

سبک رفتار



مروری بر رفتارهای ناهنجاری که برای خودمان عادی است

بوی خوبی از این رفتارها به مشام نمی‌رسد

■ مر ضیه بامبری

انسان در جامعه زندگی می کند و لاجرم رفتار هایی از او سر می‌زند. بخشی از این رفتارها در ار تباط یا تعاملات اجتماعی است یا به نحوی تحت تأثیر عوامل اجتماعی قرار می گیرد، به طوری که رفتار یک فرد در تنهایی متفاوت است یا آنچه در جمع از او سر می‌زند. خود این رفتارها به دو دسته تقسیم می شوند؛ جامعه پسند و جامعه ستیز.

تکلیف جامعه پسندها که معلوم است و همه آن را قبول دارند. مثل

■ با بوهای بد حال دیگران را نگیرید

از ناوگان عمومی حمل و نقل آغاز می کنم. خواه اتوبوس باشد خواه مترو یا تاکسی. اگر یکی کنار تان باشد که مجبور باشید تا پایان مسیر بوی بد دهانش را تحمل کنید چه حالی می شوید؟ اگر در مسیر برگشت باشید و کسی لباسش بوی بد عرق بدهد چگونه تحمل می کنید؟ اگر یکی شیشه عطر را به حساب معطر شدن روی لباسش خالی کرده باشد، با سردرد این عطر تند چه می کنید؟ برای اینکه خودتان در این دسته از افراد قرار نگیرید کافی است همیشه یک خوشبوکننده یا آدامس در کفتمان بگذارید. اسبری هم از ملزومات هر شهروند است.

بعضی‌ها در اتوبوس مشغول تخمه خوردن می شوند تا مسیر برایشان کوتاه‌تر شود، اما نمی‌دانند صدای تق تق تخمه‌ها و بوی آن چه اعصابی از دیگران خُرد می‌کند. بماند که بعضی‌ها پا را از اتوبوس فراتر گذاشته و هر کجای خیابان که باشند دست به جیب می‌کشوند و تخمه می‌خورند. بعضی هم انگار خنک خاله هستند و کفش هایشان را در می‌آورند تا پاهای متورمشان هوایی بخورد. تصور کنید در چنین مکانی یک توریست خارجی باشد. با مشاهده این رفتارهای زشت چه فکری در باره عادات ایرانی‌ها خواهد کرد؟

■ کمی با غیرت رفتار کنید

اگر سوار تاکسی می‌شوید و صندلی جلو نشسته‌اید، خانی‌م تنها میان دو مرد قرار گرفت ادب حکم می‌کند جایتان را با او عوض کنید تا معذب نشود. اگر مجبور هستید کنار یک خانم بنشینید خودتان را به او نجسبانیید و حریم شخصی را رعایت کنید. ایسن کمترین رفتاری است که از یک مرد با غیرت ایرانی انتظار می‌رود. اگر سوار تاکسی می‌شوید برای اسبری شدن زمانتان شروع به غر زدن نکنید. ناله کردن و غر زدن درباره همه مسائل مالی و سیاسی دردی از شما و راننده دوانمی‌کند. فقط خود و دیگران را می‌رنجانید. در مکان‌های عمومی خود را نخرانید و دست در بینی تان نکنید. تماشای این رفتار یکی از چندش‌آورترین تجربه شهروندان است که مجبور به تحمل هستند و البته مردان می‌لاحظه‌ای که هر کجا دلشان خواست آب دهان یا بینی خود را به بیرون پرتاب می‌کنند هم جای خود دارد.

■ موعده آفلو آن‌زاو بی‌میلانی‌های ما

این روزها موعده هر ساله شیوع آفلوآنزا در کشور است. به رغم همه هشدارها و زیرنویس‌های تلویزیونی در خصوص رعایت بهداشت فردی متأسفانه هنوز بسیاری از ما اهمیت موضوع را درک نکرده‌ایم. عده‌ای هنوز با ماسک و دستمال بیگانه‌اند. مشغول گفت‌وگو با هستند که ناگهان عطسه‌ه آبداری می‌کنند و با ترشحات آلوده از خجالت شما در می‌آیند. جالب است که منتظر عاقبت گفتنت هم می‌مانند.

هفته قبل در یک آرایشگاه زنانه بانویی بدحال آمد. در حال گذراندن نقطه اوج آفلوآنزا بود. با آن عطسه‌ه و سرفه‌های مکرر اصرار داشت موهایش را برای بله برون اقوام رنگ کند. آرایشگر بیچاره بعد از کمی تعارف و چانه‌زنی در عمل انجام شده قرار گرفت و مجبور به انجام این کار شد. همان شب به قربانی بعدی آفلوآنزا تبدیل شد و تا دو هفته در بستر بیماری بود. حالا اینکه خانم بی‌مسئولیتی در مراسم بله برون و در اوج دیده‌بوسی‌ها چند نفر را روانه بیمارستان کرده است خدا می‌داند. خیلی مراسم‌ها ووسوسه‌انگیز است و انسان نسبت به شرکت در آن احساس دین می‌کند. مثل تولد، ختم، عروسی و... اما نه وقتی که جان دیگران به خطر باشد. در چنین مواردی باید خجالت را کنار گذاشت و بی‌رودر بایستی از رفتن حذر کرد. مطمئن باشید میزان قدردان لطفان خواهد بود و اگر بداند بیمار هستید همه چیز حل و از شما سلب

مهربانی، نوع دوستی و مهمان نوازی ایرانی‌ها که پذیرفته شده است. جامعه پسندها را همه دوست دارند، هم خدا راضی می‌شود هم بنده خدا مثل رعایت قانون. اینکه هر شهروند رأس ساعت ۹ زباله‌ها را از خانه بیرون بیاورد و در همه جای این قانون نهاده شده شود، مورد پسند همگان است. اما وای از رفتارهای جامعه ستیز که عده‌ای را می‌رنجانند و گاهی ار تباطی را به هم می‌زند. هر کدام از ما صبح که از خانه به قصد مدرسه، محل کار و دانشگاه خارج می‌شویم زیر ذر بین اجتماع هستیم و تمام

است مهمانی نرئید. اگر آرایشگاه می‌روید لوازم شخصی خود را همراه ببرید و از روسری و پیشبند افراد پیش از خودتان هرگز استفاده نکنید.

■ در بیمارستان گوشی‌ها خاموش!

اگر به ملاقات یک بیمار در بیمارستان می‌روید مراعات بیمار را کنید و او را با گرقتن عکس‌های سلفی برای یادگاری یا اشتراک در صفحه شخصی معذب نکنید. این یک رفتار اجتماعی ناپسند است که متأسفانه در حال رواج است. اگر در اتاق ملاقات هستید گوشی خود را در حالت سکوت قرار دهید و خود را درگیر تماس‌های شخصی و کاری نکنید. بی تفاوتی شما در این زمینه این حس را القا می‌کند که دیدارتان از بیمار فقط از روی وظیفه بوده است و این رفتار شما او را می‌رنجانند.

■ همه‌کاره و هیچ‌کاره نباشید

احتمالاً از دیدن میزبانان با لباس خانگی مقابل در خوشحال نخواهید شد. بعضی‌ها عادت دارند در هر حالی ملاقاتی از اطرافیان دارید؟ چرا رنج تنهایی را به خاطر مصونیت عزیزی که دوستانشان دارید تحمل نمی‌کنید؟ آنها اگر خواستند ملاقات بیایند شما باید مانع شوید. اگر هم خیلی در بستر دلنتگ شده‌اید با تلفن و اینترنت احوالپرسی کنید. اگر کودک بیمار دارید او را به مدرسه نفرستید. شاید ظاهر او بیمار نباشد و ناظم و معلم نفهمند اما شما خوب می‌دانید که او بیمار است و اگر کودک‌تان دیگر را بیمار کند حق الناس گردنتان است. به کودک‌تان رفتارهای اجتماعی حین بیماری را آموزش دهید. اگر خود را کودک‌تان مبتلا به شیش هستید اگر چه به راحتی قابل رؤیت نیستند وظیفه دارید از انتقال آن به دیگران خودداری کنید. پس مهمانی ندهید و تا جایی که مقدور



پیاده‌رو از آسمش پیداست محل عبور پیاده است. چرا با موتور آن‌هم با سرعت بالا، آسایش و امنیت عابران را به‌هم می‌زنید؟ چرا در خیابان یادتان می‌افتد در مقابل دید عابران با همسر تان جر و بحث یا فرزند خود را تربیت کنید؟ آیا جای بهتری برای تنبیه و فریاد زدن وجود ندارد؟

در حال راه رفتن زباله نریزید. این از فرهنگ ایرانی به دور است و اگر یک خارجی شاهد این صحنه باشد حتماً متعجب خواهد شد. اگر قرار است در صف بمانید حتماً نوبت را رعایت کنید. فکر نکنید دور زدن دیگران اسمش زرنگی است بلکه نشانه ضعف شخصیت شماست. در مکان‌های عمومی بلند یا موبایل صحبت نکنید. لازم نیست دیگران را در جریان اتفاقات و ماجراهای زندگی شخصی تان قرار دهید

رفتار و حرکاتمان رصد و رفتار اجتماعی محسوب می‌شود. همه ما وقت زیادی را مخصوصاً در کلاتشهرها بیرون از خانه و کنار شهروندان سپری می‌کنیم. حال تصور کنید رفتارهای هنجار شکن ببینیم و مجبور به تحمل باشیم. در این صورت بی تردید روحیه اجتماعی تضعیف خواهد شد. متأسفانه برخی از ما هنوز در بدیهی ترین رفتارهای اجتماعی خود مانده‌ایم. در ادامه برخی از مصادیق رفتارهای ناهنجار را که برای خودمان عادی به نظر می‌رسد مرور می‌کنیم.

کافی است. لباس اتو شده و کفش واکس زده تنها بخشی از شخصیت شما را نشان خواهد داد. اگر در یک مهمانی یا در جمعی هستید شایسته نیست در گوشی و یا پیچ صحبت کنید. این رفتار بی‌ادبانه است. باد کردن آدامس هم از مصادیق همین رفتارهای بی‌ادبانه است که متأسفانه عده زیادی مبتلا به این رفتار باپسند هستند و حتی عده‌ای اصرار دارند نوع آدامس و رنگش را هم نشان بدهند. اگر مهمان دارید او را با تعریف از خریدهای جدید خود کلافه نکنید. پز دادن و به رخ کشیدن تجملات خانه یکی از عادت‌های ناپسند برخی از ما ایرانی‌هاست. به دلیل همین رقابت‌هاست که تجمل گرایی افزون شده و همه درصددند تا در شیک بودن خانه از دیگری پیشی بگیرند.

در مهمانی مراقب باشید احساس ریاست طلبی به شما دست ندهد. اگر بخواهید همه مهمانی را خودتان مدیریت کنید و حرف خودتان باشد یقین بدانید حوصله دیگران را سر می‌برد. پس به دیگران هم اجازه انجام کار یا صحبت بدهید. آدم عاقل کم سخن می‌گوید و بیشتر می‌شنود.

■ روی دیوارها یادگاری ننویسید

نوشتن یادگاری روی آثار تاریخی یک رفتار غیر ایرانی ناپسند است. فکر نکنید یادگاری نوشتن شما را در تاریخ ماندگار می‌کند اتفاقاً برعکس نسل بعد حتماً شما را به خاطر این کارتان سرزنش خواهد کرد. شما می‌توانید آنها را با خودخواهی تمام خدشه‌دار کرده‌اید.

■ در خیابان کودکان را تنبیه نکنید

پیاده‌رو از آسمش پیداست محل عبور پیاده است. چرا با موتور آن‌هم با سرعت بالا، آسایش و امنیت عابران را به‌هم می‌زنید؟ چرا در خیابان یادتان می‌افتد در مقابل دید عابران با همسر تان جر و بحث یا فرزند خود را تربیت کنید؟ آیا جای بهتری برای تنبیه و فریاد زدن وجود ندارد که تمام دلی خود را در خیابان سر بچه خالی می‌کنید و او را کشتان کشتان می‌برید؟ ارتباط شما ک کودکان کاملاً شخصی است و لازم نیست دیگران را درگیر آن کنید.

■ دور زدن دیگران زرنگی نیست

در حال راه رفتن زباله نریزید. ایسن از فرهنگ ایرانی به دور است و اگر یک خارجی شاهد این صحنه باشد حتماً متعجب خواهد شد. اگر قرار است در صف بمانید حتماً نوبت را رعایت کنید. فکر نکنید دور زدن دیگران اسمش زرنگی است بلکه نشانه ضعف شخصیت شماست. در مکان‌های عمومی بلند یا موبایل صحبت نکنید. لازم نیست دیگران را در جریان اتفاقات یا ماجراهای زندگی شخصی تان قرار دهید. اگر مخاطب شما آنتن ندارد لزومی ندارد شما این سوی خط میان گفتنش نیست. انگار ناراحتی دیگران بشنود. تحمل کرده و تماس را با چند دقیقه تأخیر دوباره تکرار کنید.

■ مراقب سلامت محیط و طبیعت باشید

اگر یک صحنه دلخراش دیدید به آن نخندید و عکس نگیرید. متأسفانه اینکه تا جایی شلوغ می‌شود و اتفاقی رخ می‌دهد عده‌ای موبایل به دست صحنه را مستند می‌کنند دارد تبدیل به یک ضد فرهنگ می‌شود و ما همه جا شاهد این رفتار هستیم. اگر کسی زمین خورد می‌خندیم. اگر مردی روی موتور کلاهش را بباد برد می‌خندیم و خیلی موارد دیگر که مجال گفتنش نیست. انگار ناراحتی دیگران موجب تفریح ما می‌شود! به عنوان یک ایرانی با فرهنگ مراقب طبیعت باشید. هنگام حضور در ساحل، جنگل یا کنار رودخانه‌ها زباله نریزید و بعد از عشق و حال در طبیعت پاک، حال زمین را به زیاده‌های ریز و درشت نگیرید و او را خشمگین و از خود ناامید نکنید. در جاهای شلوغ نایستید و مانع رفت‌وآمد دیگران نشوید. همه مثل ما فرصت کافی برای سر و کله زدن با دستفروش‌ها در پیاده‌رو را ندارند.

سبک تربیت



کودکان دائم رفتار و گفتار ما را رصد می‌کنند

تحلیلگران کوچک اما باهوش

گرفت، صبور باشید و دنبال راه مناسب باشید نه اینکه او را جلوی دیگران تنبیه لفظی یا فیزیکی و غرورش را له کنید.

بعضی رفتارها در سسال‌های اول زندگی مهم است. مثلاً بچه‌ها باید رعایت نوبت را یاد بگیرند و اینکه به حقوق دوستان خود احترام بگذارند. این تجربه را احتمالاً در پارک‌ها و بوستان‌هایی که وسایل بازی دارند بارها تجربه کرده‌اید. کودکانی که سوار تاب می‌شوند و دیگر پایین نمی‌آیند و بچه‌های دیگر پشت سرش در نوبت هستند اما او پایین نمی‌آید. رفتار کودک طبیعی است و همه بچه‌ها در مقابل چیزهایی که دوست دارند و اکتش نشان می‌دهند اما مادر باید او را قانع کند و به کودک یاد دهد که دیگران هم حق استفاده دارند و او باید برای دوباره سوار شدن در صف بایستد. اما متأسفانه بعضی والدین بدون اینکه متوجه باشند، خودخواهی و بی‌توجهی به حقوق دیگران را سر همان تاب‌بازی‌های ساده به کودک منتقل می‌کنند.

دعوا و کنترل خشم رفتار بعدی است که بسیاری از والدین در کودکان تقویت می‌کنند. تهورشان این است که اگر کودکشان در مقابل حرف روز، بچه‌ای را زد یا جواش را داد زرنگ است و از پس خودش برمی‌آید. متأسفانه این والدین متوجه نیستند که از همان سال‌های آغازین حضور در اجتماع بچه‌ها راحق به جانب والدین می‌دهد. جلوی کسی که با او رودربایستی دارید سعی می‌کند هنر جدیدش را نمایش دهد اما شما عصبانی می‌شوید و اکتش نشان می‌دهید. کودک بیچاره از کجا باید می‌دانست باد کردن آدامس یا صدادر جوییدن آا کار بی‌ادبانه‌ای است. برای هر رفتاری یک اولین بار وجود دارد. مثلاً برای اولین بار نباید انتظار داشته باشید کودکان در مهمانی یا رستوران تمام آداب غذایی را رعایت کنند. توقع نداشته باشید دست در بشقاب شما نکند و چیزی بردارد یا با دهان پر خاطره تعریف نکند یا بشقایش را در ظرف غذای مشترک فرو نکند. رفتار او طبیعی است و به نظر خودش منطقی. این ما هستیم که باید در هر موقعیتی رفتار درست را به او آموزش دهیم. برای اینکه اولین‌ها به صورت ناهنجار رخ ندهند می‌توانیم دیگران را محترمانه خطاب کنیم. اگر بیرون کنار منشی منتظر ماند جواب غریبه‌ها را ندهد. وسط حرف بزرگ‌ترها نرزد و دهها اما و اگر دیگر. نکته مهم دیگر آن است که رفتارهای کودک از سر صداقت باشد.

اگر به زور شما کودک به کسی احترام گذاشت و در مقابل کار کسی تشکر کرد بدانند از ته دل نیست و شما در آموزش به خطا رفته‌اید. زیرا کودک می‌رود و مجبورید کودکان را همراه خود ببرید. لازم است قبل از رفتن به او بگویید رفتار او محترمانه خطاب کند. اگر بیرون کنار منشی منتظر ماند جواب غریبه‌ها را ندهد. وسط حرف بزرگ‌ترها نرزد و دهها اما و اگر دیگر. نکته مهم دیگر آن است که رفتارهای کودک از سر صداقت باشد.

اگر به زور شما کودک به کسی احترام گذاشت و در مقابل کار کسی تشکر کرد بدانند از ته دل نیست و شما در آموزش به خطا رفته‌اید. زیرا کودک می‌رود و مجبورید کودکان را همراه خود ببرید. لازم است قبل از رفتن به او بگویید رفتار او محترمانه خطاب کند. اگر بیرون کنار منشی منتظر ماند جواب غریبه‌ها را ندهد. وسط حرف بزرگ‌ترها نرزد و دهها اما و اگر دیگر. نکته مهم دیگر آن است که رفتارهای کودک از سر صداقت باشد.

اگر به زور شما کودک به کسی احترام گذاشت و در مقابل کار کسی تشکر کرد بدانند از ته دل نیست و شما در آموزش به خطا رفته‌اید. زیرا کودک می‌رود و مجبورید کودکان را همراه خود ببرید. لازم است قبل از رفتن به او بگویید رفتار او محترمانه خطاب کند. اگر بیرون کنار منشی منتظر ماند جواب غریبه‌ها را ندهد. وسط حرف بزرگ‌ترها نرزد و دهها اما و اگر دیگر. نکته مهم دیگر آن است که رفتارهای کودک از سر صداقت باشد.

اگر به زور شما کودک به کسی احترام گذاشت و در مقابل کار کسی تشکر کرد بدانند از ته دل نیست و شما در آموزش به خطا رفته‌اید. زیرا کودک می‌رود و مجبورید کودکان را همراه خود ببرید. لازم است قبل از رفتن به او بگویید رفتار او محترمانه خطاب کند. اگر بیرون کنار منشی منتظر ماند جواب غریبه‌ها را ندهد. وسط حرف بزرگ‌ترها نرزد و دهها اما و اگر دیگر. نکته مهم دیگر آن است که رفتارهای کودک از سر صداقت باشد.



آموزش رفتارهای صحیح باعث می‌شود کودکان با عزت نفس و می‌شود کودکان با عزت نفس و اعتماد بیشتری نسبت به خودشان بازنمایند و در آینده به توان و خلاقیتی که لایقشان است دست یابند. آموزش درست روابط، آنها را محبوب می‌کند و می‌توانید مطمئن باشید چیزی که به عنوان یک کودک مؤذب تعریف می‌شود باعث دلش را بداند احترام بگذارد. خودمان هم با عبارت‌هایی مثل کوچک شماست یا غلام شماست به کودکان می‌فهمانیم که در مقابل کسانی که زورشان بیشتر است باید ادای احترام کند.

شما باید برای آموزش‌ها حوصله داشته باشید. اگر کودک در اتوبوس یا مترو شلوغ کرد و بهانه

رضد رفتار و گفتار ما هستند.