

**HOJAS DE  
HABILIDADES  
SOCIALES**

# Ofrecer una alternativa al uso de drogas o alcohol

---

1. Vea a la persona. Haga contacto visual.
2. Use un tono firme y dígame a la persona que usted no quiere usar drogas o alcohol.
3. Dele una razón a la persona de por qué no quiere usarlas.
4. Sugiera otra actividad. Si la persona trae consigo drogas o alcohol, retírese de la situación.

# **Solicitar a un familiar o amigo(a) que deje de pedirle que use drogas o alcohol**

---

1. Vea a la persona. Haga contacto visual.
2. Use un tono firme y dígame a la persona que usted no quiere usar drogas o alcohol.
3. Dele una razón a la persona de por qué no quiere usarlas.
4. Dígame a esa persona que no le pida usar drogas o alcohol.

# Responderle a un extraño o a un traficante de drogas

---

1. Decida si desea hacer contacto visual.
2. Dígale a la persona que usted no desea usar drogas o alcohol. Sea breve.
3. *De ser necesario*, dele a la persona una razón por qué no quiere usarlas.
4. Retírese de la situación.