

آداب معاشرت

به زبان آدمیزاد

اثر سو فاکس

ترجمه‌ی گلناز فرهمندی



هیرومند

فهرست کوتاه

۲۳	مقرمه
۲۹	بخش ۱: آغازی برای آداب معاشرت بهتر
۳۱	بررسی اصول آداب معاشرت
۴۵	تبدیل شدن به الگوی رفتارهای شایسته
۵۹	مثبت نشان دادن خود: لباس و آراستگی و بسیاری موارد دیگر
۷۹	بخش ۲: گسترش روابط مؤدبانه
۸۱	تمرکز بر رفتار مؤدبانه با افراد خانواده
۱۰۳	درک هنر دوستی‌ها و روابط
۱۱۵	مؤدب‌بودن در دنیای کار
۱۲۷	بخش ۳: گفتگوی مهتابانه: گفتن درست و شایسته‌ی هر چیزی
۱۲۹	وارد شدن به گفتگویی مؤدبانه
۱۴۳	تقویت هنر نامه‌نگاری
۱۶۱	آداب امروزی رفتار با تلفن
۱۷۹	استفاده از قوانین جدید برای تکنولوژی جدید
۱۹۵	برقراری ارتباط در دنیای کار
۲۲۱	بخش ۴: به این می‌کن برنامه‌ی تفریحی! غذاها، مهمانی‌ها و هدایا
۲۲۳	بهزیبایی غذا خوردن
۲۵۳	میزبانی یک رویداد به یادماندنی
۲۸۵	یک مهمان بزرگ‌منش و محترم
۳۰۱	موقرانه هدیه دادن و موقرانه هدیه گرفتن
۳۲۱	بخش ۵: حد اکثر بهره‌برداری از موقعیت‌های ویژه
۳۲۳	توجه به مهم‌ترین رویدادهای زندگی
۳۴۱	با اجازه‌ی بزرگ‌ترها بله! جشن گرفتن مراسم نامزدی و عروسی
۳۷۹	بملاحظه بودن نسبت به معلولیت‌ها و بیماری‌ها

بفش ۶: ده تایی ها ۳۹۷

ده نکته‌ی آداب معاشرتی برای کودکان و نوجوانان ۳۹۹

ده نکته (یا بیشتر) در مورد انعام شایسته ۴۰۷

۴۱ ۳۹۷

۴۲ ۳۹۷

۴۳ ۳۹۷

۴۴ ۳۹۷

۴۵ ۳۹۷

۴۶ ۳۹۷

۴۷ ۳۹۷

۴۸ ۳۹۷

۴۹ ۳۹۷

۵۰ ۳۹۷

۵۱ ۳۹۷

۵۲ ۳۹۷

۵۳ ۳۹۷

۵۴ ۳۹۷

۵۵ ۳۹۷

۵۶ ۳۹۷

۵۷ ۳۹۷

۵۸ ۳۹۷

۵۹ ۳۹۷

۶۰ ۳۹۷

۶۱ ۳۹۷

۶۲ ۳۹۷

۶۳ ۳۹۷

۶۴ ۳۹۷

مقدمه

نوبت به شما هم می‌رسد. درست وقتی کوچک‌ترین انتظاری از چنین اتفاقی ندارید دعوتنامه‌ای برای شرکت در یک مهمانی شام رسمی دریافت می‌کنید که فقط روی هر میز آن مجموعه‌ی کاملی از چاقوها و چنگال‌ها و قاشق‌های مختلف دیده می‌شود بیشتر از کل قاشق چنگال‌های خانه‌تان. یا به مهمانی پایان سال شرکت‌تان دعوت می‌شوید درحالی که هنوز حتی یک کراوات تمیز هم ندارید. یا اینکه ممکن است فقط تدارک چهار تکه استیک را برای مهمانی شبتان ببینید درحالی که اقوام همسرتان بدون اطلاع دو تا از خویشاوندانشان را که هرگز ندیده‌اید و اصلاً نمی‌دانستید حتی چنین افرادی هم در فامیل وجود داشته باشند با خودشان می‌آورند. زندگی پر از لحظاتی است که دقیقاً نمی‌دانید باید در آن لحظه چه کاری انجام دهید — اما ترسی ندارد؛ آشنایی مختصری با آداب معاشرت در این زمینه به شما کمک کند.

بله، درست است! آداب معاشرت با این موضوع که کدام چنگال برای خوردن سالاد است هم سروکار دارد و به رفتارهای شما در مهمانی‌های رسمی هم مربوط می‌شود، اما آداب معاشرت مبحث گسترده‌تری است. آداب معاشرت کلید موفقیت شما برای حفظ هر نوع رابطه‌ی انسانی همراه با شوخ‌طبعی، عزت‌نفس کامل و خوش‌نامی بی‌حد است. آداب معاشرت در صف پای صندوق سوپرمارکت‌ها، پیک‌نیک‌های خانوادگی، مهمانی‌های قبل از تعطیلات محل‌های کار، پشت خط تلفن، روی اینترنت و بله درست است در جشن‌های عروسی هم به کار می‌آید.

یادتان باشد برای تمرین رفتارهای شایسته هیچ زمانی بهتر از روزهای تعطیل نیست. ادب در هر زمان و مکانی به کار می‌آید و همان چیزی است که برای پیش‌قدم بودن در رفتارهای شایسته، ایجاد احساس آرامش و راحتی در مهمان‌ها، وقت گذاشتن برای دیگران و توجه به نیازهای آن‌ها و در نهایت داشتن رفتاری که یک نتیجه‌ی خوشایند را تضمین کند، ضروری است. در خانه رفتار مؤدبانه‌ی شما به افراد خانواده کمک می‌کند تا عزت‌نفس‌شان را بالا ببرند. در محیط کار، رفتارهای شایسته‌تان دیگران را به همکاری خوب و شایسته با شما تشویق می‌کند. هنگام انجام کار و وظایف‌تان بر خورد مؤدبانه‌ی شما با دیگران نتایج خوشایند و سودمندی به ارمغان می‌آورد. همان‌طور که رالف والدو امرسون (Ralph Waldo Emerson)، شاعر و نویسنده‌ی آمریکایی، در کتابش نوشت: «رفتارهای شما همیشه تحت نظر مردم است و هر لحظه، زمانی که اصلاً توقعش را