁ


НЕТ, я не употребляю наркотики. Вот так - просто, здорово и честно!

НЕТ, мне нужно заниматься другим делом. Мне есть чем заняться!

Спасибо, НЕТ, это не в моем стиле. Это не в моем вкусе. Это не для меня!

Наркотики меня не интересуют. У меня другие интересы!





- «ты что, не знаешь, отчего
вымерли динозавры? Они же кололись!»

- «мне мамочка не разрешает»

- «мне слабо «сидеть на игле»

Когда говоришь «НЕТ» :

- смотри прямо в глаза,

- улыбайся,

- не чувствуй себя виноватым –
это ложное чувство вины!

ПОШУТИ
ПОШУТИ



нет
не-а
нее-е-е-т
NO
no-no
nine
нет-нет-нет
нетушки

A woman with long dark hair is looking through a chain-link fence. The entire image has a strong red color cast. The background is divided into dark red and white rectangular sections.

Если на тебя ДАВЯТ...

«Отстань!» Коротко и ясно.

«Не дави, я уже ясно сказал(а) НЕТ,
почему ты давишь на меня, на мою свободу?»

Уйди. Просто развернись и уйди,
если совсем никак не понимают.

По заказу Администрации Ростовской области,
министерства здравоохранения РО,
министерства образования РО.