

ابرلی، شریل Eberly, Sheryl

۳۶۵ آداب رفتاری که بچه‌ها باید بدانند: بازی‌ها، فعالیت‌ها و دیگر شیوه‌های سرگرم‌کننده برای کمک به فرزندان در یادگیری آداب معاشرت/ نویسنده شریل ابرلی؛ مترجم آزیتا نجات‌مهر.
تهران: نسل نواندیش، ۱۳۹۳.

۴۴۸ ص.

۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۵۲۱-۰

عنوان اصلی: 365 manners kids should know : games, activities, and other fun ways to:
help children and teens learn etiquette, c2011.

بازی‌ها، فعالیت‌ها و دیگر شیوه‌های سرگرم‌کننده برای کمک به فرزندان در یادگیری آداب معاشرت/ روش‌های آموختن آداب اجتماعی به کودکان و نوجوانان/ کلیدهای آموختن آداب اجتماعی به کودکان و نوجوانان.
سیمید و شمت و پنج آداب رفتاری که بچه‌ها باید بدانند: بازی‌ها، فعالیت‌ها و دیگر شیوه‌های سرگرم‌کننده برای کمک به فرزندان در یادگیری آداب معاشرت/ آداب معاشرت کودکان و نوجوانان
نجات‌مهر، آزیتا، ۱۳۵۰ - مترجم

۱۳۹۳ ک. ب. ۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۵۲۱-۰

۳۴۹/۱۷۰

۳۶۵ آداب رفتاری که بچه‌ها باید بدانند

نویسنده: شریل ابرلی

مترجم: آزیتا نجات‌مهر

Azita_nejatmeh@yahoo.com

ویراستار: الناز خجسته

صفحه‌آرا: الهه ایمنی

طراح جلد: ندا ایمنی

ناشر: نسل نواندیش

شمارگان: ۲۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۳۹۴

قیمت: ۲۱۹۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۵۲۱-۰

ISBN: 978-964-236-521-0

کتاب‌های مورد نیاز خود را از فروشگاه انتشارات نسل نواندیش تهیه فرمایید.

نشانی فروشگاه نسل نواندیش: میدان ولیعصر - ابتدای کریمخان - پلاک ۳۰۸

تلفن: ۸۸۹۴۲۲۴۷ - ۹

www.naslenowandish.com
info@naslenowandish.com

فهرست مطالب

۲۱	 مقدمه
۲۷	 آغازی فوق العاده
۲۷	 از چه زمانی باید آموزش آداب معاشرت را شروع کنید؟
۲۹	 هیچ کجا خانه نمی شود
۳۲	 «لطفاً»، «متشکرم» و «متأسفم»
۳۴	 عذرخواهی
۳۵	 به درستی مخاطب قرار دادن دیگران
۳۷	 تعظیم کردن، بوسیدن، یا دست دادن؟
۳۹	 احترام به احساسات دیگران
۴۰	 پذیرش تعریف و تحسین
۴۲	 صادقانه تحسین کنید
۴۵	 وقت شناس باشید
۴۶	 احترام به دیگران
۴۷	 گشودن درها
۴۸	 پیش بینی نیازهای دیگران
۴۹	 قرض گرفتن
۵۱	 شکسته شده ها
۵۲	 زمانی که نمی دانید چه کنید
۵۵	 اوقات خانوادگی
۵۵	 زمانی که پدر و مادر به خانه بازمی گردند
۵۶	 رابطه ای ما چگونه است؟
۵۷	 بایدها و نبایدهای ناپدری و نامادری
۵۸	 بایدها و نبایدهای خواهر و برادر ناتنی
۶۰	 وقتی فرزندان پرستار دارد
۶۱	 وقتی دوستان به خواهر و برادرها توجه بیشتری دارند
۶۲	 وقتی دوستان نمی خواهند با خواهر و برادرها باشند
۶۳	 ترساندن دیگران
۶۴	 کوبیدن در
۶۵	 تلویزیون
۶۷	 رایانه ای خانوادگی
۶۸	 بازی های فکری
۶۹	 کتاب ها
۷۰	 پول توجیبی
۷۱	 وقتی فرزندان در خانه تنهاست
۷۲	 وسایل کوچک اطراف خانه

- ۷۴..... ممکن است به من توجه کنید، لطفاً.
- ۷۶..... اتاق خواب فرزندان.....
- ۷۹..... همنشینی با دیگر کودکان.....
- ۷۹..... دوستی.....
- ۸۱..... دوستان صمیمی.....
- ۸۳..... آیا فرزندان دوست خوبی است؟.....
- ۸۴..... یک دوست وفادار.....
- ۸۶..... قلدرها و زورگویان.....
- ۸۷..... وقتی فرزندان دوست جدیدی می‌خواهد.....
- ۸۹..... کودک جدید در همسایگی.....
- ۹۰..... زمانی که خانواده‌تان تغییر مکان می‌دهد.....
- ۹۱..... وقتی دوستی نقل مکان می‌کند.....
- ۹۳..... زمین‌های بازی عمومی.....
- ۹۴..... یک همسایگی خوب.....
- ۹۵..... آداب همسایگی.....
- ۹۶..... استخرهای شنا.....
- ۹۸..... حیوانات خانگی.....
- ۹۸..... حیوانات خانگی به عنوان هدیه.....
- ۹۹..... حیوانات خانگی دیگران.....
- ۱۰۰..... در سرویس مدرسه.....
- ۱۰۱..... قطع کردن حرف دیگران.....
- ۱۰۲..... تغییر مؤدبانه‌ی موضوع.....
- ۱۰۳..... غیرقابل معاشرت بودن.....
- ۱۰۴..... وقتی دوستی، عزیزی را از دست می‌دهد.....
- ۱۰۵..... وقتی یک دوست اخباری ناگوار دارد.....
- ۱۰۶..... وقتی والدین دوستی در شرف طلاق‌اند.....
- ۱۰۹..... معرفی.....
- ۱۰۹..... ابتدا فرد مهم‌تر را معرفی کنید.....
- ۱۱۱..... به‌خاطر سپردن اسامی.....
- ۱۱۱..... اسامی را در معرفی‌ها بگنجانید.....
- ۱۱۲..... معرفی والدین با نام خانوادگی متفاوت.....
- ۱۱۳..... اگر نام فردی را فراموش کردید.....
- ۱۱۳..... ملاقات یک گروه.....
- ۱۱۴..... جهت ادای احترام بایستید.....
- ۱۱۵..... گفتگوی تلفنی.....
- ۱۱۵..... برقراری یک تماس تلفنی.....

فهرست مطالب

۱۱۸	پاسخ به تلفن
۱۱۹	گرفتن پیام تلفنی
۱۲۱	مدیریت انتظار مکالمه (خودتان)
۱۲۲	انتظار مکالمه (دیگران)
۱۲۳	تنها در خانه: پاسخ به تلفن
۱۲۴	وقتی فرزندان تمایل ندارد پشت تلفن حرف بزنند
۱۲۵	منشی های تلفنی: پیام ضبط شده ی شما
۱۲۶	منشی های تلفنی: پیغام گذاشتن
۱۲۷	زمان تماس تلفنی
۱۲۸	اتمام تماس تلفنی
۱۳۰	گرفتن یک شماره ی اشتباه
۱۳۱	تلفن همراه
۱۳۳	مزاحمت تلفنی
۱۳۵	شما همانی هستید که اظهار می کنید
۱۳۵	استفاده ی مفید از طنز
۱۳۶	وقتی فرزندان شوخ طبع است
۱۳۷	فحاشی
۱۳۹	بحث درباره ی پول
۱۳۹	گوش ها
۱۴۰	چگونه «نه» گفتن به مواد مخدر
۱۴۲	نجوا کردن
۱۴۳	اصلاح کردن یک دوست
۱۴۴	اشاره کردن
۱۴۵	اگر فردی کسل کننده است
۱۴۵	وقتی فرزندان تصمیم به بازی ندارد
۱۴۷	اگر راننده هوشیار نبود
۱۴۷	وقتی فردی با فرزندان صحبت می کند
۱۴۸	کلمات غیر دوستانه
۱۴۹	تحقیر کردن
۱۵۰	شفاف سازی موضوعات جدی
۱۵۰	گفتار متمایز
۱۵۱	زبان بدن
۱۵۲	تماس چشمی
۱۵۳	طرح سؤالات هدایتگر
۱۵۴	استفاده از واژه های مثبت
۱۵۵	زبان بی قید و لایبالی

۱۵۷	آهنگ صدا
۱۵۸	طرح سؤالات شخصی
۱۵۸	پاسخ به سؤالات نامربوط
۱۵۹	وقتی بزرگسالان اعمالی آزاددهنده انجام می دهند
۱۶۰	به بزرگ ترها احترام بگذارید
۱۶۱	اصلاح جملات بزرگ ترها
۱۶۲	به دقت گوش فرادادن، اولین گام گفتگوی صحیح
۱۶۳	ده موضوع بحث انفجار آفرین
۱۶۴	تیمین آغازکننده های گفتگو
۱۶۵	واژه های مکتوب
۱۶۵	نامه، یادداشت تشکر، نامه های الکترونیکی
۱۶۵	نوشت افزار
۱۶۷	زمان نگارش یادداشت تشکر
۱۶۸	چه نکاتی در یادداشت تشکر نوشته می شود؟
۱۶۹	پست الکترونیکی یا سستی جهت ارسال یادداشت تشکر
۱۷۰	نگارش دقیق نامه
۱۷۱	نامه نگاری با فردی معروف
۱۷۲	مکاتبه جهت درخواست اطلاعات
۱۷۴	نگارش یادداشت تقدیر
۱۷۵	نامه ی تسلیت و همدردی
۱۷۶	امضا کردن سالنامه
۱۷۷	آداب شبکه: امضای قواعدی برای فرزندان
۱۷۸	باز هم آداب شبکه: ایمن نگه داشتن کودکان
۱۸۰	نُه مورد ممنوعه جهت امنیت اینترنتی
۱۸۱	پست الکترونیکی
۱۸۳	دیوارنوشته های گرافیکی
۱۸۵	آداب غذاخوردن
۱۸۵	غذاخوردن را با یک حرکت مناسب شروع کنید
۱۸۷	آداب غذاخوری روزمره
۱۸۹	این وسایل را سر میز غذا نبرید
۱۸۹	میز را به صورت مناسب بچینید
۱۹۱	چیدمان میز رسمی
۱۹۳	انجام آداب صرف شام رسمی
۱۹۵	دمیدن در غذا
۱۹۵	زباله های کاغذی سر میز
۱۹۶	نکات بیشتری جهت صرف غذای رسمی

فهرست مطالب

۱۹۸	شناگویی: هنر تشکر کردن
۱۹۹	شناگویی: وقتی در منزل فرد دیگری هستید
۲۰۰	چه کسی اول پذیرایی می‌شود!
۲۰۱	دست به دست کردن غذا
۲۰۲	درخواست نوشیدنی
۲۰۳	جمع‌آوری بشقاب‌ها در طول صرف غذا
۲۰۴	بریدن گوشت
۲۰۵	اگر فرزندان گیاهخوار است
۲۰۶	اگر غذا فاسد شده بود
۲۰۷	رمزگشایی قاشق‌ها و چنگال‌ها
۲۰۸	استفاده صحیح از کارد، چنگال و قاشق
۲۰۹	قاشق، چنگال، کارد: پس از غذا
۲۱۱	آداب استفاده از دستمال سفره
۲۱۲	ده عملی که فرزندان هرگز نباید سر میز غذا انجام دهد
۲۱۳	کشیدن غذا برای موم می‌خورد
۲۱۴	زمان شروع به صرف غذا
۲۱۵	ترک زود هنگام میز غذا
۲۱۶	پذیرایی غذا
۲۱۸	تمیز کردن کام
۲۱۹	استفاده از پیاله‌ی انگشتی
۲۲۰	تشخیص مکان در یک شام رسمی
۲۲۱	در پایان غذای رسمی
۲۲۲	خوراکی که فرزندان دوست ندارد
۲۲۴	وقتی فرزندان به غذاهایی خاص حساسیت دارد
۲۲۵	چای عصرانه
۲۲۶	چیدمان میز چای
۲۲۸	آماده کردن چای
۲۲۹	ساندویچ خیار
۲۳۰	بدون نان کشمش، میهمانی چای معنا ندارد
۲۳۲	خوردن نان کشمش
۲۳۳	قراردادهای چای عصرانه
۲۳۵	تعارف چای
۲۳۶	درباره‌ی قهوه چطور؟
۲۳۷	دور ماندن از موقعیت‌های عذاب‌آور
۲۳۷	بیرون آوردن اضافات خوراکی از دهان
۲۳۸	چگونگی کنترل رژیم‌های خاص غذایی

۲۴۰	چگونه خوردن خوراکی های مشکل زا
۲۴۱	چگونه خوردن پیش غذا
۲۴۲	خوردن نان
۲۴۴	خوردن سالاد
۲۴۵	خوردن سوپ
۲۴۶	چگونه خوردن دسر
۲۴۷	چگونه خوردن ماکارونی
۲۴۸	چگونه خوردن شیش کباب
۲۴۸	بلال (روی چوب بلال)
۲۴۹	خوردن غذاهای دریایی
۲۵۰	خوردن جوجه کباب
۲۵۱	خوردن سوشی
۲۵۲	خوردن کنگر فرنگی
۲۵۲	خوردن پیراشکی و نان مکزیکی
۲۵۳	سرگرمی با فوندو
۲۵۴	خوردن هندوانه
۲۵۵	پیتزا
۲۵۶	جویدن یخ
۲۵۷	خوردن انواع صدف
۲۵۷	خوردن میگو
۲۵۹	خوردن میوهی تازه
۲۶۰	شیره ی گوشت، چاشنی ها و مخلفات
۲۶۱	مواد ناشناس در غذا
۲۶۲	چگونگی به دست گرفتن لیوان
۲۶۳	خوردن در مقابل دیگران
۲۶۵	چگونگی استفاده از چوب غذاخوری
۲۶۷	فقط برای آقایان
۲۶۷	توجه به دیگران
۲۶۹	محافظت از دیگران
۲۷۰	مردان جوان: نشانه های تمایز
۲۷۱	نشستن و برخاستن
۲۷۲	درخواست قرار ملاقات
۲۷۳	زمان کلاه گذاشتن
۲۷۵	فقط برای دختر خاتمه ها
۲۷۵	باوقار نشستن
۲۷۶	پذیرفتن قرار ملاقات

فهرست مطالب

۲۷۷	عدم پذیرش درخواست ملاقات
۲۷۸	دختران جوان: نشانه‌های تمایز
۲۷۹	دعوت‌ها: ارسال و پذیرش
۲۷۹	پسندیده‌ترین شیوه جهت دعوت شفاهی
۲۸۱	چگونگی انجام دعوت کتبی
۲۸۲	پاسخ به دعوت‌ها
۲۸۳	زمانی که عدم پذیرش دعوت اشکالی ندارد
۲۸۴	وقتی فرزندان دعوت نشده است
۲۸۵	دو دعوت برای یک روز
۲۸۷	خارج از شهر
۲۸۷	رکتاب در سینما
۲۸۹	دیدن فیلم با یک دوست
۲۹۱	تشستن روی صندلی
۲۹۲	چگونگی تحسین کردن
۲۹۳	زمان تشویق
۲۹۴	میان‌پرده
۲۹۶	مخاطبین آتشپاره
۲۹۷	در موزه
۲۹۸	نکات مربوط به موزه‌ها
۳۰۰	خواندن فهرست غذای رستوران
۳۰۱	سفارش غذا از روی فهرست
۳۰۳	کلمات گیج‌کننده فهرست غذا
۳۰۴	واژه‌های بیگانه که معمولاً در فهرست‌های غذا دیده می‌شود
۳۰۵	قراردادهای رستورانی
۳۰۷	دیگر قوانین مربوط به رستوران
۳۰۸	برخورد با مسایل رستوران‌ها
۳۱۰	پاکیزه نگه داشتن محیط اطرافتان در رستوران
۳۱۱	کارکنان رستوران
۳۱۳	درباره‌ی انعام دادن چطور؟
۳۱۴	اعمالی که نباید در رستوران انجام داد
۳۱۵	فروشدگان
۳۱۶	در فروشگاه
۳۱۷	نگه داشتن نوبت در صف
۳۱۸	جروبحث در صف
۳۱۸	وقتی به کسی برخورد می‌کنید
۳۱۹	سوار شدن روی پله‌برقی

۳۶۵ آداب رفتاری

- ۳۲۰..... در آسانسور.....
- ۳۲۱..... تعارف صندلی خود به دیگران.....
- ۳۲۱..... از سمت راست حرکت کنید، لطفاً!
- ۳۲۲..... قرارهای ملاقات.....
- ۳۲۳..... فراموش کردن قرار ملاقات.....
- ۳۲۵..... جشن تولد، عروسی،.....
- ۳۲۵..... جشن‌ها و مواقع خاص دیگر.....
- ۳۲۵..... در جشن تولد فرزند خودتان.....
- ۳۲۷..... شرکت در یک جشن تولد.....
- ۳۲۸..... صف کشیدن.....
- ۳۳۰..... به همراه بردن کودک به جشن عروسی.....
- ۳۳۰..... در یک جشن عروسی چه باید کرد.....
- ۳۳۱..... وقتی فرزندان سالکدوش از شد است.....
- ۳۳۳..... اگر فرزندان دختر گل است.....
- ۳۳۴..... وقتی فرزندان حامله عروسی است.....
- ۳۳۶..... خویشتنداری در پذیرایی.....
- ۳۳۷..... پذیرایی از خود از میز چیده شده.....
- ۳۳۹..... محکم نگه داشتن بشقاب خود در پذیرایی.....
- ۳۴۰..... آویختن گل به سر و لباس.....
- ۳۴۱..... زیان گل‌ها.....
- ۳۴۲..... امضا گرفتن.....
- ۳۴۳..... گرفتن جایزه.....
- ۳۴۵..... در مراسم جشن مدرسه.....
- ۳۴۶..... وقتی فرزندان پشت دوربین است.....
- ۳۴۷..... وقتی فرزندان جلوی دوربین است.....
- ۳۴۹..... هدیه‌ها؛ اهدا و دریافت.....
- ۳۴۹..... سنگ ماه تولد.....
- ۳۵۰..... هدایا.....
- ۳۵۱..... انتخاب یک هدیه.....
- ۳۵۲..... انتخاب هدیه در خانه.....
- ۳۵۴..... هدیه‌ای برای میزبان.....
- ۳۵۵..... هدیه نیاورید!.....
- ۳۵۶..... مواقع اهدای هدیه.....
- ۳۵۷..... گشودن هدایا در میهمانی.....
- ۳۵۸..... وقتی فرزندان هدیه‌ای را دوست ندارد.....
- ۳۵۹..... وقتی فرزندان هدیه‌ای تکراری دریافت می‌کند.....

فهرست مطالب

۳۶۱	 زمان تعطیلات
۳۶۱	 سفر با هواپیما
۳۶۳	 سفر با قطار
۳۶۴	 چگونگی انعام دادن در سفر
۳۶۵	 ملاحظه‌ی دیگران در هتل
۳۶۵	 با خانواده در یک هتل
۳۶۶	 در ماشین خانواده
۳۶۸	 وقتی فرزندان در یک ماشین میهمان است
۳۶۹	 اردو زدن: فکر کردن به دیگران
۳۷۰	 اردو زدن: احترام به خانواده‌تان
۳۷۱	 در ساحل
۳۷۳	 قایق سواری
۳۷۵	 میهمان و میزبانی فوق‌العاده باشید
۳۷۵	 نگرش خوب برای یک میهمان خوب
۳۷۷	 یک میهمان باید چه وسایلی با خود داشته باشد
۳۷۹	 بیان مطالب خوشایند توسط میهمان
۳۸۰	 چگونگی تبدیل شدن به میهمانی که دوباره دعوت می‌شود
۳۸۱	 خدا حافظی کنید و فوری محل را ترک کنید
۳۸۳	 یک میزبان فوق‌العاده
۳۸۴	 برای اشخاصی که برای اولین بار میهمانان هستند
۳۸۵	 غذا کشیدن برای دوستان
۳۸۷	 فهرست صحیح میهمانان
۳۸۸	 دعوت دوباره‌ی دوستان
۳۹۰	 گذراندن شبی در خانه‌ی یک دوست: آداب دستشویی (حمام)
۳۹۱	 شب در خانه‌ی دوستان خوابیدن: آداب زمان خواب
۳۹۲	 شب در خانه‌ی دوستان ماندن: آداب زمان صرف غذا
۳۹۳	 میهمان‌ها اول می‌روند
۳۹۵	 یک ورزشکار خوب باشید
۳۹۵	 لذت بردن از مسابقه
۳۹۷	 مراسم رویدادهای ورزشی
۳۹۸	 ورزشکاری فوق‌العاده
۴۰۰	 نگرش واقع‌گرایانه در میدان مسابقه
۴۰۱	 هم‌تیمی باارزش
۴۰۳	 شهروندی نمونه باشید
۴۰۳	 سرود ملی
۴۰۴	 سوگند وفاداری

۴۰۵	 مراقبت از پرچم
۴۰۷	 ارج نهادن به ایده‌آل‌ها و یادگیری میهن‌دوستی
۴۰۸	 در کشوری دیگر
۴۰۹	 بخشی از جامعه بودن
۴۱۰	 رفتارهای محیطی
۴۱۱	 توجه به افراد ویژه با نیازهای خاص
۴۱۱	 ملاقات از بیمار
۴۱۳	 ارتباط برقرار کردن با افراد معلول
۴۱۵	 افرادی با مشکلات بینایی
۴۱۷	 افراد با مشکل شنوایی
۴۱۹	 افراد روی صندلی چرخدار
۴۲۱	 مباحثی بدن
۴۲۱	 لباس مناسب پوشیدن برای مراسم
۴۲۳	 زیورآلات
۴۲۴	 پاکیزگی آسان است
۴۲۶	 عطر و ادکلن
۴۲۷	 پاکیزگی شخصی در جمع
۴۲۸	 دهان خوشبو
۴۲۹	 عطسه کردن
۴۳۰	 او، نه، من باید بروم!
۴۳۱	 حالت بدن اطلاعات را منتقل می‌کند
۴۳۳	 جویدن آدامس
۴۳۴	 عطسه یا سرفه کردن سر میز غذا
۴۳۴	 اگر سر میز غذا، آب از بینی فرزندتان سرازیر شود
۴۳۵	 کاری که باید با باد گلو کرد
۴۳۶	 زدن کارت اسم به سینه
۴۳۷	 دست‌ها
۴۳۹	 تنگی نفس
۴۴۰	 دکتر رفتن
۴۴۱	 در بیمارستان
۴۴۲	 سیم‌کشی دندان
۴۴۳	 لمس نامناسب
۴۴۵	 در خاتمه
۴۴۶	 درباره‌ی نویسنده

مقدمه



اگر فرزندی دارید، احتمالاً این دلوپسی را تجربه کرده‌اید که فرزندان عملی را در جمع انجام دهد که هرگز خواب آن را هم نمی‌دید. این عمل می‌تواند فرو بردن دست در لیوان آب یا کشیدن دامن دختر حامل گل در میانه‌ی یک جشن عروسی باشد. در آن لحظات از خود می‌پرسید آیا شیوه‌های تربیتی‌تان هرگز کارساز خواهد شد یا خیر.

عملاً، هیچ راهی برای پیش‌بینی چالش‌هایی که در طول زندگی خود به‌عنوان والدین با آن‌ها مواجه خواهید شد وجود ندارد. اما آگاهی از روش‌های مناسبی که می‌توان انجام داد — برای فرزندان یا برای والدین — غیرممکن نیست. گاهی والدین امروزی در آموختن آداب و رسوم به فرزندان تنها به کمک نیاز دارند، چون اغلب اوقات مطمئن نیستند کدام آداب و رسوم برای آموزش صحیح است.

چندی پیش مادری با من تماس گرفت تا اسم دخترش را جهت کلاس آداب معاشرتی که برگزار کرده بودم بنویسد. او توضیح داد اغلب اوقات در معاشرت با افرادی با حسن رفتار اجتماعی احساس

ناراحتی می‌کنم. من درباره‌ی آداب معاشرت موارد متعددی را نمی‌دانم. دوست دارم دخترانم آداب و روابط اجتماعی را یاد بگیرند، چون آرزوهای بسیاری برای آن‌ها دارم.

مهم نیست که چه اندازه درباره‌ی آداب معاشرت صحیح تعلیم دیده باشیم؛ زیرا می‌توانیم نکات بیشتری یاد بگیریم. من هرگز اولین دعوت میهمانی ناهارم در یک کنگره‌ی بزرگ جهانی را فراموش نخواهم کرد. آن روز لباس آبی بهاری جدیدم را پوشیدم و خیلی زود به سالن شرقی آن مکان رسیدم.

من جذب این موضوع شده بودم که پیشخدمت‌ها چگونه در آن سالن طلایی زیبا به راحتی بین میزها حرکت و از هریک از ما پذیرایی می‌کنند. با میهمان‌های دیگر صحبت می‌کردم و دوست داشتم که همه چیز خوب پیش برود تا زمانی که سوپی رقیق و ناشناخته روی میز آورده شد. چه می‌توانست باشد؟ من در ناحیه‌ی آمیش در پنسیلوانیا بزرگ شده‌ام و سوپ‌های ما خیلی غلیظ‌تر بودند. حتی یک تکه سبزی در این پیاله سوپ پیدا نمی‌شد!

چون کمی از خودم نامطمئن بودم، بررسی کردم که دیگران چه می‌کنند. سپس خانمی برازنده را روبه‌رویم دیدم که انگشتانش را در کاسه‌ی سوپ می‌برد! البته فهمیدم که در حال نگریستن به یک پیاله‌ی کوچک انگشتی هستم نه به یک کاسه‌ی سوپ. آن را کنار گذاشتم و از اقبالم تشکر کردم که آن را نچشیده‌ام!

با این کتاب، می‌خواهم به خوانندگان و فرزندان‌شان کمک کنم از این نوع نگرانی‌ها که من در آن میهمانی ناهار احساس کردم اجتناب کنند، حتی اگر به‌سادگی در خانه‌ی یک دوست شام می‌خورند. آگاهی از اتفاقات ممکنه در یک موقعیت اجتماعی، باعث از بین رفتن اضطراب در کودکان می‌شود. دانش چگونه تعلیم دادن و چگونه عمل کردن در موقعیت‌های اجتماعی، تا دست‌کم یک نسل وظیفه‌ی والدین را هم آسان‌تر می‌کند. به‌نظر می‌رسد آموزش آداب و رسوم اجتماعی در بسیاری خانه‌ها نادیده گرفته شده است. در مقام یک مادر، ما روی پرورش اعتمادبه‌نفس و استعداد‌های فرزندانمان تمرکز کرده‌ایم. ما می‌خواهیم فرزندانمان خلاق و درباره‌ی احساساتشان صادق باشند. برخی از ما گاه اعتبار قواعد آداب معاشرت را نیز به چالش می‌کشیم.

عقیده داریم که دانستن نکات ظریف آداب و معاشرت برای بچه‌ها مهم است. قواعد آداب و معاشرت خود فراتر از دانستن قوانین مربوط به استفاده از چنگال و کاسه‌ها و آب معطر در موقعیت‌های رسمی هستند — آن‌ها شامل شیوه‌های صحیح ایستادن و نشستن، احترام و ملاحظه‌ی روزمره به دیگران است. اگر می‌خواهیم فرزندانمان بزرگسالانی با اعتمادبه‌نفس و متین باشند، لازم است امروز آداب و معاشرت را به آن‌ها یاد دهیم. دانستن رفتار مناسب، بخش اساسی از آمادگی برای زندگی آینده است.

به عنوان یک مادر، به فرستادن فرزندم به بازی فوتبال بدون کفش مخصوص یا رفتن به مدرسه بدون پول ناهاری و تکالیف انجام نداده، فکر نمی‌کنم. به همین ترتیب اگر فرزندانمان را بدون عادات اجتماعی صحیح به درون جامعه بفرستید، به آنها زیان وارد کرده‌اید. دیگران با مشاهده‌ی رفتار یک کودک، از او برداشت می‌کنند. متاثر و تحویشتن داری، کودک را قادر می‌سازد تا اولین تأثیر مثبت را بر جای بگذارد. چه مزیتی است!

والدین می‌توانند به بچه‌های کوچک آداب معاشرت را یاد بدهند، قبل از این که واقعاً بفهمند چرا. یک کودک می‌تواند یاد بگیرد «لطفاً» و «متشکرم» را بگوید حتی زمانی که فکر می‌کند جهان بر محور او می‌چرخد. او می‌تواند یاد بگیرد به خاطر هدیه‌ی تولدش یک یادداشت تشکر برای مادر بزرگش بنویسد، حتی اگر فکر می‌کند هدیه دادن تنها کاری است که مادر بزرگ انجام می‌دهد. حتی اگر در آغاز، رفتار خوب فقط به معنای برخی حرکات باشد، سرانجام یک کودک می‌فهمد رفتار صحیح چقدر در نشان دادن احترامی که لیاقت آن را دارد، اهمیت دارد.

بیست سال قبل، خانواده‌ای که می‌شناسم، تصمیم گرفتند آداب میز شام را به شش پسرشان یاد دهند، تا آن‌ها وقتی بزرگ شدند فقط بزرگسال نباشند، بلکه افرادی متشخص باشند. آن‌ها اجازه نداشتند تا وقتی مادر یا مادر بزرگشان سر میز ننشسته است، بنشینند. در طول مدت صرف غذا، اجازه نداشتند آرنجشان را روی میز بگذارند. طی سال‌ها — و چندین سال طول کشید — وقتی رفتار

پسرها به تدریج بهتر شد، والدینشان اغلب اوقات به آنها می گفتند: «اگر رفتار خوب را یاد نگیرید، هرگز به میهمانی های مهم دعوت نخواهید شد.»

با وجود این که چنین امکانی دور به نظر می رسید، بزرگ ترین پسر این توصیه را از دل و جان پذیرفت. وقتی او در پانزده سالگی به عنوان نماینده ی جوان برای یک برنامه ی مبارزه با مواد مخدر انتخاب شد، خود را دید که در کنار بانوی اول کشور در یک میهمانی تاهار نشسته است. او فقط می توانست فکر بکند: «دست کم می دانم که از کدام جنگال استفاده کنم!» و آرنج هایش هرگز از کنار پهلوهایش تکان نخورد.

همه ی ما آرزوهای خوبی برای فرزندانمان داریم و وظیفه داریم به آنها کمک کنیم برای سال های بزرگسالی شان آماده شوند، بدون این که اهمیتی داشته باشد که آنها در آینده چه سرنوشتی دارند. وقتی پسر دوساله ی من، یکی از بزرگان روزگار خود را ملاقات کرد و ماشین اسباب بازی زرد رنگش را به او نشان داد، آقایانی را که به او آبنبات می دادند ترجیح می داد. زمانی که ما یک میهمانی بزرگ را ترک کردیم، او اعلام کرد که وقتی بزرگ شه یا رئیس جمهور می شود یا مأمور جمع آوری زباله!

من و پدرش تقریباً آماده ی هر اتفاقی بودیم. ما اصرار داشتیم او آداب و رسوم معاشرت را یاد بگیرد، چون می دانیم این کار کمکش خواهد کرد بالاترین حد نیروی بالقوه ی خود را کشف کند؛ خواه

رانندگی پشت یک کامیون رَباله‌ی بزرگ باشد یا نشستن پشت یک
لیموزین سیاه!

این کتاب برای کمک به والدین در ایجاد یک دورنما، و نیز یک
برنامه‌ی عملی، برای پرورش کودکان مؤدب طراحی شده است. این
کتاب، فراتر از یک کتاب معمولی، روایات، توصیه‌ها و فعالیت‌هایی
برای تبدیل شدن قواعد به عادات را ارائه می‌دهد.

شریل ابرلی

www.ketab.ir