

Правила учтивости и вежливости для подростков

Термин «этикет» означает форму, манеру поведения, правила учтивости и вежливости, принятые в том или ином обществе. Этикет — это сочетание формальных правил поведения в заранее определенных ситуациях со здравым смыслом, рациональность вложенного в них содержания.

Итак, этикет является очень большой и важной частью общечеловеческой культуры, морали, нравственности. Он вырабатывался на протяжении многих веков. Практически нет народа, который не сделал бы свой вклад в мировую сокровищницу этикета, пусть и в соответствии со своими представлениями о добре, справедливости, человечности.

Но даже самое строгое следование безликим схемам поведения не есть корень истинно правильного поведения, главным всегда остается искреннее, радушное и доброе отношение к людям. Ведь если все мелочи этикета не подкреплены внутренней воспитанностью и высокой нравственностью, то вряд ли от этикета будет много пользы окружающим нас людям. Общественные места. Сегодня редко можно наблюдать картину, когда, стоя возле открытой двери, двое уговаривают друг друга: «Пожалуйста, проходите» — «Нет, пожалуйста, проходите вы». Обычно, когда нас пропускают вперед, мы проходим без излишних церемоний. И, в принципе, это правильно.

Если вы привели в дом гостя. Первой входит хозяйка, за нею гость. Если хозяин мужчина — первым входит гость. Ну а если он не знает дороги или за дверью темно? В таком случае хозяин входит первым, говоря: «Позвольте, я вас проведу» или: «Пожалуйста, за мной». Точно также следует поступить, если гость — женщина. К юношам или девушкам после 18 лет следует обращаться на «вы». Важно также управлять своим голосом, потому как он вполне может выдать ваше самочувствие, настроение, мысли, которые вам хотелось бы скрыть. Речь должна быть не слишком громка, иначе вы можете поставить себя в неловкое положение. Хороший тон требует, чтоб мы избегали таких разговоров, которые неприятны собеседнику или которые приводят его в уныние. Чтобы стать разговорным асом, прежде всего, необходимо усвоить несколько правил: в разговоре нужно избегать крикливого «Я»; учитывать заинтересованность других и скрывать собственную личность. Говорить с кем-либо на незнакомом остальному обществу языке весьма неприлично. Следует проявить любезность и деликатность в том случае, если в ваш разговор вмешался третий оппонент, а тема разговора сугубо интимна.

Важно также управлять своим голосом, потому как он вполне может выдать ваше самочувствие, настроение, мысли, которые вам хотелось бы скрыть. В состоянии стресса говорить еще тяжелее, мешает учащенное прерывистое дыхание, дрожь в голосе, поэтому также важно управлять своим дыханием.

Задумайтесь, быстро ли вы говорите? Если да, то насколько четко? Четко? Хорошо, а умеете ли вы правильно расставлять паузы в разговоре? Зачем нужны паузы? Все очень просто — паузы — это знак воспитанности. Паузы должны быть достаточно продолжительными, чтобы ваши собеседники могли вдуматься в сказанное. Если ваша речь медленна, и вы не делаете пауз в разговоре, вы рискуете утомить своего собеседника. Каждое слово в разговоре должно быть отчетливо и понятно собеседнику. В обществе говорят обо всем, но не углубляются в вопросы, не разбирают какой-нибудь предмет всесторонне, а рассуждают кратко, но не поверхностно. Не следует показывать вида, что разговор вам скучен или утомляет вас, или, что вы бы хотели беседовать с другими, не нужно смотреть в другую сторону во время разговора или смотреть на часы, руки должны быть в спокойном состоянии, не допустимо вертеть предметы.

В беседе лучше не касаться проблем личного характера, не склонять к этому партнера, не рассказывать доверительно о себе. Когда тема погоды будет исчерпана, можно поговорить, например, о телевидении, газетных новостях, спорте. В конце концов, обязательно найдется вопрос, способный увлечь обоих собеседников. Умейте слушать! Умеете? А как? Молчите, смотря на собеседника «пустыми глазами», в которых отражаются собственные заботы. Это совсем не то! Следует смотреть на собеседника

заинтересованно и время от времени вставлять какие-либо замечания, которые будут свидетельством того, что вы понимаете, о чем идет речь. В то время, когда кто-нибудь говорит с вами, некрасиво рыться в сумке, обшаривать собственные карманы, поглядывать на телевизор, ловить свой небесной красоты образ в зеркале напротив. Если рассказ вы уже один раз слышали, лучше сразу заметить: «Знаю, слышал», чем потом в нетерпении прерывать на полуслове. Вежливый человек редко прерывает чужой рассказ, даже если слышал его добрую сотню раз. В дружеской дискуссии нет места, например, таким выражениям: «Неправда!», «Что?!», «Тебя не поймешь!» Ведь можно то же самое сказать по-другому: «А мне кажется, что...», «Прости, я не расслышал...». Не перебивайте, когда кто-нибудь говорит, особенно если это человек преклонного возраста. Не исправляйте чье-либо неправильно произнесенное иностранное слово. Не следует подсказывать слова рассказчику, заканчивать за него фразу и, тем более, вслух исправлять стилистические ошибки. Вообще взрослым людям постарайтесь не делать никаких замечаний. Молодежь между собой иногда может себе это позволить, но только в дружеской форме. Обращение и приветствие. По этикету, приветствовать человека нужно словами: «Здравствуйте!» «Доброе утро!» «Добрый день!» «Добрый вечер!» Во время приветствия не следует опускать глаза, нужно встретиться взглядом с тем, кого вы приветствуете.

! Если вы увидели знакомого, который приближается к вам, не нужно кричать «здравствуйте!» издалека.

Дождитесь, когда расстояние между вами сократится до нескольких шагов. Обязательно нужно приветствовать тех людей, с которыми часто встречаетесь, даже если вы с ними и не знакомы, например, с продавцом ближайшего магазина, с почтальоном, соседями из подъезда

Давайте посчитаем, со сколькими людьми мы встречаемся ежедневно. Дома мы общаемся с родными: мамой, папой, братьями и сестрами, с соседями; в школе – с учителями, школьными товарищами, библиотекарем; в магазине - с продавцом, кассирами, незнакомыми людьми; на улице – с прохожими; старыми и молодыми людьми, взрослыми и сверстниками. Трудно сосчитать, сколько людей за один день увидишь; с одними только поздороваешься, с другими поговоришь, поиграешь, третьим ответишь на вопрос, к кому-то сам обратишься с просьбой. Каждый человек находится в постоянном общении со знакомыми и незнакомыми людьми дома, в школе, на улице, в магазине, в кино, в библиотеке и т.д. Все мы знаем, что поведение другого человека, приветливо или грубо сказанное слово нередко оставляют в душе след на целый день. Часто хорошее настроение у человека зависит от того, оказали ли ему внимание, были ли с ним приветливы, доброжелательны при общении, и как обидно бывает от невнимания, грубости, злого слова. Некоторые считают, что все это мелочи, пустяки. Однако грубые слова не безобидны. Недаром народ сложил мудрые поговорки о роли слова в человеческих взаимоотношениях: “От одного слова да навек ссора”, “Бритва скребет, а слово ранит”, “Ласковое слово – это вешний день”.

Правила:

Вежливость, доброжелательность, дружелюбие в отношениях - это взаимно.

Вырабатывайте в себе такие качества.

Не допускай ссор, драк, брани, крика, угроз. Это унижает человека.

Дорожи своей честью, честью семьи, школы, удерживай своих товарищей от плохих поступков.

Помогай младшим, незащищенным будь справедливым.

Поступай по отношению к другим так, как бы ты хотел, чтобы поступили по отношению к тебе

Самонаблюдение Прием сложный. Нужно как бы раздвоиться. Ты живёшь и делаешь всё, как обычно, и в то же время наблюдаешь за собой глазами другого человека. Каждый раз ставишь перед собой цель. Например, сегодня – “манеры”. В другой раз цели будут

другие: как разговариваю с людьми? Как здороваюсь? Как держусь в гостях? Отмечай не только свои недостатки, но обязательно и хорошие черты, качества, привычки.

Самооценка. Надо не только следить за собой, но давать честную, без всяких скидок оценку. Можно вечером, когда лёг спать, вспомнить, как прошел день, что заметил за собой и прямо сказать себе. В этом очень помог бы дневник, в котором отражались бы раздумья о самом себе, об окружающих людях, оценки самому себе. Изучение мнения других людей. Как бы честно ты ни старался оценить себя, всегда есть опасность ошибиться многое гораздо лучше видно со стороны. Поэтому очень важно знать, что думают о тебе другие. Помогает и самопознание, и наблюдение за поведением окружающих. У одного древнего восточного мудреца спросили: “У кого ты учился благовоспитанности?” - “У невоспитанных, ответил он, я избегал делать то, что делают они”. Итак, главное условие воспитанности – знание общепринятых норм и правил поведения; второе – тренироваться упражняться в правильном поведении; третье – прочные и устойчивые привычки поведения.