

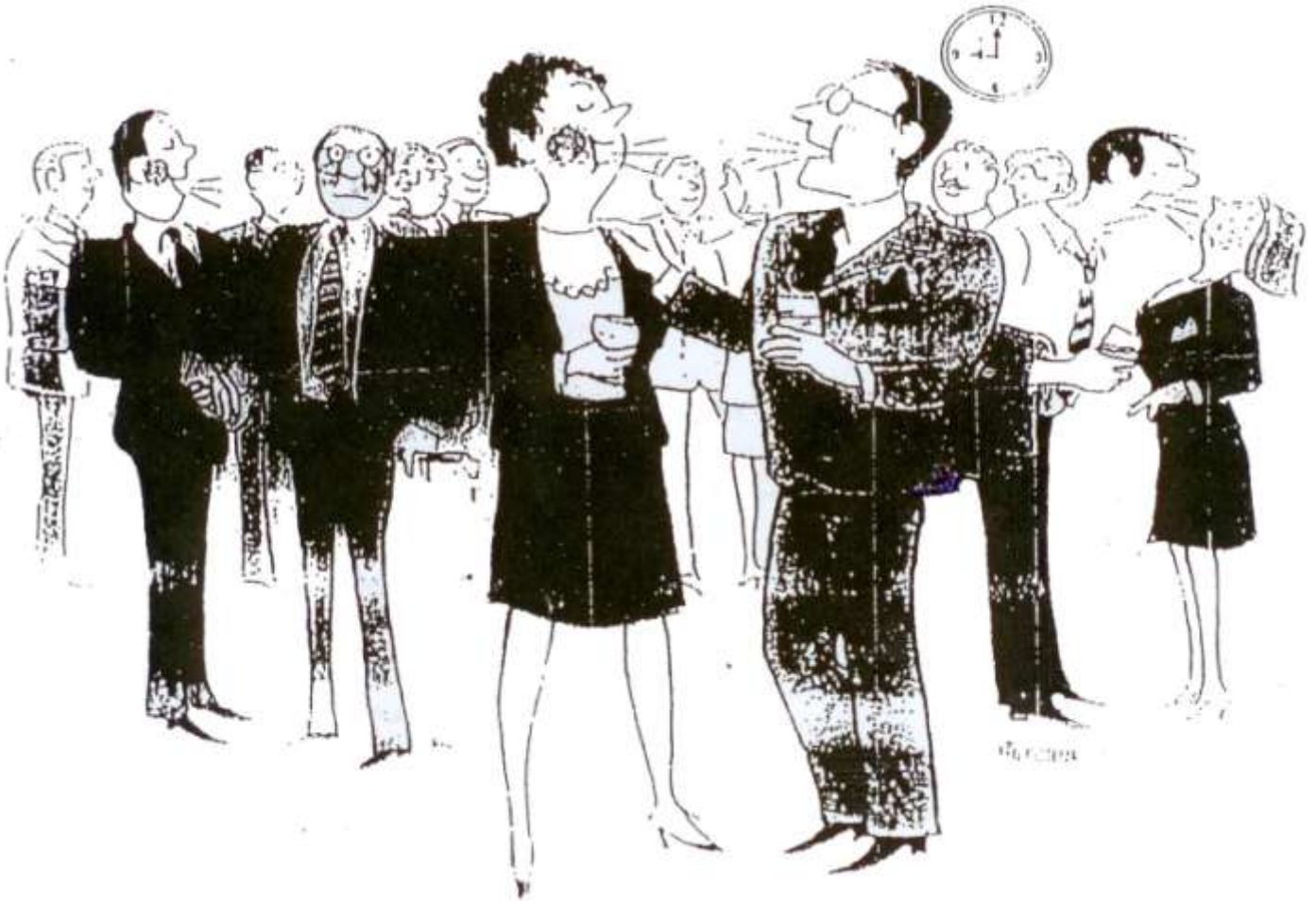
آداب معاشرت و الگوهای رفتاری



منابع:

۱ - کارگاه آداب معاشرت و الگوهای رفتاری

Do you make these mistakes at business meetings?



There are 12 social "sins"
Being committed here.
How many can you spot?

If you are of any one of these,
You could seriously hurt your career.



آداب اقامت در هتل

در هتل آرام و موقرباشید . شب موقع خواب در اتاق تان را به آرامی باز و بسته کنید . انسان مومن کسی است که رفتارش نرم و لطیف باشد.

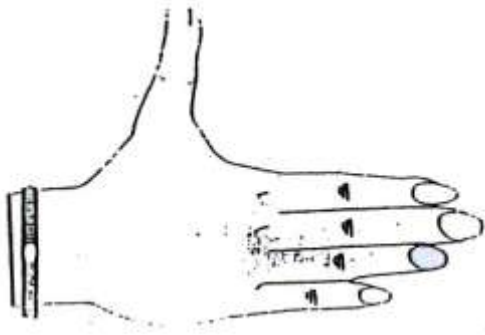
در راهروها به آرامی راه بروید و بلند حرف نزنید دوستانتان را با فریاد از اتاق یا طبقه ای دیگر صدا نزنید . یادتان باشد که صدا در محیط های جهانگردی حداکثر ۲/۵ متر است بیشتر از آن الودگی صوتی ایجاد می کند .

با اتاق هتل صدمه نزنید . آب میوه رو یزمین نریزید . حوله و وسایل تمیز را با خود با ملافه هتل کفش هایتان را پاک نکنید . بگذارید اتاق دار هتل بعد از رفتن ، شما را انسان متمدن بداند .

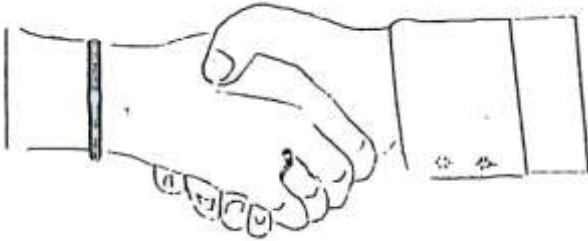
رادیو و موسیقی تان را خیلی بلند نکنید . الودگی صدا روح و روان آدمی را آزار می دهد . شما عاملش نباشید . با کفش سرپایی و لباس خواب به راهرو نروید .

در عزیمت از هتل ، محبت دربان و کسانیکه به شما خدمت کرده اند را با تشکر تلافی کنید . با لبخند تان خاطره خوبی از خود باقی بگذارید .





Begin with your fingers together and thumb up



Shake hands web – to – web with a but not crushing grip



Never offer only your fingerlips, causing a weak limp handshake.



HAPPINESS IS STARING YOU STRAIGHT IN THE FACE.

warm welcome

Having help with luggage

Action not excuses

The absence of queues

Messages being delivered

Apologetic staff

Knowing the way to their room

Easy check - in

Only hearing the truth

Uncluttered reception

Reasons being given

Caring ataff

Useful and clear directions

Staff who look at them

Taking full responsibility

Organised, quiet Front Desk

Making them feel important

Efficient and attentive staff

Refreshments offered

Staff who listen

Hearing his name

A well managed front office

Pens available

Paying \$200 for \$250 worth of service

Yes, we'd be happy to do that for you

What a pleasant
receptionist!



That telex was sent
very quickly.



What a great hotel,
I'll stay here again.



هر که در این سرا درآید
نانش دهید و از ایمانش میرسید،
چه آن کس که به درگاه باری تعالی به جان ارزد
البتہ بر خوان بوالحسن به نان ارزد .

شیخ ابوالحسن خرقانی



به نام خدا

تا هنگامیکه یک جهانگرد بیگانه در کشور اسلامی بسر می برد، دولت مسلمان موظف به تأمین آسایش و رفاه اوست. اگر هم یک جهانگرد خارجی در کشور اسلامی دچار حادثه شده و دارایی خود را از دست بدهد، دولت اسلامی موظف به تأمین معشیت و خسارت اوست.

امام علی (ع)

IN THE NAME OF GOD

As long as a tourist is in an Islamic country, the Islamic government is responsible to government is responsible to guarantee his safety & comfort.

If a tourist in an Islamic country loses his properties, the government should support and provide him with the lost property.

Imam Ali (P.B.U.H)



آداب محل کار

- سعی کنید در هر سازمانی که به عنوان کارمند یا مدیر هستید، با همگان یکسان رفتار کنید.
- در عین صمیمیت و شوخ طبعی سنگین و با وقار باشید.
- اگر در شغلتان پیشرفتی کرده اید و یا ثروتمند شده اید، خود را گم نکنید که پول و مقام نوکر خوب و ارباب بدی هستند.
- هر چه بیشتر سر وقت در محل کارتان حاضر شوید، بیشتر بر کارتان مسلط خواهید شد.
- با همکارانتان حتی اگر بسیار صمیمی هستید، زمان طولانی صحبت نکنید. بگذارید به کارهایشان و کارهای مردم رسیدگی کنند.
- آفرین بر کسی که وقتی چیزی برای گفتن ندارد، سکوت می کند.
- اگر سخن نقره است؛ سکوت طلا است.

"الكلام قتل و حل"

Keep it short & simple → KISS

- سخن مثل دار و کفش مفید و زیادش مضر است.
- کم و گزیده گوی چون در تا زانک تو جهان شود پر
- به دلیل اینکه شغل مساعدی بدست آورده اید، غره نشوید که هر طور که می خواهید رفتار کنید. مولا می گوید اگر آن پست و مقام ماندنی بود، به دست من و شما نمی رسید.
- به ملاقات های از پیش تعیین شده اهمیت دهید. این ساعات دیگر به شما تعلق ندارند.
- بهترین اصلاح طلبان تاریخ کسانی هستند که اصلاحات را از خودشان شروع کرده اند.
- خانم ها در محل کار نباید کفش های پاشنه دار پر سر و صدا به پا کنند. مخصوصاً اگر کارشان طوری است که باید مرتب در حرکت باشند.
- به طور کلی آنکه صبر می کند به ظفر می رسد صبر و ظفر هر دو برادرند با صبر ظفر آید. گر صبر کنی زغوره حلوا سازی. بزرگی می گوید برای رسیدن به موفقیت در کار، مثل تمبر باش به یک مورد بچسب تا به مقصد برسی.
- به جای ایراد گیری، باید چاره اندیشی کرد. مثلاً اگر پس از سال ها فعالیت در محل کارتان رئیس با شما به تندی حرف زد، چه باید کرد؟
- نه جواب او را تمام و کمال بدهید و نه سرتان را پایین بیندازید و برای همیشه محل کارتان را ترک کنید.
- عاقلانه این است که حق را به رئیس چند ساله تان بدهید که بتواند گاهی از کار شما ایراد بگیرد. به دل نگرفتن حرف های تند او بهترین راه برای شماست.
- زندگی به ظاهر خیلی جدی تر از آن است که بخواهید درباره اش جدی صحبت کنید.



آداب هدیه دادن و هدیه گرفتن

در دنیا هیچ هدیه ای بدون مصرف نیست حتی چند ساعتی که از کار افتاده باشد زیرا در یک شبانه روز دست کم دوبار وقت صحیح رانشان می دهد!

- **گل شاخه ای:** آیا می دانید که گل هایی که برای هدیه می خرید نیز ترتیبی دارند؟
یک شاخه ، سه شاخه ، و پنج و هفت و بلی! تعداد شاخه های گل باید فرد باشد .
از نظر گل آرایشی تعداد فرد در گلدان زیباتر قرار می گیرد . فقط گل رز است که از قاعده به دور می ماند . گل رز را می توانید ۶، ۹ یا ۱۲ شاخه بخرید.
نکته: فکر نکنید چرا گل سرخ خار دارد بلکه خوشحال باشید که شاخه خاردار گل سرخ زیبایی هم دارد .

- **کاغذ و روبان دسته گل:** برای شما دسته گلی هدیه آورده اند، لازم است بعد از تشکر آن را در حضور آورنده گل، در گلدان آب قرار دهید. نهایت بی توجهی است که دسته گل روی میز یا میل بیپلاسد . فراموش نکنید کاغذ و روبان دسته گل برای زیبایی هدیه، به گل بسته شده است آن را بدون کاغذ و روبان در گلدان بگذارید تا گل ها فرصت داشته باشند زیبایی شان را بهتر شکوفا کنند.

- **کارت روی گل:** اگر در یک میهمانی رسمی تر با خودتان گل می برید گل ها را به مستخدم یا کسی که در را به روی شما باز می کند بدهید و با دست خالی وارد نشوید کارت شما روی دسته گل معرف شما خواهد بود. اگر سبد بزرگ گل سفارش داده اید، آن را ساعتی قبل از ورود خودتان بفرستید.

نکته: مردی می گفت: وقتی زنم به من هدیه ای می دهد متوجه دو نکته می شوم. یکی پولی که بابت خرید از من خواهد گرفت و دیگری هدیه ای که در مقابل آن باید برایش بخرم!

- **هدیه تولد:** هرگز زمان هدیه تولد به خانمی سن او را نپرسید زیرا پرسیدن سن خانم ها مثل خرید اتومبیل دست دوم است. می دانیم که در کیلومتر شمارش دست برده اند ولی نمی دانیم چقدر!
- **استفاده از هدیه:** هدیه را باید به سلیقه و احتیاج و پسند هدیه گیرنده انتخاب کنید. درست است که شما هدیه می دهید ولی اوست که از هدیه شما استفاده می کند .
- **شکلات و شیرینی:** شیوه هدیه دادن با ارزش تر از هدیه ای است که می دهید. هدایایی مانند شیرینی، آبنبات و سایر خوراکی ها را در حضور هدیه دهنده به او و سایرین تعارف کنید.
- **دست خالی نروید.** اگر در خانه دوستی دعوت دارید، دست خالی نروید. حتی اگر فقط یک شاخه گل همراه ببرید، ادب و شخصیت تان را نشان داده اید.



آداب غذا خوردن

- آداب دانی هنری است که وقتی انسان دارد، کسی متوجه آن نمی شود ولی اگر فاقد آن باشد همه می فهمند. در وجود هر یک از ما خائنی به نام پر خور وجود دارد. نباید به او اجازه عرض اندام داد. پر خور قبرش را با چنگال می کند.

سالاد: برای خوردن سالاد بهتر است از یک بشقاب دیگر استفاده شود. سالاد را به طور معمول با چنگال می خورند و برای خوردن آن از کارد استفاده نمی کنند.

چیپس: تنها چیپس را می توان سر میز غذا با دست برداشت و خورد. البته به آرامی دانه دانه و فقط با دو سر انگشت.

غذاهای خمیری: غذاهایی که با خمیر درست می شوند (ماکارونی و) و سبزیجات فقط با چنگال خورده می شوند. مگر خمیر برشته شده ای باشد که در این صورت به کارگیری کارد لازم است، مانند پیتزا.

- با دستمال سفره فقط دست و دهانتان را پاک کنید نه بینی تان را.
- جوجه کباب با استخوان را می توان با کمک دست و انگشتان خورد. باید با انگشت ها گوشه آن را گرفت و به آهستگی قسمت کوچکی از جوجه را گاز زد.

خلال کردن دندان: می توانید برای خلال کردن دندان های خود بعد از غذا به دستشویی بروید. اگر خیال می کنید با گرفت ن دست جلوی دهان این عمل را در خفا انجام داده اید اشتباه می کنید.

سوپ: نباید قاشق سوپ را در دهان برد بلکه باید از لبه آن بدون هورت کشیدن سوپ را صرف کرد.

میزان غذا: در حقیقت یک سوم آن چه ما می خوریم برای ادامه زندگی کافی است. دو سوم بقیه برای گذراندن زندگی پزشکان و دارو سازان است.

بشقابتان را پر از سالاد، اردور، و پیش غذا نکنید و برای غذای اصلی هم جا بگذارید.

قرارگیری دست ها در سر میز: سر میز غذا آرنج هایتان باید همیشه به پهلو چسبیده باشند. چه موقع غذا و چه موقع نوشیدن. هرگز تا پایان غذا، آرنج هایتان را روی میز نگذارید.

قاشق یا چنگال: سر سفره هیچ چیز زنده تر از این نیست که خانم یا آقای برای جا دادن قاشق پر در دهان آن را تا آخرین حد باز کرده و سپس با گونه های برآمده شروع به جویدن کند. شاید بهتر باشد غذا را با چنگال صرف کند تا لقمه ها کوچکتر باشد.

محیط آرام: پزشکان توجه می کنند به این که صورت تان جوش نزند، نفخ نکنید و راحت بخوابید. در محیط آرام غذا صرف کنید. برای رعایت این وضعیت بهتر است هنگام خوردن غذا، از گرفتاری ها، گله گزاری ها و مسائل ناجور زندگی حرف نزنید.



صدا: باید مراقب بود از برخورد قاشق یا چنگال با دندان ها صدایی به گوش نرسد. خیلی ها در مقابل اینگونه صداها حساسیت دارند.

نوشابه: به طور عادی برای استفاده آب یا نوشابه، باید قسمت پایین آن را بگیرید نه گلولی بطری را تا جایی که بطری خفه شود. در ضمن اگر برای کسی آب یا نوشابه می ریزید لیوان را با دست بلند نکنید بلکه بطری را روی لیوان خم کنید.

غذا در بشقاب: به اندازه ای غذا در بشقابتان بکشید که توانایی خوردن آن را دارید.

سوپ یا آش: از جمله غذاهایی هستند که به جز بار اول دیگر نباید تعارف شود. همچنین میزبان نباید بیش تر از یک ملاقه سوپ یا آش در بشقاب میهمان بریزد. به هر حال باید جای کافی در معده برای صرف سایر غذاها باقی بماند. سوپ یا آش و هر نوع غذای دیگری را فوت نکنید. با کمی صبر و تحمل غذا خود به خود سرد خواهد شد.

Cool yourself until it cools.

- اگر مشاهده بی ادبی و بد غذا خوردن افراد دیگر نبود، هیچ کس نمی توانست به ادب خود پی ببرد.

نحوه استفاده از کارد و چنگال: با بازوان چسبیده به پلو با دست راست دسته کارد را میان انگشت شست و انگشت سوم نگاه دارید، طوری که انگشت سبابه در روی دسته نزدیک به تیغه کارد قرار گیرد. در این حالت به طور کامل به کارد مسلط هستید.

هرگز غذا را با کارد به دهان نبرید. کارد و چنگال را در مشت نگیرید. موقع صحبت کردن آن ها را در هوا به پرواز در نیاورید. کارد را با دست راست و چنگال را با دست چپ بگیرید.

تا حد ممکن از چنگال به جای قاشق استفاده کنید مگر برای صرف سوپ و آش.

برای دسر، قاشق غذاخوری تان را به کار نگیرید. نان را در کنار بشقاب غذاخوری یا در بشقاب کناری که برای این کار گذاشته شده قرار دهید و هر بار تکه خیلی کوچکی از آن را ببرید. نان را با فشار انگشت در دهان جای ندهید.

اگر از کره برای مالیدن روی نان استفاده می کنید، با سر کارد تکه ای کوچک در بشقاب تان بگذارید و از آن صرف کنید.

اگر کارد یا چنگال از دست تان افتاد، اهمیتی ندهید و از میزبان تقاضای یکی دیگری کنید. خم شدن شما سر میز باعث زحمت افراد کنار دستی تان می شود.

- بر سر سفره با فرد کنار دستی تان مطالب کوتاه و مختصر را برای صحبتش پیش بگیرید. گوینده منحصر نباشد به دیگران هم وقت صحبت بدهید.
- مطالب شاد و اشتهاآور را عنوان کنید. قبل و بعد از نوشیدن، با دستمال لب و دهانتان را پاک کنید.
- نوشیدنی تان را با یک جرعه سر نکشید.



هسته کمپوت دسر را با همان قاشق از دهان بیرون آورید .

آرنج تان را قبل از پایان غذا روی میز نگذارید .

خمیر نان: پس از صرف غذا با خمیر نان بازی نکنید. این مجسمه سازی را به عهده هنرمندان بگذارید.

سر سفره غذا خیلی بهتر است از دیگران بخواهید که نمکدان، آب و ... را به شما بدهند تا مجبور نشوید دست و بازوهایتان را جلوی صورت و بینی اطرافیان دراز کنید.

اخم بر سر سفره: اخم بزرگترین دشمن و لبخند بهترین گنج است. اگر غذایی را که به شما تعارف می کنند دوست ندارید، با اخم و چهره گرفته نگویید: دوست ندارم، بلکه بهتر است با یک جمله تشکر آمیز و با لبخند بگویید، ترجیح می دهم آن را نخورم.

حرف های اشتها انگیز: بر سر سفره نا امید و خسته کننده نباشید تا چند دقیقه مصاحبت شما اشتهای دیگران را کور نکند.

حرف های اشتها انگیز زیادی وجود دارد که می توان بر سر سفره غذا گفت و شنید. بحث های سیاسی در سفره از نوع اول هستند.

برای غذاهای مشترک: وسایل لازم را در کنار آنها قرار دهید تا میهمان از قاشق و چنگال شخصی استفاده نکند.

ته مانده غذا در بشقاب: بدبختی بزرگ این است که زمانی معنی و روش زندگی را یاد می گیریم که زندگی مان دیگر تمام شده است. بعد از غذا، نان را به بشقابتان نکشید و ته مانده غذا یا سس خورش را با آن جمع نکنید و نخورید. با قاشق هم بشقاب سوپ را نخراشید.

تربچه: اول برگ های تربچه را بکنید (اگر با برگ باشد) بعد آن را در دهان بگذارید. اگر به برگ های آن علاقه دارید، دانه دانه میل کنید. تربچه را همراه با برگ هایش یک جا به دهان نمی برند.

میوه: میوه هایی مثل خربزه، هندوانه، طالبی و امثال آنها را نباید یک جا در بشقاب به تکه های کوچک تقسیم و آماده خوردن کنید. بلکه پسندیده تر است که هر بار فقط قسمتی از آن را با کمک کارد بریده و با چنگال به دهان ببرید.

توت فرنگی: توت فرنگی را از دم آن گرفته (و اگر دوست دارید در شکر بزنید) و میل کنید. اگر دم آنها از قبل گرفته شده باشد از چنگال استفاده کنید.

چای شیرین: چای شیرین تان را پر سر و صدا به هم نزنید. با این کار چای تان شیرین تر نخواهد شد.

گیلاس و آلبالو: اگر از خوردن گیلاس و آلبالو به خاطر موجودات زنده در آن وحشت دارید. در میان جمع این موضوع را مطرح نکنید، قرار نیست شما آنها را بخورید ولی شاید دیگران بدون توجه تعدادی از آنها را خورده باشند. مطمئن باشید وحشت کرم از اینکه شما او را بخورید خیلی بیشتر از وحشت شماست.



در رستوران: فکر نکنید چون در رستوران پول داده اید، دیگر نباید از صاحب آن یا میزبان تشکر کنید.

- تشکر نشانه ادب شماسست.

ادب مرد به ز دولت اوست. مرد با ادبی گفت: "وقتی که مردم، روی سنگ قبرم بنویسید معذرت می خواهم که نمی توانم بلند شوم."

در پایان غذا کارد و چنگال را به موازات هم روی بشقاب بگذارید، این علامتی است که از خوردن دست کشیده اید.

اگر میزبان اصلی شما در رستوران سرگرم شمردن پول برای پرداخت صورتحساب است، چشم به دست او ندوزید و به همراه او اسکناس ها را شمارش نکنید و مخصوصاً این لحظه را برای تشکر از میهمان نوازی او انتخاب نکنید.

دستمال سفره را پس از صرف غذا تا نکنید. بلکه فقط جمع کنید و در کنار بشقاب قرار دهید.

صندلی تان را درست پشت میز قرار دهید و فاصله تان را با میز طوری تنظیم کنید که به تشقباتان مسلط باشید. ضمناً پشت میز غذا خوری هرگز پا روی پا نیندازید.

دانه زیتون: زیتون چرب را با چنگال به دهان بگذارید و هسته آن را نیز به وسیله چنگال به گوشه بشقاب برگردانید.

در رستوران، خانم ها طرف راست آقایان می نشینند.

برای خوردن سبزیجات پخته فقط از چنگال استفاده کنید.

اگر نوشیدنی با شیشه و نی، برایتان آورده اند، بعد از نوشیدنی، نی را از بطری خارج نکنید تا دست و پا گیر نشود.

در رستوران تمام توجه خود را به صحبت افراد کنار دستی معطوف نسازید. این عمل شما به طور جدی آنها ناراحت می کند.

بعد از خوردن غذا و بلند شدن از سر میز، صندلی تان را دوباره به سر جای اولش برگردانید.



آداب مسافرت

یکی از وجوه شناختن افراد زمانی است که با او به مسافرت می‌روید.

- برای سفرهای دراز مدت، از چند روز قبل یادداشتی تهیه کنید و آنچه را که لازم دارید برای خود ببرید، بنویسید تا چیزی را جا نگذارید.
- در هواپیما و قطار مدت طولانی در دستشویی نمانید. به وضعیت دیگران هم فکر کنید شاید آنها هم نتوانند خودشان را کنترل کنند و بخواهند که فوری دست هایشان را بشویند.
- در سفرهای هوایی هنگام پیاده شدن از هواپیما، از میهماندار و در سفرهای زمینی از راننده و کمک راننده تشکر کنید.
- در سفرهای خارج از کشور رسم است که به هنگام فرود هواپیما، مسافران از خلبان که آنها را سالم به مقصد رسانده با کف زدن سپاسگزاری کنند.
- در هتل‌ها نیز از افرادی که به شما خدمت کرده‌اند، تشکر کنید. این مورد بهتر است با رقمی از دست و دل بازی هایتان همراه باشد. به هر حال بزرگواری بودن هزینه دارد.
- وقتی با قطار سفر می‌کنید، هنگام خداحافظی تمام پنجره کوپه را در انحصار خود و در نتیجه جلوی دید سایر مسافران را نگیرید.

اثاثیه زیاد و سنگین : هر کسی فقط باید روی خودش حساب کند، تازه آن هم نه زیاد. هر وقت چمدانی برای سفر می‌خرید به یاد بیاورید که باید خودتان آن را به مقصد برسانید.

اگر دوستانتان شما را برای مسافرت کوتاهی دعوت کرده‌اند تا با اتومبیل شان بروید، به جز یک ساک کوچک یا کیف دستی بار دیگری به همراه نبرید. نگذارید از دعوت شما پشیمان شوند.

در تعطیلات آخر هفته در اتفاقی که برای میهمانان اختصاص داده‌اید، حوله، پارچ آب و احياناً گلدانی گل بگذارید تا پذیرایی تان کامل شود. میزبان خوب بودن لذت زیادی دارد.

اگر میهمان یا مسافری برای چند روز به خانه شما وارد شده به او اجازه دهید در بعضی از کارهای خانه به شما کمک کند تا خود را در خانه خویش احساس نماید. "Feel at home"

