

Sastādītāja *Larisa Vjatere*
Mākslinieks *Svens Neilands*

ISBN 9984757749

© «Izdevniecība Avots», 2005
© L. Vjatere, teksts, 2005
© S. Neilands, māksl., 2005

Saturs

Ievads.....	5
Tavas mājas.....	9
Apģērbs un mode.....	12
Par personīgo higiēnu.....	21
Stāja.....	26
Kā tu runā?.....	31
Sportisti ir džentlmeņi.....	37
Arī uz ielas tu neesi viens.....	41
Sabiedriskajos transporta līdzekļos.....	46
Ciņa ar nazi un dakšīņu.....	56
Trīs burvju vārdiņi, kas vienmēr palīdz.....	63
Draugu vidū.....	70
Dzimšanas dienas svinības un citi saieti.....	75
Koncerts, kino, teātris, opera, mūzikls un līdzīgi sarīkojumi.....	83
Kā tu reaģē uz līdzcilvēku nepieklājību?.....	88
Milestība ir tikai sākums.....	96
Atraidījums.....	104
Vakars kopā ar vecākiem.....	108
Maigošanās.....	115
Lūdzu rēķinu!.....	118
Vecāki un citas katastrofas.....	121

Par kavēšanos	124
Slimnieka apmeklējums	129
Izsaku līdzjūtību... ..	133
Kā izdzīvot skolā un darbā	136
Pirmā diena jaunā skolā un klasē.....	143
Kāds sakars precizitātei ar pieklājību	150
Vai lamāšanās palīdz?	154
Mācies strādāt komandā.....	158
Mobings jeb psihoterors.....	164
Kā izturēties pret <i>cienījamām personām</i>	168
Attiecības ar skolotājiem	172
Par jautāšanu taču nav jāmaksā	176
Saviesīgas sarunas	180
Pieklājība internetā	189
Telefonomānija	192
Mazā pieklājības ābece kājāmgājējiem	201
Starpkultūru šoks.....	206
Par smēķēšanu.....	216
Par košļājamo gumiju	218
Vēstules	221
Nobeiguma vietā	223

Ievads

Uzvedības kultūra ir cilvēku sabiedrības kultūras neatņemama sastāvdaļa. Vēsture liecina, ka cilvēku tikumiskie uzskati mainās atkarībā no pārmaiņām sabiedriskajā dzīvē, ka neeksistē nekāda *mūžīga* un nemainīga morāle. Jo dziļākas ir cilvēka zināšanas un bagātāka jūtu pasaule, jo korektāka ir cilvēka uzvedība, jo skaistāks kļūst viņš pats. Cilvēka iekšējā pasaule, intelekts, saprāts un jūtas atspoguļojas viņa ārīnē, acīs, vaibstos, kā arī stājā un uzvedībā.

Kāpēc vispār vajadzīgi uzvedības noteikumi? Vai tiešām ir tā: ja cilvēks ir pietiekami izglītots, ja viņam ir zināšanas politikā, literatūrā, mūzikā un tēlotājā mākslā, ja viņš labi pārzina savu specialitāti un nevainojami strādā, ir biedrīks, tad nepavisam nav tik svarīgi, vai viņš ienāk telpā ar cepuri galvā vai bez tās, vai viņš sniedz roku pirmais vai gaida, līdz to sniegs viņam? Vai tas patiešām ir nesvarīgi? Vai arī – cilvēks ir glīts, gaumīgi ģērbies, pieklājīgs un laipns skolā, pret skolotājiem un klasesbiedriem. Bet pēc tam... izgājis no skolas, viņš pārvēršas par neaudzinātu mežoni, kurš mierīgi var pie pieturas pagrūst malā mazākus bērnus, pirmās ielauzties trolejbusā vai autobusā, atzvelties sēdvietā un par citiem nelikties ne

zinis – jo te viņu neviens nepazīst un tāpēc nav vērts censties būt pieklājīgam.

Iespējams, ka kādu laiku tā var dzīvot, taču agrāk vai vēlāk citi to tomēr pamanīs.

Atcerēsimies vienu – visi uzvedības noteikumi ir izveidojušies vēstures gaitā saskaņā ar cilvēku praktiskajām vajadzībām. Taisnība, daudzas uzvedības normas ir mainījušās, daudzas pilnīgi izzudušas, bet daļa tradicionālā veidā saglabājušās gadsimtiem ilgi. Kaut vai – kāpēc zivis neklājas ēst ar nazi? Nu, laikam jau tāpēc, ka ar nazi var sagriezt asakas, nesajust tās un ar kādu aizrīties.

Liela daļa uzvedības noteikumu vienmēr ir bijuši saistīti ar higiēnas prasībām. Tie nav cilvēku apzināti mērķtiecīgi veidoti, bet gan iesakņojušies, pamatojoties uz gadu gaitā apgūto pieredzi.

Un kas tad ir laba audzināšana? Tā gluži vienkārši ir rēķināšanās ar citiem cilvēkiem visās dzīves situācijās.

Ieskaties šai grāmatā! Varbūt tu jau labu laiku esi meklējis padomu, kā izvairīties no neveiklas situācijas? Tu jau zini – kā zilonis trauku veikalā. Vai tev ir gadījies pašam būt par ziloni? Tad šī grāmata tev noderēs, jo te tu atradīsi sev noderīgus padomus, lai nākotnē izvairītos no stresa situācijām ar pārējiem līdzcilvēkiem un varbūt palīdzētu saviem draugiem līdzīgā situācijā.

Lai kur cilvēki cits ar citu saskartos – skolā, mājās, darbā, pavadot brīvo laiku, utt., – visur jāievēro zināmi noteikumi. Jebkurā spēlē – šahā, futbolā vai monopolā – ir savi noteikumi, kuri jāievēro visiem spēlētājiem. Citādi nav iespējams.

Vienkāršs piemērs: spēlējot ričuraču, Iveta uzmet 3 punktus, bet pārceļ kauliņu par 5 vietām, lai aizsteigtos citiem priekšā. Tas taču būtu nepareizi attiecībā pret citiem. Vai tu to paciestu? Redzi nu. Jau ir radusies konfliktsituācija, kuru jāprot atrisināt. Kā to izdarīt – vai pieklājīgi – bez kliegšanas un apvainojumiem vai gluži pretēji – ar apvainojumiem, kuri krietni pārsniedz spēles robežas? Tāpat arī dzīve var noritēt bez lielākām katastrofām tikai tad, ja katrs ievēro zināmus noteikumus.

Pirmais nosacījums ir savstarpējs respekts. Skaidrs, ka cilvēki ir ļoti dažādi: resni un tievi, lieli un mazi, bagāti un trūcīgi, veseli un slimi, cilvēki ar citu ādas krāsu vai cilvēki no citām zemēm... Taču katram ir tiesības, lai citi pret viņu izturētos ar cieņu, respektētu viņu.

Cilvēkus nedrīkst aizvainot. Ar aizvainošanu uzreiz nav domāta vardarbība – arī vārdi var aizvainot. Tev pašam būtu nepatīkami, ja citi par tevi smietos. Šai grāmatā tu atradīsi noderīgus padomus, kā sabiedrībā izturēties pret citiem cilvēkiem ar cieņu un respektu, kā izvairīties no konfliktiem, risināt strīdus un kā pašam iegūt citu cilvēku cieņu un respektu.