

احترام الآخر.. أساس قواعد الأتيكيت



قواعد الأتيكيت والتعامل مع الآخر أصبحت ضرورة خاصّة في المواقف اليومية والاجتماعية وفي العمل أيضاً سوف نستعرض معكم في خمس خطوات أهم قواعد الأتيكيت وفن التعامل مع الآخرين في المواقف اليومية المختلفة بدون حرج أو مشاكل...

القاعدة الأساسية في الأتيكيت والتعامل مع الآخرين في الحياة والعمل وكافة المواقف اليومية هي احترام الشخص والطرف الآخر، وكما تريد أن يعاملك الناس عليك معاملتهم بالمثل، وبهدوء أعصابك واستخدام عقلك تحصل علي ما تريد، من أهم قواعد الأتيكيت وأساسيات التعامل مع الآخرين هي احترام الوقت والوصول في المواعيد المحددة، والاعتذار المسبق في حالة التأخر عن ميعادك، وأيضاً تقديم سبب واضح لتأخيرك وأتيكيت احترام الوقت والموايد يشمل أيضاً عدم إضاعة وقت الآخرين سواء بالانتظار أو غيره ، وأيضاً التواصل مع الآخر بالكلمات الهادئة والأفعال السليمة يفتح لك العديد من الأبواب المغلقة وفي النقطة التالية نستعرض معكم قواعد الأتيكيت في الحديث.

قواعد الأتيكيت في بداية الحديث والكلام

وأتيكيت المحادثة مع الآخرين يشمل التالي، عليك بداية الحديث بتحية من تكلمهم، على أن يكون كلامك محدد الموضوع ويتكوّن من نقاط واضحة، وإذا حدث وقام أحدهم بمقاطعتك استمع إليه وقم بالرد عليه سريعاً ثم واصل حديثك، أيضاً في حالة تكلم أحدهم حاول أن تكون مستمع جيد ولا تقاطع الحوار إلا إذا كان هناك ضرورة، ومن أتيكيت الحوار مع الآخر هو عدم رفع صوتك وأيضاً عدم خفض صوتك، بل يجب أن يكون صوتك على مستوى واضح ومسموع لمن تحدثهم دون عصبية أو ملل.

أيضاً يجب أن تنظر لم تحدثه وإذا كانت مجموعة عليك النظر إليهم بالتوالي، حيث يظهر هذا اهتمامك بهم، واحرص على وجود مسافة معقولة بينك وبين مَن تحدثه فلا تكون قريباً جداً منهم أو بعيداً جداً.

أتيكيت السفر والتعامل مع الآخرين في وسائل المواصلات

- في حالة جلوسك في كرسي مجاور لأحدهم عليك أن تلتزم مساحة الكرسي ولا تضيق المسافر المجاور لك أو تأخذ مساحة مخصصة له بدون استئذان، وذلك يشمل أيضاً مكان وضع الحقائب.
- في حالة سماعك لموسيقى أو غيره، عليك أن تعلم أن المسافرين معك قد يكونوا متعبين أو غيره، لذلك استخدم سماعات الأذن بدلاً من تشغيل الموسيقى بصوت مرتفع.
- أمّا أتيكيت الأكل أثناء السفر والتنقل، عليك أن تحرص على نظافة المكان الذي تجلس به، ولا تضيق الآخرين برائحة الطعام الذي تتناوله.
- بعض الأشخاص يلجئون للحديث مع الآخرين في وسيلة المواصلات لتقضية الوقت أو غيره، فإذا كنت لا تريد ذلك عليك الرفض بلطف دون جرح مشاعر الآخرين فمن أساسيات أتيكيت السفر أن تتعامل برفق مع المسافرين معك.
- استأذن من مَن يجلس بجوارك أو خلفك في حالة إذا كنت تريد الجلوس براحة والتمدد على كرسيك للخلف أو وضع حاجتك على مساند الكرسي بجوارك

قواعد الأتيكيت أثناء تناول الطعام

- أما عن أتيكيت تناول الطعام، خاصّة في المطاعم والأماكن المفتوحة، أساسيات أتيكيت تناول الطعام هي مضغ الطعام وفمك مغلق، وعدم التكلم أثناء مضغ الطعام.
- عدم إحداث أصوات مرتفعة أثناء الأكل وتقطيع الطعام، فالأفضل هو طلب طبق آخر أو أدوات أكل سواء سكين أو غيره من المطعم، مع العلم أن الطعام يجب أن ينتقل إلى الفم وليس العكس.
- حتى لا تملأ فمك بالطعام وتحدث مشاكل، من أتيكيت تناول الطعام تقطيع الطعام قطع صغيرة مناسبة بحيث تستطيع مضغها بسهولة ومواصلة الحديث مع مَن ترافقهم دون مشاكل.
- استخدم مناديل السفرة بوضعها على ركبتيك واستخدامها وقت الحاجة، وحاول أن لا تستخدم يديك قدر الإمكان إلا عند الحاجة
- عند الجلوس والقيام حاول ألا تحدث ضوضاء باستخدام الكرسي وعند حدوث صوت الأفضل رفعه عن الأرض

بدلاً من استمرار صوت احتكاك الكرسي بالأرض.

- بوضعها على البطاطس الشيبس تؤكل باليد أما المحمرة تؤكل بالشوكة.

- إذا كنت تتناول الطعام مع الأسرة أو عشاء عمل فالأفضل غلق الهاتف المحمول والاستمتاع بتناول الطعام دون إزعاج ، أو على الأقل ضبط الهاتف على وضعية صامت.

- يوجد العديد من قواعد الأتيكيت لتناول كل نوع من الأطعمة سواء الوجبات العادية أو الشربة أو الحلوى أو الأسماك، وكل وجبة لها أتيكيت ويمكنك مشاهدة فيديوهات على يوتيوب توضح كيفية تناول كل وجبة على حدى ومتى تستخدم الشوكة والسكين ومتى تستخدم يدك لتناول الطعام.

قواعد الأتيكيت في التعامل مع الآخرين في العمل

من أساسيات التعامل والأتيكيت في العمل هي التواصل مع الآخرين وفريق العمل، سواء على المستوى المهني والاجتماعي أيضاً، فكما ذكرنا في بداية الموضوع، الحضور والانضباط في المواعيد من أهم قواعد الأتيكيت في الحياة والعمل أيضاً، تواصل دائماً مع رئيسك المباشرة ولا تتخطاه إلا في حالات الضرورة، حاول أن تكون عضو مساهم في العمل وليس مصدر إزعاج أو ضرر للآخرين، قدم أفكارك الجديدة لرئيسك في العمل عن كيفية إنجاز العمل بطريقة أفضل، أما بالنسبة للتعاون مع الآخرين في مكتبك فلا تستخدم أدوات أو كمبيوتر آخر بدون استئذان بجانب أنّه ليس ذوقياً فقد يعرضك هذا لمشاكل قانونية في بعض الوظائف، احرص على نظافة وتنظيم مكتبك أو مكان عملك فهو عنوان ودليل على شخصيتك.