

GÖRGÜ VE NEZAKET KURALLARI

Görgü kurallarına uymak diğer insanlara saygı göstermektir ve onların duygularına önem verdiğiniz mesajını göndermek demektir. Toplum hayatının düzenlenmesinde etkili olan genel görgü kurallarına uyan kişileri; terbiyeli, saygılı, nazik şeklinde nitelenebilir.

Bu kurallar toplumdaki uygarlık düzeyinin de göstergesi olabilir. İnsanın bencil, kaba düşüncelerden sıyrılarak, başkalarına karşı davranışlarını bir düzene koyması, onun duyarlı ve nazik olmasını sağlar. Bu da insanların birbirleriyle olan ilişkilerini sağlıklı ve tutarlı olmasına neden olur.

Görgü kuralları, bir toplumun ayrı ayrı bölgelerinde farklı olduğu gibi değişik uluslarda da farklılıklar gösterir.

Bir toplulukta aynı statüde olan insanlardan bazıları çok sevilirken bazıları daha az sevilmektedir. Bunun nedeni, bu insanların gösterdikleri sevgi, terbiye, saygı ve nezaket seviyelerinin farklı olmasıdır. İnsanların sevilmesi, sayılması, aranılır olması nezaket kurallarını ne ölçüde bildiği ve ne kadarını uyguladığı ile alakalıdır.

Ziyaret - Misafirlik ve Vedalaşma Kuralları

- Ne kadar samimi olursak olalım ziyaret edeceğimiz insanları önceden bilgilendirmeliyiz.
- Temel prensip davetsiz misafir olmamaktır.
- Randevu saatine uymalıyız
- Temiz ve düzenli bir şekilde, mümkünse bir hediye ile ziyaretler yapılmalıdır.
- Kapıyı çaldıktan sonra kapının hemen ağzında değil, daha geride, evin içini göremeyecek şekilde kapının açılmasını beklemeliyiz.
- Eve girerken ev sahibinin yer göstermesini beklemeli ve etraf meraklı gözlerle incelenmemelidir.
- Yemek sofrası kurulduğunda, ev sahibi davet etmeden oturmamalı ve yemeği beğenmesek dahi bunu hal ve tavırlarımızla belli etmemeliyiz. Misafir umduğunu değil, bulduğunu yer ve medeni bir şekilde ev sahibine teşekkür eder.
- Yatiya kalıyorsak üç günden fazla kalınmamalıdır.
- Ev sahibi de misafirlğe gelmek isteyenleri mümkün olduğunca reddetmemeli.
- Ev sahibi bütün misafirlerine aynı derecede yakınlık ve güler yüz göstermelidir.
- Evi temiz tutmalı ve gereken hazırlığı yapmalıdır.
- Misafirin yanında sık sık saate bakmamalı, sıkıldığını belli eden hal ve tavırlardan sakınmalıyız.
- Misafirlere ikramda bulunurken üç kereden fazla ısrar edilmemeli.
- Misafir ayrılırken ev sahibi ziyaretten duyduğu memnuniyeti dile getirmeli.

Hasta Ziyareti Adabı

- Dostlarınız hastalandığında hemen, daha az samimi olduklarınızı da iyileşince ziyaret etmeliyiz.
- Yoğun bakımdaki hastaların yakınları ziyaret edilmeli.
- Çok dinlenmesi gereken bir hastayı sık sık ziyaret etmemeliyiz.

- Hastanın yanında onun neşesini kaçırarak hiçbir şey anlatılmamalı.
- Hastanın odasına girerken ne çok üzgün ne de çok neşeli bir tavır sergilemeliyiz. Ona normal bir insan muamelesi yapmalıyız.
- Ziyaret çok uzun tutulmamalıdır.

Temizlik Kuralları

- El ve ayak tırnakları düzenli olarak kesilmeli
- Diş temizliğine dikkat edilmeli
- Saçların ellerin ve yüzün sürekli temiz olmasına dikkat edilmeli
- Etrafımızdaki insanları ter kokusuyla rahatsız etmemek için düzenli bir şekilde banyo yapmalıyız.
- Tuvalette iken konuşmak, bir şeyler yiyip içmek ve tükürmek uygun değildir
- Temizlik sol elle yapıldığından, çeşmeler bu elle açılıp kapatılmamalıdır.
- Tuvaleti nasıl bulmak istiyorsak öyle bırakmalıyız
- Tuvalette insan varken, kapının önünde beklememeliyiz.

Sosyal İletişim Kuralları

- İletişim hem beden hareketlerini hem de sözlü ifadeyi kapsar. Konuşurken karşınızdaki insana bakın ve kollarınızı kavuşturmayın (kızgınlık ifadesi).
- Eğer utangaç biriyse bunu kabul etmekten ve söylemekten çekinmeyin. Dürüstlük insanların rahatlamalarını sağlar.
- Normal hızda konuşun ne çok hızlı ne çok yavaş.
- Konuşmayı bitirirken geçerli bir neden öne sürün ve kişi ile konuşmaktan keyif aldığınızı belirtin.
- Karşınızdakine iltifat ederken içten ve samimi olun. Karşılaştırma ya da değerlendirme yapmamaya özen gösterin.
- İltifat aldığınızda fazla alçak gönüllü olmayın ve iltifatın gerekmediğini açıklamaya çalışmayın. Basit bir "teşekkürler" hem yeterli hem de kibarcaıdır.
- Birisini eleştireceğiniz zaman karşınızdaki insanın duygularını göz önünde bulundurun ve kişi ile özel olarak konuşmaya özen gösterin.
- Birisi sizi eleştirdiğinde sakin olun. Savunmaya geçmemeye özen gösterin. Eğer kişi sizi insanların içinde ve kabaca eleştiriyor ise içgüdüsel olarak reaksiyon göstermek isteyebilirsiniz fakat en iyisi basitçe "Düşünceni özel olarak bana iletmeni tercih ederdim" deyin.
- Her zaman "Lütfen" ve "Teşekkür ederim" demeyi unutmayın.
- Öksürürken ya da eserken ağzınızı kapatmayı unutmayın ve hemen elinizi yıkamaya özen gösterin. Bu hem görgü hem de temizlik kuralıdır.

Sofrada Görgü Kuralları

- Ellerimizi su ve sabunla yıkadığımızda elimiz mikroplardan temizlenir. Bu şekilde mikropların yiyeceklerle birlikte ağzımızdan vücudumuza girmesi önlenmiş olur. Bu sebeple yemekten önce ve sonra ellerimizi yıkamalıyız.
- Sofrada mümkün olduğunca az konuşmalıyız. Ağzımızda lokma varken konuşmamalıyız.

- Tabağımıza yiyebileceğimiz kadar yemek almalıyız. Tabağımıza aldığımız yemekleri bitirmeliyiz. Tabakta bırakılan yemek israftır.
- Yemeği ve ekmeği hep küçük lokmalar halinde yemeliyiz. Yemeğimizi çabuk çabuk yememeliyiz. İyice çiğnedikten sonra yutmalıyız.
- Ortaya konan yemekleri kendi önümüzden yemeliyiz. Yemeğin üzerine eğilmemeliyiz.
- Büyüklerle yemek yiyorsak yemeğe önce büyüklerin başlamasını beklemeliyiz.
- Yemekte öksürürken ya da hapsirirken ağızımızı kapatmalı yan veya arka tarafa dönmeliyiz.
- Karnımızı tika basa doyurmamalıyız.
- Yemek seçmemeliyiz. Sağlıklı beslenmek için her tür besinden az da olsa yemeliyiz.
- Yemekten sonra annemize teşekkür etmeyi unutmamalıyız. Misafirlikte yediğimiz şeyler içinde ev sahibine teşekkür etmeliyiz.
- Yemekten sonra ellerimizi yıkamalı ve dişlerimizi fırçalamalıyız.

Değerlerimize Saygı

- Büyüklerimizin ve öğretmenlerimizin karşısında bacak bacak üzere oturmak veya elleri cepte bulundurmamak saygısızlıktır. Aynı zamanda kibirli olmanın bir ifadesidir.
- İstiklal Marşı okunurken hazır olda durmalı, kırıdamamalı, yüksek sesle söylemeliyiz. İstiklal Marşı ve bayrağımıza saygı göstermeliyiz.
- Otobüs ve benzeri yerlerde bizden büyük insanlara yaşlılara yer vermeliyiz.

BİRLİKTE YAŞAMA KURALLARI

1. Kütüphane sinema tiyatro gibi yerlerde konuşmamalıyız.
2. Buluşacağımız yere zamanında gitmeli buluşma yerine geç gitmek yanlış bir davranıştır.
3. Bir topluluk önünde veya sınıfta sakız çiğnemek, hele sakızdan balon yapmak ayıp bir davranıştır.
4. Alışveriş yaparken fatura öderken sıramızın gelmesini beklemeliyiz. Sırayı bozarak öne geçmeye çalışmamalıyız.
5. Yeni tanıştığımız insanlara siz diye hitap etmeli onlara sen diye hitap etmemeliyiz
6. Toplum içindeyken veya sınıfta gerinme, kaşınma gibi davranışlardan kaçınmalıyız.
7. Konuşan iki kişinin arasına girmemeliyiz. Söyleyeceğimiz bir şey varsa konuşmalarının bitmesini beklemeliyiz.
8. Her zaman güler yüzlü olmaya özen göstermeliyiz.
9. Sır tutmasını bilmeliyiz. Başkalarının sırlarını kimseye vermemeliyiz.
10. Başkalarıyla alay etmek onlara lakap takmak yanlış davranışlardır.
13. Hata yaparsak özür dilemeliyiz. Özür dilemek bizi küçük düşürmez.
14. Başkalarının ayıplarını yüzüne vurmamalıyız.

15. Toplum içinde yüksek sesle bağırarak konuşmak, küfürlü konuşmak iyi bir insana yakışmayan davranışlardır.
16. Başkalarının kusurlarıyla alay etmemeliyiz.
17. Gurur, kibir ve kendini aşırı beğenme bizi sevimsizleştirir.
18. Görgülü ve terbiyeli olmanın bir yolu da arkadaşlarımızı iyi seçmektir. Görgülü ve terbiyeli kişilerle arkadaşlık etmeliyiz.
19. Boşa akan su, gereksiz yere yanan lambalar, çöpe dökülen yemekler israftır. İsraftan kaçınmalıyız.
20. Tutumlu olmak cimri olmak değildir. Maddi imkanlarımız ölçüsünde aşırıya kaçmadan ihtiyaçlarımızı karşılamalıyız.
21. Kıskançlık çok kötü bir davranıştır. Arkadaşlarımızın iyi taraflarını kıskanmak yerine onları takdir etmeli ve örnek almalıyız.
22. Başkalarına ait eşyaları izinsiz kullanmamalıyız.
23. Pahalı marka ve moda bağımlısı olmamalıyız. Önemli olan bütçemize göre kaliteli ve sade giyinmektir.
24. Alışverişe çıkmadan önce bir liste yapmalı ve alışveriş sırasında anne ve babamıza listede olmayan şeyleri alması için ısrar etmemeliyiz.
25. Hiçbir zaman kavgacı olmamalı her zaman barışçıl olmalıyız. Sorunlarımızı konuşarak çözmeliyiz.

EVDE NE YAPMALI

1. Evde üzerimize düşen işleri yapmalı odamızı toplamalı, anne ve babamıza yardımcı olmalıyız.
2. Evde top oynayarak koşmak zıplamak komşularımızı rahatsız eder. Çevremizi rahatsız edecek davranışlardan kaçınmalıyız.
3. Kardeşlerimizin, anne ve babamızın özel eşyalarını karıştırmamalıyız.
4. Anne ve babamızın odasına girerken kapıyı vurmali, girebilirsın sözünü duyduktan sonra girmeliyiz.
5. Büyük kardeşler küçük kardeşleri her zaman korumalı ve bakımlarında annelerine yardımcı olmalıdır.
6. Dede, nine, teyze dayı, hala, amca gibi yakın akrabaları ziyaret etmeli hatırlarını sormalı uzakta olanları ise telefonla aramalıyız.
7. Ailemize ait sırları asla başkalarıyla paylaşmamalıyız. Evde konuşulanları arkadaşlarımıza anlatmamalıyız.
8. Komşularımızla iyi geçinmeli selamlaşmalı ve hatırlarını sormalıyız.