

# Dla uczniów

## SAVOIR-VIVRE DLA KAŻDEGO - KULTURA DNIA CODZIENNEGO

### UPRZEJMOŚĆ

Obowiązuje nas zawsze wszędzie i wobec każdego. Zyskuje nam sympatię i poważanie w stosunkach międzyludzkich, znakomicie ułatwia nam życie. Świadczą o tym:

- trzy magiczne słowa: proszę, dziękuję, przepraszam;
- łagodny ton tzn. zawsze rozmawiać łagodnym i ciepłym tonem;
- uważne słuchanie - przypomina nam o tym stare arabskie przysłowie "Mamy tylko jedno usta i dwoje uszu".

### PUNKTUALNOŚĆ

Zapewnia porządek w naszym życiu i ułatwia wzajemne kontakty międzyludzkie. Dlatego wszyscy chcemy, aby punktualność była cechą wszystkich ludzi.

### UŚMIECH

>Odzwierciedla on nastrój człowieka, jego stosunek do innych ludzi. Uśmiech jednak uśmiechowi nie jest równy. Spotykamy się z uśmiechem bezczelnym i fałszywym, ironicznym i obłudnym. Nie ułatwia on kontaktów, wręcz przeciwnie - utrudnia je i komplikuje. Uśmiech sprzyja wytworzeniu dobrej atmosfery, łagodzi nieporozumienia, jeśli jest ciepły, przyjacielski, serdeczny i życzliwy.

### ŻYCZLIWOŚĆ

Jest niezbędnym elementem w układaniu dobrych stosunków między ludźmi. Brak jej uwidoczni się niemal na każdym kroku. Życzliwość to bardzo dobra cecha człowieka, polega ona na wczuciu się w sytuację innych i chęć okazania pomocy.

### DYSKRECJA

Człowiek dyskretny nie wnika w sprawy innych ludzi, gdy jednak zetknie się z nimi, wyczuje, czego nie należy widzieć lub słyszeć i powtarzać innym.

### JAK SIĘ PODAJE RĘKĘ ?

Ten symboliczny gest może wyrażać szacunek, przywiązanie, życzliwość, przyjaźń, dumę, obojętność, lekceważenie. Niekiedy kobieta podając mężczyźnie rękę podnosi ją zbyt wysoko, wskazując w ten sposób, że oczekuje ucałowania. Są i tacy mężczyźni, którzy nie całują kobiety w rękę. I jak w takiej sytuacji poczuje się kobieta ? A jak mężczyzna ? Gdy nasi znajomi lub przyjaciele siedzą po drugiej stronie, np. stołu, nie wyciągamy ręki ponad stołem. W takiej sytuacji przywitanie ograniczamy do skinienia głową. Gdy nasze ręce są brudne i nie nadają się do podania, grzecznie przepraszamy mówiąc: "Przepraszam, ale mam brudne ręce".

### KTO KOMU PIERWSZY PODAJE RĘKĘ?

Kobieta pierwsza podaje rękę mężczyźnie. Starszy podaje rękę młodszemu.

## ZASADY UBIORU

Powinien być staranny, dostosowany do pory dnia i okoliczności. Świadczy on o zamiłowaniu do porządku, estetyki i daje dobre samopoczucie. Jest oznaką poszanowania, godności własnej i innych.

### JAK SIĘ UBIERAĆ ?

Wszystkie ubrania powinny być czyste, odprasowane i znajdować się w idealnym porządku. Nie sugerujemy się wyłącznie modą. Przy wyborze ubrań patrzymy na swój wiek, wzrost, kolor skóry, włosów itp. Staramy się dobrać ubiór do każdej okazji. Odpowiednio dobieramy wszystkie dodatki.

### JAK ZACHOWAĆ SIĘ PRZY STOLE ?

Zachowanie odpowiedniej kultury przy stole polega na nie sprawianiu brzydkiego, odpychającego widoku, niekorzystnie wpływającego na podstawowe zmysły człowieka - wzrok i słuch. To znaczy, że nie powinniśmy:

- mlaskać;
- nakładać zbyt dużych porcji na talerz;
- nabierać sporych kęsów na widelec;
- utrzymywać na swoim talerzu nieład.