

البروتوكول

البروتوكول الرسمي وشبه الرسمي: قواعد الإتيكيت والأعراف
الدبلوماسية

محادثة وشهادة

الدورات التدريبية الإلكترونية الأفضل عالمياً

من: المحور الإنساني العالمي للتنمية والإنجاز

*GLOBAL HUMANITARIAN PIVOT FOR DEVELOPMENT
AND RESEARCH (GHPDR)*



البروتوكول، سواء كان رسمياً أو شبه رسمي، يشير إلى مجموعة من القواعد والإجراءات والأعراف التي تحكم السلوك والتفاعلات في المناسبات الرسمية وشبه الرسمية. يهدف البروتوكول إلى ضمان حسن سير هذه المناسبات، وتعزيز الاحترام المتبادل بين المشاركين، والحفاظ على الصورة الإيجابية للأفراد والمؤسسات المشاركة.

البروتوكول الرسمي



يتعلق البروتوكول الرسمي بالمناسبات الرسمية التي تتطلب أعلى مستويات الاحترام والرسمية، مثل الزيارات الرسمية لرؤساء الدول، والمؤتمرات الدولية، وحفلات الاستقبال الرسمية. يتضمن البروتوكول الرسمي قواعد صارمة تتعلق باللباس، والتحية، والجلوس، وإلقاء الكلمات، وتقديم الهدايا،

وغيرها من التفاصيل. يهدف البروتوكول الرسمي إلى إظهار الاحترام للمشاركين وتعزيز العلاقات الدبلوماسية بين الدول والمؤسسات.

البروتوكول شبه الرسمي

يشير البروتوكول شبه الرسمي إلى المناسبات التي تتطلب مستوى أقل من الرسمية، مثل حفلات العشاء الرسمية، وافتتاح المعارض، ولقاءات العمل الرسمية. يسمح البروتوكول شبه الرسمي بقدر أكبر من المرونة في قواعد السلوك واللباس، ولكنه لا يزال يتطلب الالتزام بمعايير اللياقة والاحترام.

أهمية البروتوكول

يلعب البروتوكول دورًا هامًا في العديد من الجوانب، بما في ذلك:

- . **تعزيز العلاقات الدبلوماسية:** يساعد البروتوكول في تعزيز العلاقات الدبلوماسية بين الدول والمؤسسات من خلال إظهار الاحترام المتبادل والالتزام بالقواعد والأعراف الدولية.
- . **تسهيل التواصل:** يوفر البروتوكول إطارًا واضحًا للتفاعلات بين الأفراد والمؤسسات، مما يسهل عملية التواصل ويقلل من احتمالية سوء الفهم أو الإساءة.
- . **الحفاظ على الصورة الإيجابية:** يساعد الالتزام بالبروتوكول في الحفاظ على الصورة الإيجابية للأفراد والمؤسسات المشاركة في المناسبات الرسمية وشبه الرسمية.
- . **إنجاح المناسبات:** يساهم البروتوكول في إنجاح المناسبات من خلال ضمان حسن سيرها ومنع حدوث أي مشاكل أو إحراجات.

تحديات البروتوكول



يواجه البروتوكول بعض التحديات في العصر الحديث، بما في ذلك:
• **التنوع الثقافي:** يتطلب التعامل مع التنوع الثقافي فهماً عميقاً للثقافات المختلفة واحترام قواعدها وأعرافها الخاصة.

- . التغييرات الاجتماعية: تتطلب التغييرات الاجتماعية المستمرة تحديث قواعد البروتوكول لتناسب مع المعايير والقيم الجديدة.
 - . التكنولوجيا: تؤثر التكنولوجيا على طريقة تفاعل الناس وتواصلهم، مما يتطلب تطوير قواعد جديدة للبروتوكول في العالم الرقمي.
- والآن، لنستكشف عالم البروتوكول من خلال بعض الأمثلة التطبيقية التي تسلط الضوء على أهميته في مختلف السياقات:
1. الدبلوماسية الدولية:

- . زيارة رسمية لرئيس دولة: عند زيارة رئيس دولة إلى دولة أخرى، يتم اتباع بروتوكول دقيق يشمل مراسم الاستقبال، وتحية العلم، ومراسم العشاء الرسمية، والاجتماعات الثنائية. كل خطوة في هذه الزيارة تخضع لقواعد البروتوكول لضمان الاحترام المتبادل وتعزيز العلاقات الدبلوماسية.
- . مؤتمر دولي: في المؤتمرات الدولية، يتم ترتيب جلوس الوفود المشاركة وفقاً لأهميتها، ويتم تحديد قواعد إلقاء الكلمات وتبادل الهدايا. يساعد البروتوكول في تنظيم هذه المؤتمرات الكبيرة وضمان سيرها بسلاسة.

2. عالم الأعمال:

- . اجتماع عمل رسمي: في اجتماع عمل رسمي، يتم الالتزام بقواعد اللباس الرسمي، ويتم تحديد ترتيب الجلوس، ويتم تبادل بطاقات العمل وفقاً للبروتوكول. يساعد ذلك في خلق انطباع إيجابي وتعزيز الاحترافية.

. عشاء عمل: في عشاء عمل، يتم اختيار المطعم المناسب، ويتم تحديد قواعد الطلب والدفع، ويتم توجيه الحديث نحو مواضيع العمل ذات الصلة. يساعد ذلك في بناء علاقات عمل جيدة وتسهيل التواصل.

3. الحياة الاجتماعية:

. حفل زفاف: في حفل زفاف، يتم اتباع قواعد اللباس المناسبة، ويتم تحديد ترتيب الجلوس، ويتم تقديم الهدايا للعروسين وفقاً للتقاليد. يساعد ذلك في الاحتفال بهذه المناسبة السعيدة بطريقة لائقة ومحترمة.

. عزاء: في مناسبة العزاء، يتم ارتداء ملابس داكنة اللون، ويتم تقديم التعازي لأهل المتوفى بطريقة لائقة، ويتم تجنب الحديث في مواضيع غير مناسبة. يساعد ذلك في إظهار الاحترام للمتوفى ومواساة أهله.

4. التكنولوجيا:

. بروتوكولات الإنترنت: تستخدم بروتوكولات الإنترنت (مثل TCP/IP و HTTP) لتنظيم عملية تبادل البيانات على شبكة الإنترنت. تضمن هذه البروتوكولات وصول البيانات بشكل صحيح وآمن بين الأجهزة المختلفة.

. بروتوكولات الاتصالات اللاسلكية: تستخدم بروتوكولات الاتصالات اللاسلكية (مثل Wi-Fi و Bluetooth) لتمكين الأجهزة من الاتصال لاسلكياً. تحدد هذه البروتوكولات كيفية إرسال واستقبال البيانات لاسلكياً بين الأجهزة.

أهمية المرونة في تطبيق البروتوكول:

في حين أن البروتوكول يوفر إطاراً هاماً للتفاعلات، إلا أنه من الضروري أيضاً التحلي بالمرونة في تطبيقه. يجب أن نكون قادرين على التكيف مع المواقف المختلفة واحترام الثقافات والتقاليد المختلفة.

ختامًا، البروتوكول يلعب دورًا أساسيًا في تنظيم حياتنا وتفاعلاتنا الاجتماعية والمهنية. من خلال فهم قواعد البروتوكول وتطبيقها بمرونة، يمكننا تعزيز الاحترام المتبادل، وتسهيل التواصل، وبناء علاقات إيجابية مع الآخرين.



الخلاصة

يعد البروتوكول أداة هامة لتعزيز العلاقات الدبلوماسية، وتسهيل التواصل، والحفاظ على الصورة الإيجابية للأفراد والمؤسسات. يتطلب الالتزام

بالبروتوكول فهماً عميقاً لقواعده وأعرافه، بالإضافة إلى المرونة والقدرة على التكيف مع التغيرات والتحديات الجديدة.

Etiquette

فن الاتيكيت



شيرين المصري

إهداء لأُمى و أبى و من أراد أن يلتمس علماً
نافعاً فى أى قطر من أقطار العالم كله.

شكر خاص لاساتذة الجامعة الذين تعلمت منهم أصول الاتيكيت
و مبادئه، المدرب عمرو العثماني فقد تعلمت منه اتيكيت التعامل في
فترة الخطوبة، وكذلك استفدت من حلقات مصطفى حسني ،
المدرب سعيد جمال، خبيرة الاتيكيت ايمان عفيفي، رغداء السعيد ،
مدونة مجلة الاتيكيت و غيرهم .

تقديم

إن جل ما يتمناه الانسان فى الحياة أن يعيش حياة سعيدة ليس فيها اى من المنغصات، وحينما يرحل يترك أثراً حسناً لمن يخلفونه. هذه السعادة و هذا الأثر الجيد لا يتحققان الا بوجود ضوابط تضمن للانسان حياة كريمة و تقيد الآخرين من تعكير صفوه كما تمنعه من التعدى على حقوقهم أو حرياتهم، و لعل الأديان السماوية هى أروع مثال لوضع و تنظيم هذه القواعد ، و من بعدها وضع البشر علما خاصا بتدوين هذه القواعد لتكون مرجعا فى آداب التعامل و فى هذا الملف سنتطرق معاً لنشأة هذا العلم الذى يضم قواعد و اساسيات التعامل اللائق مع البشر (الاتيكييت) ، و نوضح كيفية التعامل فى المواقف المختلفة بما يتفق و قواعد الاتيكييت و التى نستمد أغلبها من الدين الاسلامى ، و نضيف اليها من الاتيكييت الغربى بما يتفق و ديننا و هويتنا العربية.

الصفحة الخاصة بالمؤلفة للتواصل و الاستفسار:

<https://www.facebook.com/ShereenElmasry26>

نشأة فن الاتيكيت

- ان الاتيكيت و البروتوكول فنان قديمان عرفهم قدماء المصريين فقد وجدنا عنهم صور و نقوش و رسومات على جدران المعابد تدل على اهتمامهم بهذه الفنون و قد كان لهم مراسم جنازية و ألفوا كتباً مدون فيها قواعد مكتوبة لتنظيم المعاملات ، و من أشهر كتبهم كتاب الموتى الذى يضم مجموعة من القواعد الكتابية ، كما توجد نصائح لحكماء الفراعنة و سأكتفى بذكر القليل منها على سبيل المثال لا الحصر :
 - *قدم الماء لأبيك و أمك و لا تغفل هذا الواجب حتى يعمل مثله ابنك .
 - *ضاعف قدر الخبز الذى تعطيه لأمك و احملها كما حملتك .
 - *تخير الكلمة الطيبة قبل أن تنطق بها و الكلمة السيئة احبسها فى جوفك .
 - *ان الثراء قد لا يدوم و لكن الخلق الحسن هو الغنى دائماً .

الاتيكيت فى الدين الاسلامى

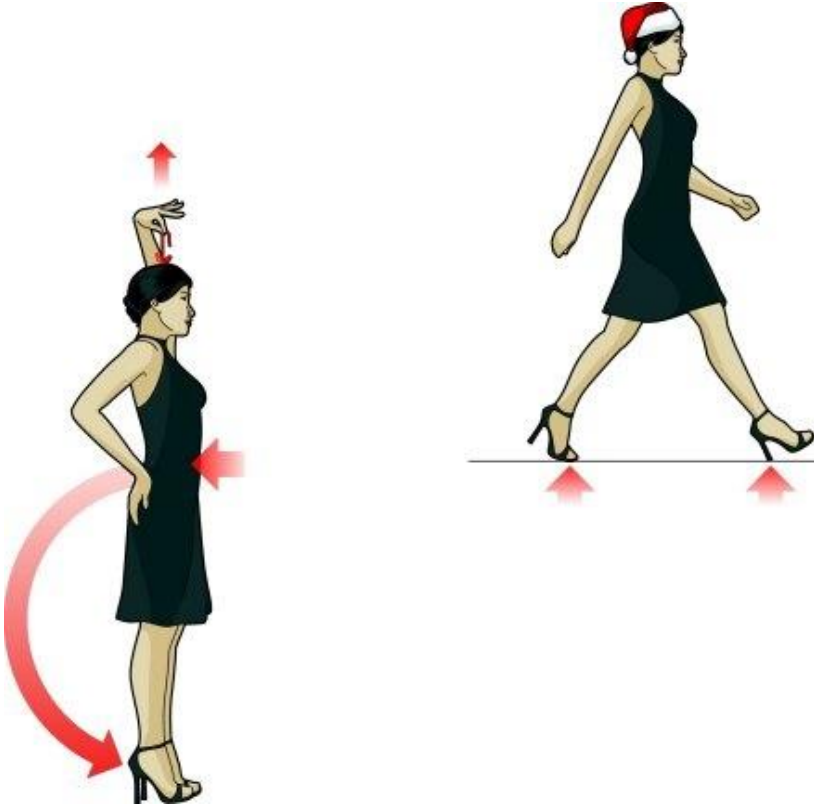
و قد جاءت الخلافة الاسلامى لتطبق المبادئ المستمدة من القرآن و السنة و هناك كتب من أيام الخلافة الاسلامى دون فيها مبادئ و قواعد الاتيكيت و البروتوكول منها صبح الاعشا فى صناعة الانشا للقلقشندى ، و التاج فى أخلاق الملوك للجاحظ ، أما أوروبا فقد عرفت فى البروتوكول و الاتيكيت فى منتصف القرن السابع عشر و كانت كلمة اتيكيت فى البداية مشتقة من كلمة ticket الفرنسية اى تذكرة أو بطاقة الدعوة حيث كان يكتب على ظهرها القواعد التى تراعى فى الحفلة فمثلا يكتبون ممنوع اصطحاب الاطفال و ما الى ذلك ثم اضطررهم الحاجة لكتابة و تقنين قواعد للاتيكيت و البروتوكول فتم عقد مؤتمر فيينا عام 1815 و من بعده مؤتمر آيكس لاشبيل عام 1818 ، ثم اتفاقيتى فيينا عام 1961 و 1963 و بعد ذلك بدأت كل دولة تكتب القواعد الخاصة بها.

اتيكيت السير

- العمود الفقري معتدل مع شد البطن.
- الرأس مرفوع مع رفع الذقن قليلا بحيث تنظر للأمام و ليس لأسفل.
- الساق مشدودة و الكعب أول من يلامس الأرض ثم مشط القدم.
- الجزء الأسفل من الجسم يتحرك مع ثبات الجزء العلوي و انسيابية حركة اليدين.

و يعد هذا علاوة على أنه سلوك مقبول في

السير تمرين يومي للجسم يزيد من لياقته كما يتفادي مشاكل و آلام الظهر، و يعزز الثقة بالنفس.



اتيكيت التحية و السلام



للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت التحية و السلام

- القاعدة أن يبدأ الصغير بتحية الكبير ، اما المصافحة فعلى الشخص الأكبر أن يمد يده لمصافحة الأصغر و إذا حدث العكس فعلى الشخص الأكبر ألا يتجاهل التحية .
- على السيدة أن لا تحيي في الحفلات إلا اللذين يقدمون إليها بهزة خفيفة من رأسها و في حالة المصافحة فإنها لا تخلع قفازها و في المجتمعات الأوروبية تقبل أيدي السيدات ذوات المكانة الاجتماعية أثناء التحية بلمسة خفيفة و بدون صوت أما الانسات فلا تقبل ايديهن و لو كن أميرات و لا يجوز تقبيل يد المرأة إذا كانت ترتدي قفازا كما لا يجوز تقبيل يد المرأة في مكان عام أو في الشارع .

اتيكيت التحية و السلام

- و فى الاسلام نجد أن هناك مواضع كثيرة لذكر السلام منها قول الرسول - ص - افشوا السلام بينكم و كذلك ،إذا التقيتم فابدأوا السلام قبل الكلام ، و من بدأ بالكلام فلا تجيبوه. حديث شريف.
- يسلم الراكب على الماشى و الماشى على القاعد القليل على الكثير و يسلم الصغير على الكبير . حديث شريف
- ما من مسلمين يلتقيان فيتصافحان إلا غفر لهما قبل أن يفترقا . حديث شريف

اتيكيت التحية و السلام

- على السيدة المضييفة أن تنهض من مقعدها لتحية الضيوف و على زوجها ان يشاركها فى استقبال و تحية الضيوف.
- تجرى المصافحة بين شخصين و هما واقفان ،أما السيدة أو الأنسة الجالسة فإنها لا تقم للمصافحة الا لشخص له اعتبار فى السن او المركز.

اتيكيت التحية و السلام

- ليس من اللائق أن نتعجل و نمد يدينا لمصافحة سيده أو من هو أكبر منا سنا أو مركزا ، و علينا أن نتمهل لحظة الى أن تمتد يدها او يده الينا ، فنبادر الى المصافحة فورا ، و اذا لم تمتد الينا اليد اکتفينا بحنى الرأس قليلا مع ابتسامه.
- فى لقاء سيدات و رجال بينهم تعارف ، تتصافح السيدات اولاً ثم يصافحن الرجال .
- عندما نستقبل ضيوفا علينا أن نمد يدينا للمصافحة الا اذا لمحنا كان الضيف رئيس دولة أو أحد كبار رجالها فإننا نقف تحية له و لا نمد يدينا للمصافحة الا اذا لمحنا يده تمتد الينا .

اتيكيت التحية و السلام

- لا داعى للمصافحة بين الحاضرين فى إحدى الزيارات ،الا اذا كان بين بعضهم و البعض الآخر تعارف سابق ،و إن التحية بالرأس تعتبر كافية فى حالة عدم المعرفة .
- عند الانصراف من حفل استقبال أو وليمة لا يجب مصافحة كل المدعوين و لكن يكفى ابتسامة رقيقة لتوديع أقرب الموجودين ،أما مصافحتهم واحد واحد فإنها تشعرهم بضرورة اللحاق به.
- عندما يتسلم أحدهم جائزة او شهادة ،فإنه يتسلمها باليد اليسرى و يصافح مقدمها باليد اليمنى قبل أن يتسلم الجائزة.

اتيكيت التحية و السلام

- طريقة المصافحة :
- يجب عند تقديم اليد للمصافحة ان تكون مفتوحة على نحو طبيعي دون تكلف او مبالغة ، و من غير ليونة أو شدة .
- يجب ألا تحرك اليد عند المصافحة كما نحرك الجرس ، و الا نقبض بها كأنها طوق حديدى يقيد يد الشخص الآخر.
- و ليس من الذوق ان يصافح شخصا و عيناه فى اتجاه آخر ، او يصافح بيد تلبس قفاز ، بل يجب الاسراع الى خلعه قبل المصافحة بوقت كاف.
- أن تقديم طرف الاصابع او رفض مد اليد الممدودة اليها يعتبر من الالهانات التى تتنافى من الذوق و تدعو الى الاشمئزاز ، فهذا التصرف فيه معنى الكراهية أو الاحتقار الذى يؤدى الى أسوأ العلاقات.

اتيكيت التحية و السلام

- طريقة التعبير عن رفض المصافحة :
- فى المجتمعات العربية هناك من السيدات اللائى لا يقبلن بالتصافح مع الرجال لغلبة الطابع الدينى و فى هذه الحالة يمكن التعبير عن رفض المصافحة باحناء الرأس قليلاً فى السلام و المبادرة بوضع كف اليد اليمنى على الكتف الايسر لها (كما لو كانت ستحيي الجمهور) قبل ان يمد الرجل يده منعاً لحدوث اى إحراج، و بهذا يفهم الرجل أن هذه السيدة لا ترغب فى السلام باليد و يكتفى بالتحية فقط.

اتيكيت الجلوس

• فى بداية الحديث مع شخص غريب أو فى مقابلة عمل يتم الجلوس بترك مسافة فى نهاية الكرسى و الاقتراب نحو الحافة مع فرد الظهر و الرقبة و الساقين.

• يمكن بعد ذلك الرجوع للخلف ليستند ظهرك بوضع مستقيم على ظهر الكرسى مع عدم وضع ساق على الأخرى.



اتيكيت الرد على التليفون

- فى حالة الرد على التليفون تقوم بالرد و أنت مستعد لذلك و ليس مستيقظاً لتوك من النوم أو تركض من غرفتك مسرعاً للرد .

- تبدأ بالتحية و إن كان أحد أقاربك أو صديق لم يتصل منذ فترة طويلة لا تبدأ باللوم .

- تجنب أكل الفاكهة او اللب او مضع اللبان أثناء حديثك فكل ذلك يظهر صوته واضحاً..



اتيكيت الرد على التليفون

- و إذا كنت انت المتصل و شعرت أن محدثك مشغول اعتذر بلطف عن ازعاجك له و اخبره انك ستتصل به لاحقاً.
- لا تطل في حديثك حتى لا يشعر غيرك بالملل أو أن اتصالك يفقده وقته بلا فائدة.
- احرص أن يكون صوتك مسموعاً لمحدثك في التليفون و ليس للعالم كله كي لا تفتضح أسرارك للجميع.
- في حالة تليفونات العمل يكون هناك رسالة يتم التلفظ بها حين استقبال مكالمات خارجية كأن تقول اسم الشركة يليها رسالة الترحيب بالعربية أو بالانجليزية حسب نظام الشركة ،و إن كانت هناك مكالمات داخلية(من موظفي الشركة) فيتم الرد بتلفظ اسمك مباشرة كي يعرف المتصل من محدثه.

اتيكيت الرد على التليفون

- و إذا كنت تلقيت تليفون من أحد اصدقاءك اللذين يميلون للثرثرة اثناء تواجد ضيف معك، فمن غير اللائق التمادى فى الثرثرة بالتليفون و ترك ضيفك يشعر بانعدام القيمة و الملل، و إنما يجدر بك انهاء المكالمة سريعاً و العودة لضيفك.

اتيكيت الرد على الاسئلة المخرجة



- قد تتفاجأ ببعض الاسئلة التي تبدو لك غير مناسبة فى حالة وجودك مع بعض الناس و اليك بعض من هذه الاسئلة و كيفية الرد عليه:
كم راتبك الشهرى او كم تتقاضى نظير شيء معين تقوم به؟

المفترض ان تسأل عن هذا الامر فقط من قبل شركة جديدة تتقدم للعمل بها و إن حدث ان سألك احدهم فلا ترتبك و لكن قل «الحمد لله راتبى يكفينى و لكننى أتمنى المزيد» و هذا لأنك ان قمت بالادلاء عن راتبك الحقيقى لمن هو أقل منك قد يشعر بالغيرة ، و ان كان أحدهم أعلى منك فى الراتب فربما يحبطك بكلماته دون ان يدرى.

اتيكيت الرد على الاسئلة المخرجة

- و أيضاً قد يستاء بعض الإناث من السؤال عن أعمارهن إذا ما كانوا أكبر من 25 عاماً ، و للبعد من التكلف او الاحراج يمكنك الاجابة أنى فوق العشرين دون الافصاح عن عمرك الحقيقى فليس لاحدهم الحق فى التطفل على خصوصياتك.
- حينما يسألك احدهم عن سعر خاتم اشتريتيه او فستان او غيره، يمكنك الرد بأنك غير متذكرة فقد اشتريتيه منذ فترة أو انك اشتريتي اشياء أخرى معه فلا تستطيعى تحديد سعره و بذلك تعفى نفسك من الاحراج.
- و مثلما نحاول التملص من الاسئلة المخرجة فعلينا أيضاً ألا نقوم باحراج الآخرين بهذه الاسئلة و غيرها مثل:
- هل انتى حامل (قد تكون السيدة بدينة و لدينها بطن كبيرة فانتى بذلك تحرجيها)

اتيكيت الرد على الاسئلة المخرجة

- لماذا لم تتزوجى الى الآن؟
- من أين تشتريين ملابسك؟
- لماذا لم يتم ترقيتك حتى الآن؟
- لماذا انفصلتى عن زوجك أو لم تنجبين الى الآن؟

اتيكيت الهدايا

- الأصل فى الهدايا أنها تشعر المهدى اليه انك تتذكره و تهتم به فتضفى جواً من السعادة بداخله و فى هذا يقول الرسول «تهادوا تحابوا» حديث شريف، و للهدية بعض القواعد المتبعة هى كالتالي:
- أن تكون ذات نفع و فائدة لصاحبها فأنت تشتري للشخص الشيء الذي يحبه و ليس الشيء الذي تحبه أنت.
- أن تكون بنية خالصة لله لا يكون من ورائها مصلحة و لا يتم التباهى بالهدية على المهدى له.



اتيكيت الهدايا

- يتم حذف السعر قبل تقديم الهدية ، و يراعى أن تكون معتدلة القيمة فلا تقوم بتقديم هدية باهظة الثمن لشخص فقير فقد يشعر بالاستعلاء عليه او أنه غير قادر على شراء هدية مقاربة لها ، و لا تكون رخيصة جداً لشخص ذو مقام عال فتكون بهذا محقر من شأنه.
- يفضل أن تكون الهدية عامة و لا تقوم بشراء هدية ذات طابع خاص خاصة لمن هم من المعارف فقط و ليسوا اصدقاء مقربين.
- إذا كانت هديتك ملابس و رأيت صاحب الهدية يرتديه فيما بعد فلا تقم بالافصاح امام الآخرين أنك من اشتريت له هذا حتى لا تحرجه.

اتيكيت الاعتذار



- أحياناً تصدر منا تصرفات عفوية تجرح الآخرين دون قصد، لذا ينبغي علينا التفكير جيداً فيما نفعله حتى لا نضطر لجرح الآخرين أو مضايقتهم، وإن حدث منا ان اخطأنا فعلينا بالاعتذار و هذا من شأنه إثراء العلاقات و تقويتها، و كذلك إزالة أية رواسب نفسية تؤذي العلاقة فيما بعد.

اتيكيت الاعتذار

- لكي نبدأ فى الاعتذار علينا بالآتى:
- مخاطبة الطرف الآخر باللين و تقبل العصبية منه اثناء الحوار بل و محاولة تهدئته... اشعره و كأنك ادركت فعلاً أنه لم يكن من اللائق أبدأ ان تفعل هذا الشيء و أنك مستاء جداً ،اخبره ان لديه الحق فعلا ان يستاء من هذا الموقف واعتذر بلطف واعدأ إياه ألا تكرر هذا الشيء مرة أخرى و أعقد النية فعلاً أنك لن تفعل ذلك ثانية و لا تجعله مجرد كلام فقط.
- تذكر دائماً أننا خلقنا مختلفون فى الأفكار و الآراء و أن ما تثير غضبك قد يكون شيء تافه بالنسبة لغيرك ، و كذلك ما يغضب غيرك قد يكون بالنسبة لك شيء بسيط فلا تحقر أو تقلل من قيمة موقف اثار استياء غيرك لأنه بالنسبة اليه أمر عظيم.

اتيكيت التعبير عن الرأي



للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكت التعبير عن الرأي

- خلقنا الله عزوجل من حفنة من تراب الأرض فورثنا من صفات الطبيعة على كوكب الارض الهدوء كما فى حالة انسجام الطبيعة و تناغمها، وكذلك ورثنا الغضب و الثورة و اللذان تعبر عنهما الطبيعة بالزلازل و البراكين و العواصف و غيرها و يعبر عنه الانسان بسلوكيات و أقوال مختلفة... و من حكمة الله فى خلقه انه لم يخلقنا نسخة واحدة بل خلقنا مختلفين صحيح أننا جميعاً من عناصر الأرض و لكن تختلف نسبة تكوين كل مخلوق ،كما تختلف الانسجة و فصيلة الدم و نسبة الذكاء و غيرها، و هذا بطبيعته ينعكس على ميولنا و طريقة تفكيرنا و يجعل لكل منا اتجاه بحيث فى النهاية نتكامل لإعمار الأرض و حينما ينظر كل منا من اتجاه مختلف فان الرؤية معا تكون شاملة و موضوعية.

اتيكيت التعبير عن الرأي

و للتعبير عن وجهة نظرنا يلزمنا أن نراعى ما يلي:

- كن حيادي و لا تطلق وجهة نظر او رأى بناء على حبك او كرهك لشخص ما.
- لا تجبر الآخرين على فعل ما انت مقتنع به ، و لكن تذكر أن ما تقوله رأى و ليس لك على أحدهم الأمر.
- لا تحاول التباهى أمام الناس بأنك صاحب عقل رزين أو ذوق رفيع و أنهم أقل منك فلو كنت فعلاً كذلك سيشعرون دون أن تتلفظ بذلك بل و ستكون مؤثراً عليهم.
- إذا لم يعجبك ما يقوله أو يفعله الآخرون لا تهم بقول الكلمات السلبية أو السباب ، و لكن عطر لسانك دائماً بالكلمات الطيبة فلتبدأ بالمدح على صفة حميدة لدى الشخص و اخبره أنك مقتنع بما يقوله أو يفعله ثم ابدا فى الاسترسال بمزايا الرأى الآخر فأنت بذلك تترك لعقله مساحة للتفكير و ستجده يؤيد رأيك و يعرف خطأ ما كان يفعله دون أن تجرحه.

اتيكيت التعبير عن الرأي

فى حالة اختلافك مع أحد المشاهير من العلماء و الأدباء او رجال السياسة ،الاعلاميين و غيرهم فلا تجعل همك الأكبر أن تسبهم فى كل مجلس و لكن أدعو لهم بالصلاح (تحلى بأخلاق الانبياء تأتيك الدنيا طائعة راحة،و تناديك الجنة مشتاقة)
و قد أجمل لنا رسولنا الكريم محمد - صلى الله عليه و سلم - خلاصة ما قيل فى التعبير عن الرأي بحديثه الشريف :

جاء فى صحيح مسلم قوله ﷺ : من أحب أن يُزحزح عن النار ويدخل الجنة فلتأته مَنِيَّتَهُ وهو يؤمن بالله واليوم الآخر ، وليأتِ إلى الناس الذي يُحِبُّ أن يُؤتى إليه .
وهذا معنى قول الناس : عاملِ الناس كما تُحِبُّ أن يُعاملوك .

اتيكيت التعامل مع الغضب



كلنا نغضب و لكن بدرجات متفاوتة و تعبيرنا عن الغضب يختلف ،فالبعض يفكر فى معالجة المشكلة القائمة بينما الآخرون يتوقف تفكيرهم عن الحل و يلجأون فقط لتفريغ طاقتهم السببية فى الشخص المسبب لها أو الشخص المتواجد أمامهم ، و هذا ما يفقدهم صوابهم...و لذلك إذا كنت من هذا النوع الأخير فحاول جاهداً أن

تترك مكان النقاش حين تصل لمرحلة الغضب و بعد ان تهذا تماما فكر فى معالجة المشكلة أو الحديث مع الشخص الذي سبب لك هذا الغضب كي لا تخسره،أو تتركب فعلاً احمق تندم عليه فيما بعد.

اتيكيت التعامل مع الغضب

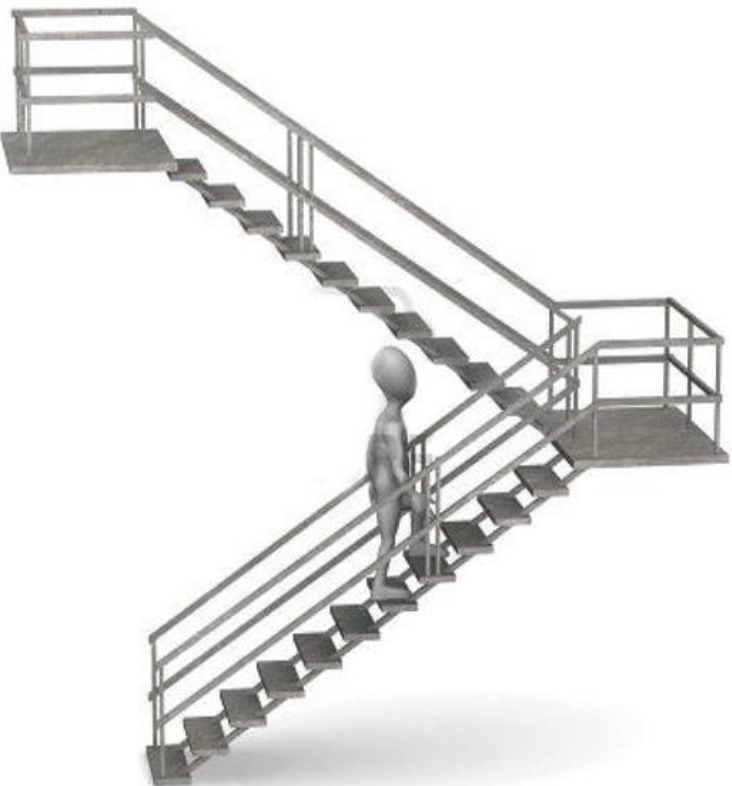
إذا كنت انت الشخص المتلقى للعصبية فى حال أغضبت شخص ما و أراد ان يتم تسوية الموقف فاطلب منه أن تتناقشون حينما يهدأ حتى لا يشتد الصراع بينكم، تذكر دائماً أن لكل مشكلة حل و أننا جننا الى هذه الحياة عابري سبيل فمن آذاك قد لا تراه ثانية و هم أيضاً قد لا يروك ثانية فاجعل كل لحظة فى حياتك جميلة و اترك الاثر الطيب فى نفوس الجميع.

و هناك قصة عن الغضب قرأتها فى احدى كتب الدكتور ابراهيم الفقى الى الآن كلما قرأتها اتأثر كثيراً و تدمع عيني و تحكى ان هناك رجلاً اخطأ طفله فى شيء ما فأثار غضبه ،فامسك بعصا ليضربه و لم ينتبه ان بها مسماراً سبب جرح للطفل احتاج ل 12 غرزة ثم حدثت مضاعفات للطفل و تلوث الجرح و اضطروا لقطع ساقه الى الركبة، كان الاب بالمستشفى يبكى منهاراً على ما سببه لطفله و دخل عليه الغرفة ليطمأن عليه بعد اجراء عملية البتر فقال له الطفل آسف يا ابي لن أفعل ذلك مرة أخرى و لكن أرجوك اعد الى ساقى ... لم يتحمل الاب كلمات ابنه فالقى بنفسه منتحرا من فوق مبنى المستشفى.

اتيكيت التعامل مع الغضب

مما سبق وجدنا ان لحظة غضب واحدة دمرت اسرة فلو كان الاب تروى و عامل ابنه على انه طفل و كل الأطفال يخطأون ولم يغضب لهذه الدرجة لما صار ما صار .
و لهذا نكرر ان الغضب طاقة سلبية يمكننا التخلص منها بالابتعاد عن المكان و ترك الحديث فى هذا الموضوع الى أن نهدأ و كذلك الموضوع يطفىء من شرارة الغضب .
و فى هذا يقول رسولنا الكريم- صلى الله عليه و سلم - «ان الغضب من الشيطان، و إن الشيطان خلق من النار، و إنما تطفأ النار بالماء، فإن غضب أحدكم فليتوضأ»
(أخرجه أبوداود و احمد البغوى)

اتيكيت طلوع و نزول الدرج (السلم)



- يراعى استقامة الظهر .
- الساقين مشدودتان.
- تسير فى خط مستقيم و ليس بشكل متعرج على السلم.
- يتم الصعود من الجهة اليمنى و يمكن وضع اليد على درابزين السلم بخفة.
- عند النزول أيضاً يتم النزول من الجهة اليمنى لك فتكون بذلك عكس اتجاه الشخص الصاعد للسلم و يكون هناك مجال لكلاكما.

اتيكيت المقابلة الأولى

حينما تكون جالساً في عيادة طبيب لفترة طويلة قد تتعرف على احد الموجودين، و ربما يقوم احد أقاربك او اصدقاءك بتقديمك لشخص ما و سواء كان هذا أو ذاك عليك أن تتبع بعض القواعد حتى لا تخرج عن سياق الآداب العامة و تكون مزعجاً و هذه القواعد:

- تجنب الثرثرة الكثيرة و كثرة الهزل حتى و كانت هذه شخصيتك الحقيقية.
- ابتعد عن الخوض في حديث حول حياتك الشخصية او تفاصيل عملك، و كذلك لاتسأله فيما يخص هذين الجانبين.

اتيكيت المقابلة الأولى

- ابتعد عن العبارات السلبية و التملل ، و اجعل حديثك مسلياً و روحك ايجابية.
- تجنب رفع الألقاب بينك و بين محدثك الا إذا طلب هو ذلك.
- تجنب طلب رقم التليفون من المرة الأولى و خاصة إذا كان محدثك من الجنس الآخر كي لا تثير استياؤه.
- اجعل الابتسامة عنوان وجهك و اعره الاهتمام حينما يتحدث حتى و إن لم يروك حديثه .
- إذا صدر من الشخص الآخر ما لا يعجبك فلا تتسرع بالحكم عليه انه انسان سيء و تذكر أن السلوك ليس الشخصية.

اتيكيت المقابلة الشخصية (Interview)



- و في هذا المجال سيتم تناول 3 محاور أساسية و هما:
- اتيكيت الشخص المحاور.
- اتيكيت الشخص المتقدم للوظيفة .
- اتيكيت الملبس سواء للذكور او الإناث.

اتيكيت المقابلة الشخصية (Interview)

• أولاً اتيكيت الشخص المحاور:

- 1- يكون الشخص المحاور فى كامل هندامه يرتدى ملابس رسمية و سيتم فيما بعد توضيح شكل الملابس الرسمية.
- 2- لا يضع الشخص المحاور اشياء كثيرة على مكتبه تعوق عملية الاتصال بينه و بين المتقدم للوظيفة.
- 3- يكون على دراية كاملة بمتطلبات الوظيفة و ليس لديه تحيز أو عنصرية.
- 4- أن تكون اسئلته مفتوحة بحيث يترك مساحة للشخص المائل أمامه للحديث بحرية و إظهار مهاراته و البعد عن الاسئلة المغلقة التى تتطلب الاجابة عليها بنعم أو لا.
- 5- فى حالة عدم اقتناع الشخص المحاور بالمتقدم للوظيفة لا يشعره بذلك و إنما يبتسم فى وجهه حتى لحظة توديعه ، و إن كان هناك مجال أو متسع من الوقت يخبره بالنصائح التى يحتاجها للعمل فى هذا المجال إذ ربما تكون مفتاحاً لنجاح هذا الشخص فيما بعد.

اتيكيت المقابلة الشخصية (Interview)

● ثانياً اتيكيت الشخص المتقدم للوظيفة:

1- يكون الشخص المتقدم للوظيفة فى حالة استعداد تام قبل الحضور حيث يكون مهياً ذهنياً، يعرف المكان الذى سيتوجه اليه و إن لم يكن يعرفه يسأل قبل يوم المقابلة بوقت كاف لحساب وقت الذهاب و يفصل ان يتواجد فى المنطقة التى بها الشركة قبل حوالى 20 دقيقة من وقت المقابلة حتى لا يكون متوتراً و بهذا يستطيع أن يشرب اى شيء لتهدئته إن أراد و صعود مقر الشركة قبل وقته بخمس دقائق فقط.

2- يفضل أن تكون لديك معلومات سابقة عن الشركة المتقدم اليها و عن طبيعة العمل فى المجال المتقدم اليه.

3- تكون أوراقك كاملة معك حتى و ان لم يتم طلبها منك عند حضور المقابلة تحسباً لأى شيء و هذه الاوراق (السيرة الذاتية - صور شخصية - صورة من شهادة الميلاد - صورة من المؤهل - صور من الشهادات للكورسات أو الدبلومات الحاصل عليها.

اتيكيت المقابلة الشخصية (Interview)

4- حينما يطلب منك الدخول لمكتب الشخص المحاور تطرق الباب أولاً و تنتظر الإذن بالدخول ، و حينما يؤذن لك تدخل و على وجهك ابتسامة و عينك تتجه الى الشخص المحاور و ليس على الارض.

5- تنتظر حتى يطلب المحاور منك الجلوس و تجلس على المقعد الذى يشير عليه، و إن لم يشير الى مقعد فلتجلس على المقعد فى الجهة اليمنى منه.

6- احرص على استقامة ظهرك و ترك مسافة بينه و بين ظهر المقعد مع ترك مسافة قليلة بين ساقيك أثناء الجلوس لتوحى بأنك مقبل على الوظيفة و منفتح معه فى الحوار.

7- تجنب تشابك يديك أثناء الجلوس بل اجعلها مفتوحة و لا تحاول فرك عينيك أثناء الحديث او وضع يدك على انفك او أعلى فمك لأن كل هذه الأوضاع تعطى انطباع سلبى.

اتيكيت المقابلة الشخصية (Interview)

- 8- إذا كنت تعمل فى أماكن سابقة و سئلت عن سبب تركها فاجعل اسبابك منطقية و لا تدم فى رؤسائك السابقين، و كذلك لا تفشي اسرار عملك القديم للمحاور.
 - 9- ثقتك بنفسك هي المعيار الأول لاختيارك للوظيفة فالكثيرون لديهم نفس مهاراتك و هذا ما يظهر فى المقابلة فتجنب التوتر و الخوف و كن بقدر الامكان بسيط.
 - 10- تجنب النظر فى الساعة اثناء المقابلة الشخصية و كذلك اغلق هاتفك قبل الدخول.
- ثالثاً اتيكيت الملابس:

بالنسبة للرجال يتم ارتداء ما يلي:

- 1- بدلة مع رابطة عنق. (و يراعى أن يكون الشراب بنفس لون البدلة او البنطلون ان لم يكن يرتدي بدلة كاملة)
 - 2- بدلة بدون رابطة عنق.
 - 3- قميص و بنطلون مع رابطة عنق.
- و يراعى فى الحالات الثلاثة ان يكون شكل الحذاء كلاسيك و ليس رياضي.

اتيكيت المقابلة الشخصية (Interview)

نماذج لملابس الرجال الرسمية:



للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت المقابلة الشخصية (Interview)

نماذج لاحذية الرجال الكلاسيكية:



و يراعى تلميع الحذاء جيداً قبل الدخول للمقابلة. و عدم الدخول برباط الحذاء محكم الربط أو رابطة العنق.

للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت المقابلة الشخصية (Interview)

ملابس المرأة فى المقابلة الشخصية:

- 1- يراعى أن تكون ملابس بسيطة و أنيقة و ليست مبتذلة فى القصر أو النقوش و الألوان.
- 2- تستخدم اكسسوارات بسيطة جداً و غير مقبول استخدام الاكسسوارات كبيرة الحجم، يمنع ارتداء اكسسوارات فى اليد اليمنى الا خاتم الخطوبة فقط.
- 3- فى حالة ارتداء حذاء بكعب يراعى ألا يكون الكعب عالي جداً و ألا يكون الحذاء مصدر لصوت.
- 4- غير مقبول ارتداء صندل مفتوح من الامام و انما يكون الحذاء مغلق غير كاشف للقدم أو الاصابع.
- 5- تسريحة الشعر و المكياج يكون بسيط جداً و فى حالة كونك محجبة ابتعدى عن لفات الطرح الملفتة و اجعلها اكثر رسمية.

اتيكيت المقابلة الشخصية (Interview)

نماذج لملابس المرأة فى المقابلة الشخصية:



للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت الملابس

يعكس شكل الملابس جزء من شخصية الانسان ،كما يبرز جماله و هندامه لذا فعليك مراعاة ما يلي عند اختيار الملابس :

- 1- اختيار درجة اللون المناسبة للون بشرتك و التي تظهر رونقها.
- 2- فى حالة ارتداء الجينز يلبس معه الاحذية الكاجوال ،أما البنطلونات القماش و التنورات فيلبس معها احذية كلاسيك او صنادل.
- 3- فى حالة ارتداء القميص او البادي منقوش يكون البنطلون او الجيب غير منقوش ،و يمكن ارتداء كليهما بلا اية نقوش ،لكن غير مقبول ارتداء كليهما منقوش حيث يعطى منظر مشوش و غير مريح للنظر.
- 4- اذا كان لديك سمرة متركزة فى جزء معين من جسدك فتجنب ارتداء ملابس ضيقة تظهر هذا الجزء.
- 5- اذا كان جسدك بدين فاحرص على ارتداء الألوان الغامقة إذ أنها تعطى مظهراً أكثر نحافة .

اتيكيت التسوق

تشعر السيدات بسعادة كبيرة اثناء خروجها للتسوق،لذا من الممكن أن تستغلى يوم التسوق و تعديه وقتاً للخروج و قضاء وقت ممتع لذا حاولى اتباع ما يلي:

1- اختارى صديقتك المقربة التى لديها ذوق و كذلك مستوى مادي متقارب معك لقضاء هذا اليوم معك و ربما تقوم هى الأخرى بالتسوق.

2- يمكنك استشارتها فى الاشياء التى تشتريها فرأيها يكون من الأهمية لديك و يكسبك الثقة فيما اشترتيه.

3- بعد انهاء جولة التسوق يمكنك ان تصطحبها لتناول مشروب او وجبة غداء فى مطعم ،و إن كانت مقربة جداً يمكنك دعوتها لفنجان شاي معك فى المنزل او العشاء معك.

اتيكيت الزيارات

تعد الزيارات من العوامل الهامة في توطيد الصلات بين البشر و اصفاء مشاعر الود و التألف ، و قد وصانا الرسول -صلى الله عليه و سلم - بصلة الرحم فعن انس رضي الله عنه قال رسول الله صلى الله عليه و سلم «من أحب أن يبسط له في رزقه، و ينسأ له في أثره فليصل رحمه» متفق عليه.

- و حينما نقوم بزيارة أحد لآبد من إبلاغه مسبقاً حتى يكون متواجداً و على استعداد لاستقبالنا و في هذا الصدد يقول المولى عزوجل «يا أيها اللذين آمنوا لا تدخلوا بيوتاً غير بيوتكم حتى تستأنسوا و تسلموا على أهلها ، ذلكم خير لكم لعلكم تذكرون» قرآن كريم
- يفضل اصطحاب هدية بسيطة لأهل البيت لتدخل على قلبهم السعادة و تشعرهم بالاهتمام.
- إذا اصطحبت معك أطفالك عليك بتوجيههم قبل الزيارة أن يكونوا مطيعين و لا يعبثوا بأغراض ليست لهم.

اتيكيت الزيارات

- إذا قمت عن دون قصد بسكب العصير أو المشروب المقدم اليك فعليك الاصرار على تنظيف ما سببته و لا تتركه لأهل المنزل مشوهاً.
- إذا قمت بكسر أحد الفازات اثناء مرورك عليك بالاعتذار و فى الزيارة التالية تصطحب معك هدية لأصحاب البيت لا يفترض أن تكون من نفس نوع الشيء الذي كسرته و لكن شيء آخر قد يروق لأصحاب المنزل.
- لا تطيل الجلوس فى المنزل كى لا تكون مزعجاً و لكن انهى الزيارة بعد فترة مناسبة و اتركهم ينتظرون عودتك مرة أخرى بتشوق.
- إذا كنت أنت المستضيف فيتم تقديم مشروبات باردة للضيف إذا كان من الغرباء ،أمامن تربطك بهم صلة قرابة وثيقة أو صدايقة شديدة فيتم تقديم مشروبات ساخنة .
- إذا أحضر لك الضيف جاتوه أو حلويات فعليك بالتقديم منها.

اتيكيت الزيارات

- اذا كان الضيف لديه طفل و اخذ لعبة من ابنك و بدأوا يتشاجرون فاخبرهم أن يلعبوا معاً كي يتعلم كل منهم التعاون و حب أخيه كما يحب نفسه، و لا تخبر ابناءك باخفاء اغراضهم كي لا يتعودوا على الانانية كما لا تخبرهم ان يتركوا كل شيء للضيف فر بما يظنوا انك لا تحبهم و تربي لديهم احساساً سلبياً تجاهك.

اتيكيت التعامل مع الشائعات

- للشائعات القدرة المذهلة على الانتشار أسرع من نشر المعلومات الصحيحة، وللأسف ما يساعد على هذا ترديد الناس لها بلا تفكير سواء يتساءلوا بينهم هل هذا الخبر صحيح أم لا، أو بترديدها لانهم يصدقوها، و في كلا الحالتين النتيجة واحدة و هي إهدار طاقة ووقت الانسان فيما لا ينبغي عمله.



للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت التعامل مع الشائعات

- و يقول المولى عزوجل فى كتابه العزيز >ياأيها الذين آمنوا إن جاءكم فاسق بنبأ فتبينوا أن تصيبوا قوماً بجهالة و تصبحوا على ما فعلتم نادمين < سورة الحجرات الآية 1 و فى هذا يبين لنا المولى عزوجل ألا نصدق كل ما يقال و أن نتحقق أولاً من صحته حتى لا نندم بعدها إذ أن الشائعات كفيلة بتدمير المجتمع و نشر الفتنة فيه و كلنا نعرف أن الفتنة أشد من القتل و كيف أن اثرها مدمر و مهلك لذا علينا ألا نشر بجهالة كل ما نسمعه.

اتيكيت التعامل مع السوشيال ميديا



● أصبح العالم الآن مدمناً لمواقع التواصل الاجتماعي بل و خسر الكثيرون علاقاتهم البشرية الحقيقية بسبب هذا الوهم الذي نسميه التواصل الاجتماعي لذا علينا ان نضع قواعد التعامل مع هذه المواقع قياساً على احكام المعاملات التي ذكرها لنا الدين الاسلامي منذ أكثر من 14 قرن من الزمان ألا وهى:

- تجنب وضع عبارات سلبية كي لا تحبط غيرك فكل هذه الرسائل تؤثر بشكل ما على العقل الباطن فتجعله يمتص طاقة سلبية تؤثر على نشاطه.
- إذا لم يعجبك ما يقوله غيرك او ينشره لا تهتم و لكن لا تكتب تعليقات بها سباب.

للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت التعامل مع السوشيال ميديا

عن عبد الله قال : قال رسول الله ﷺ : (ليس المؤمن بالطعان ولا اللعان ولا الفاحش ولا البذيء). رواه الترمذي

- تجنب نشر الصور التي تحتوى على اساءة لفظية أو عري أو عنصرية أو عنف ، فكل ذلك يؤذي مشاعر الغير و يضيع وقتك هباء، و لكن حاول فى المقابل أن تنشر معلومات تفيد الغير و عبارات ايجابية تحفزهم و انشرها بتلك النية كي تؤجر عليها.
- تجنب التباهى بنشر صور لك فى أفخم الفنادق او المطاعم، و كذلك نشر صور لأولادك فغيرك قد لا يملك ما لديك و تثير هذه الصور استياءه.

اتيكيت الخطوبة



للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت الخطوبة

خلق الله الانسان فى هذه الحياة و سخر له كل المخلوقات و منحہ العقل الذي يميزه عن سائر الخلائق، ووكله بمهمة إعمار الأرض و هي ليست بالمهمة اليسيرة أبداً و جعله من أكثر المخلوقات عمراً ان لم يكن فى الاجمال هو أكثرها على الأرض، و أعطاه الخيار لیتخير مع من سيعيش و كيف ستكون حياته، بل و جعل عمر بلوغه من أكبر الاعمار حتى يستطيع عندما يختار شريكاً لحياته أن يكون خياره صائباً بما تلقاه من خبرات و معارف و ليس مثله مثل الطيور و الحيوانات، فلو كانت مهمته فى اعمار الأرض فقط بالزواج و التناسل لما ميزه الله بالعقل أو لاكتفى الله بسائر المخلوقات الأخرى و لكن هنا مهمة إعمار الأرض ترتكز فى الأساس على الاعمار الفكرى و المادى قبل أن يكون زيادة فى عدد سكانها و فى الصفحات القادمة بإذن الله سيتم تناول اتيكيت الحياة الاجتماعية بداية من الخطوبة و مروراً بالزواج و الاحياة مع الاطفال و غيرها.

اتيكيت الخطوبة

- يقول المولى عزوجل في كتابه الكريم «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ» [الروم : 21] و بالتأمل فى كلام المولى «لتسكنوا إليها» نجد أنها تحمل معنى عظيم فلم يقل لتحدثوا معها أو لتفك كربتكم و السكن هو الراحة و الاطمئنان و هنا أيضاً ذكر الله لفظتى المودة و الرحمة و لم يذكر الحب فالرحمة أعمق بكثير من الحب و على هذا الأساس يتعايش الانسان فى حياته و نستخلص من هذا أول مبدأ من مبادئ الاتيكيت فى الخطوبة و هو اختيار الشخص المناسب و ليس الاختيار العشوائى .
- فى مجتمعاتنا العربية يبادر الرجل بهذه الخطوة اختيار شريكة الحياة و إليك عزيزى الرجل أولى خطواتك فى اتيكيت الخطوبة بعد اختيار الشريكة المناسبة.
- بعد اختيارك و التأكد من صواب خيارك هذا بصلاة الاستخارة تبدأ فى الاتفاق على موعد لمقابلة أهل العروسة و يكون هذا من خلال اتصال تليفونى بين والد العريس ووالد العروسة، إذا كان والد العريس متوفى ينوب عنه عمه، و إن لم يكن لديه أعمام فخاله، و إن لم يكن لديه خال فأمه تتصل تليفونياً بوالدة العروسة و يتم الاتفاق على موعد لزيارة أهل العروسة.

اتيكيت الخطوبة

- تكون الزيارة الأولى للتعارف فقط و لا يتم الاتفاق على تفاصيل .
- يحضر العريس مع أهله فى الموعد بالمتفق عليه بالثانية لا قبلها و لا بعدها و يتم تقديم هدية بسيطة قد تكون بوكيه ورد أو علبة شيكولاتة.(يفضل عند تقديم بوكيه ورد ارساله قبل موعد الحضور مع بائع الورد كي يتم وضعه فى الفازات بالمنزل قبل حضور العريس و يعطي شكلاً جمالياً للمكان).
- بالنسبة للعروسة يراعى الظهور بدون ماكياج و ان استلزم تضع القليل منه فلا بد للعريس و أهله أن يروها على حقيقتها كما سيروها بعد ذلك،و كذلك أن يكون الملبس بسيط و غير متكلف.
- يفتح الباب لأهل العريس الأب أو الأم.

اتيكيت الخطوبة

- إذا كانت العروسة من النوع الخجول، يمكن أن تفتح هي الباب حتى يتم كسر الرهبة بداخلها.
- وإذا لم تفتح هي الباب فتنتظر عشر دقائق ثم تدخل تسلم عليهم و تبدأ بالسلام على السيدات أولاً ثم الرجال.
- يراعى أن تكون أسرة العريس فقط هي الحاضرة معه و المكونة من الأب و الأم و اخته و أخيه و غير مقبول اصطحاب زوج الاخت و زوجة الاخ و اطفالهم و غير ذلك من الاشخاص.
- إذا كان منصب والد العريس كبيراً فمن غير المقبول تقديمه من قبل الابن بقول حضرة المستشار فلان أو اللواء فلان، فالعلاقة هنا تكون اجتماعية اكثر منها رسمية و انما يقول والدى فلان و هو يعمل كذا، و أيضاً عند تعريف العريس لنفسه فلا يحبذ أن يقول أنا الدكتور فلان أو أنا المهندس و إنما أنت فى الأول و الأخير انسان فاذكر اسمك و اتركهم ينادوك بلقب أو يحذفوه كما يشاءون.
- يتم التعارف بين كافة الأطراف فى جو ودي، و تقوم العروسة بتقديم مشروب لهم، و إذا كانت من النوع الخجول جداً تقدم والدتها أو اختها المشروب حتى لا يتم سكبه على الضيوف.

اتيكيت الخطوبة

- إذا كان الزواج تقليدي (زواج صالونات) و العريس قادم بغرض التعرف على العروسة يفضل أن يرى كل منهما صورة الآخر قبل اللقاء منعاً لحدوث احراج لأياً منهم في حالة عدم تقبل الشكل.
- يمكن للعروسة ان تختار مكان غير المنزل لرؤية العريس للمرة الأولى إذا كانت لا تحب أن يرى الجيران عريس متقدم لها و ربما لم يتم الزواج به و في هذه الحالة يتم التقابل في المكان المتفق عليه في وجود أهل العروسة و كذلك أهل العريس و يبتعدون عنهم قليلاً لترك مساحة لحوار الطرفين معاً و التعرف على بعض.
- يكون الكلام جدى في اللقاء الأول و غير مسموح بالتجاوز في الهزل .
- على العروسة أن تكون هادئة و ألا تستخدم ألفاظ غير مقبولة و كذلك العريس،و أن يبتعد كلاهما عن الاستخدام المبالغ فيه للايدي اثناء الحوار حتى لا يتركون انطباع بأنهم غير مهذبين.
- عند الاتفاق على تفاصيل الشقة و الاثاث و الذهب و خلافه يراعى عدم التكلف من كلا الطرفين فالأصل في الزواج الاستقرار و بناء حياة كريمة و ليس التباهي الغير مقبول.
- للعروسة و العريس الحق في الجلوس معاً أكثر من مرة قبل الاتفاق على الخطوبة كي يعرف كل منهما طباع الآخر و لكن في وجود أهل العروسة معهم.

اتيكيت الخطوبة

- تعد فترة الخطوبة هي وعد من كلا الطرفين ان يلتزم بوجود الآخر فى حياته و ليس زواجاً حقيقياً و على هذا فكلما منهم يعد أجنبى بالنسبة للآخر و غير مقبول أن يخرجوا وحدهما و إنما لأبد من اصطحاب الاب أو الأخ معهم.
- أيضاً بالنسبة للكلام فى التليفون غير مقبول لهم الحديث بالساعات فى التليفون اثناء الخطوبة و انما يكون الكلام فى أقصر الحدود فقط للاطمئنان ليس اكثر.
- على العريس إذا أراد زيارة العروسة الاستئذان مسبقا من الاهل ، و عندما يزورها يجب أن تكون زيارته قصيرة لا أن يجلس ليقضى السهرات معهم.
- على العروسة و العريس أن يكونا على طبيعتهم فى فترة الخطوبة و لا يلبس أحدهما أو كلاهما قناع مزيف فى التصرفات و الأفعال.
- إذا كانت العروسة مخطوبة قبل ذلك أو العريس عليه بالافصاح عن الخطبة السابقة مع عدم تشويه صورة الشخص السابق حتى وان كان سيء و الابتعاد عن المقارنة حتى لا تحدث مشاكل هم فى غنى عنها.

اتيكيت الزواج



للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت الزواج

- بعد فترة الخطوبة يكون كلا الطرفين أصبح واضحاً أكثر للطرف الآخر فتأتى مرحلة الزواج و هى المرحلة التى يقرر فيها كلا منهم أنه سيتترك حياة قديمة لحياة جديدة يبني خطاها مع الطرف الآخر فعلى الطرفين بذل أقصى ما فى وسعهم لانجاح تلك العلاقة و ذلك بما يلي:
- عدم افشاء اسرار البيت للخارج و حتى لأقرب المقربين فافشاء الاسرار نوع من الخيانة الغير مقبولة على الاطلاق و تسبب مشاكل كثيرة.
- احترام كل منهم للآخر و مراعاة مشاعره سواء كانوا وحدهم أو فى وجود الناس.
- ألا يخل أى منهم باتفاقه بعد الزواج فلا يكون اتفاقهم أن تعمل الزوجة بعد الزواج و يأتى بعد ذلك الزوج ليجبرها على ترك العمل .
- حينما يغضب أحدهما من الآخر و يبدأ فى رفع صوته ،حق الطرف الآخر اعتزاله حتى يهدأ ثم يقوموا بتسوية المشكلة ،و الأصل فى العلاقات الزوجية أن تقوم على المودة فلا يسمح للغضب الدخول بينهم.
- تعد الزوجة العقل المدبر فى المنزل و المدير الفعلى له فعلى الزوج أن يترك لها حرية اختيار ديكور المنزل و تدبير شئونه كما تريد دون التدخل فى كل صغيرة و كبيرة.
- و أيضاً على الزوجة أن تستشير زوجها فى شئون المنزل كى تشعره أن له دور فعال.

اتيكيت الزواج

- على الزوجة أن تتحمل الشدائد المادية و الخلافات دون أن تحكى لأهلها أى شيء حتى لا يكرهوا زوجها و يسببون لها المزيد من المتاعب.
- على الزوج كل فترة أن يفاجأ زوجته بهدية حتى و لو كانت وردة واحدة سيفرق معها الأمر كثيراً.
- على الزوج و الزوجة عدم اظهار أياً من مشكلاتهم أمام الأطفال و أن يتعاملوا بشكل طبيعى جداً حتى يسير الجو فى المنزل هادىء .
- على كل من الزوج و الزوجة الاهتمام بالمظهر و النظافة الشخصية داخل المنزل و غير مقبول التهاون فى الاناقة داخل المنزل مع الاهتمام بها خارجه.

اتيكيت التعامل مع الابناء



للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت التعامل مع الابناء

- ابناءك هم امتدادك فى الحياة ، و سر سعادتك ، و هم فى ذات الوقت النسخة المصغرة منك التى تنمو أمام عينيك فلا تفقد شيء فى الماضى إلا و تتمنى أن تحققه لأولادك لذا احرص على تربيتهم و تعليمهم السلوك القويم فان احسنوا علا شأن المجتمع و إن لم يحسنوا فالمجتمع سينهار أخلاقياً و فى تعاملك مع أولادك ركز على ما يلي و لا تتجاهل صغائر الأمور فقد يكون لها فى نفسية طفلك شأن عظيم:
- الأطفال فى السن منذ الولادة و حتى سبع سنوات يقلدون كل شيء تفعله فكن قدوة حسنة فى سلوكياتك و أفعالك و تجنب التلفظ بالفاظ نابية أمامهم.
- اذا وعدت طفلك بشيء عليك تنفيذه حتى لا يفقد الثقة فيك بعد ذلك.
- ان اخطأ الطفل لا تنهره و لكن عامله بلطف و اشرح له ان ما قام به فعل سيء لا ينبغى عمله، و لا تضربه حتى و لو قام بفعل شيء سيء أكثر من مرة و لكن يمكن حرمانه من المصروف أو ان تخبره انك مستاء منه فهذا العقاب النفسى يؤلمه و لكن بالقدر اليسير حتى يحسن من سلوكياته.

اتيكيت التعامل مع الابناء

- الا تلبى جميع احتياجات طفلك و ان كنت تملك خزائن الأرض جميعها حتى يتعلم ان لكل شيء وقته و يشعر بقيمة المال فلا يكون مبدراً.
- اذا كان لديك أكثر من طفل فاعدل بينهم و لا تميز أحدهم على الآخر.
- لا تقحم طفلك الأكبر بمسئولية الطفل الاصغر فكلاهما أطفال و لهما الحق بالاستمتاع بطفولتهم دون قيد أو شرط.
- لا توبخ ابنك أمام الآخرين فهذا يخرجه و يقلل ثقته بنفسه.
- حاول دائماً أن تشعره بحبك و اهتمامك و اعطيه من التقدير ما يجعله مقبلاً على الحياة.

اتيكيت التعامل مع الابناء

- اجعله يختار لعبته بنفسه و كذلك ملابسه كي يتعود على الاعتماد على نفسه و تكوين شخصيته المستقلة.
- لا تسرف في تدليل الابناء كي لا تفسدهم.
- اجعل طفلك يذهب لأماكن بعيدة وحده و راقبه دون ان يعرف ذلك كي يتعلم منذ الصغر الا يتوه و ان يعرف كيف يصل لطريقه.
- اصطحب طفلك معك للتسوق واجعله يكتب قائمة بالاشياء التي سيشتريها من مصروفه كي يتعلم منذ الصغر كيف يدبر لشراء ما يريد.
- اصطحب طفلك معك في عمل خير و دعه يستشعر السعادة في مساعدة الغير و يقوم بذلك بنفسه.

اتيكيت التعامل مع الابناء

- علم طفلك اذا اخطأ ان يعتذر للشخص الذي اخطأ بحقه و يحرم نفسه من جزء من مصروفه عقاباً له على خطأه و ان يضع هذا المبلغ في حسالته و يقوم بهذا العمل دورياً بنفسه دون ان تكون رقيباً عليه و في نهاية الشهر يتبرع بما تم تجميعه في حسالته في عمل خيري حتى يتعلم كيف يتحكم بنفسه بعيداً عن الاخطاء و يحب فعل الخير.
- كافيء طفلك عند نجاحه و عندما يتصرف تصرف مقبول و لكن نوع في مكافأتك حتى لا تصبح روتين ممل.
- حاول اكتشاف و تدعيم موهبة طفلك منذ الصغر.
- خصص وقت يومياً لسماع قصص اولادك في الحياة و كن لهم المرشد الناصح و ليس الأمر الناهي.
- علم طفلك النظام و كيف يرتب سريره كل يوم و ينظم ملابسه و كتبه.

اتيكيت التعامل مع الابناء

- اجعل طفلك يشعر بأن هناك أسرة حقيقية له لابد من استشارتها قبل عمل شيء جديد حياً فى هذه الأسرة و ثقة فيها و ليس خوفاً منها.
- عود طفلك الا تخبره أنك موافق على رحلة مدرسية او معسكر سيشارك فيه الا بعد استشارة باقى افراد الاسرة حتى لا يشعر أن الكلمة الاولى و الاخيرة للاب فقط او للام فقط.
- حاول أن تتفهم مشاكل ابناءك و تحيطهم برعايتك و تذكر أن لكل عمر مشكلاته الخاصة به.
- اذا استصعب عليك الأمر يمكنك استشارة اخصائى عن الطريقة المثلى للتعامل مع طفلك.
- اذا اشتكى الطفل من احد مدرسيه او رفض الذهاب للمدرسة عليك بالتحقق من الأمر و لاتبدأ باتهامه بالتقصير فقد يكون هناك أمر ما يزعجه.

اتيكيت التعامل مع الابناء

- علم طفلك كيف يدافع عن نفسه و يتعامل مع مختلف الأمور ،اشترى له ألعاب ذكاء.
- هيء لطفلك جو مثالي للمذاكرة و تابع دروسه و اهتم بالسؤال عن مستواه الدراسي.
- هيء لطفلك جو من المرح و اصطحبه لمدينة الملاهي و الرحلات المختلفة .

اتيكيت التعامل مع الآباء

- الآباء هم من منحونا الحياة و ضحوا بسعادتهم و عمرهم من أجلنا فكل سعادة أو نجاح أو ابداع وصلنا اليه بفضلهم،حتى و إن اخطأوا بحقنا فهم فعلوا ذلك بظن منهم أنه لصالحنا أفلا يجب علينا أن نعيش ما تبقى من العمر لاسعادهم؟!
و حتى لو فعلنا ذلك لن نستطيع أن نهبهم حياة جديدة كما منحونا إياها دون ان نطلبها منهم...تختلف علاقتنا بآباءنا عن علاقتنا بالجميع فهي العلاقة التي لا يمكن لاي شيء أن يكسرها و كم من موضع في القرآن الكريم ليوصينا على حسن معاملة الآباء مهما فعلواو اليك بعض القواعد البسيطة كي تحيا سعيد مع أبويك و تسعدهما قدر طاقتك:
- إذا كنت مقيم معهم اخبرهم بوقت حضورك و غيابك و اشركهم في الرأي فهذا يسعدهم جداً.
- و إذا كانت لك حياتك المستقلة فاسأل عنهم تليفونياً كل يوم و لا تقطع زيارتك بهم أبداً بل و اذهب اليهم قبل ان يطلبوا هم منك ذلك.
- احرص على تلبية حاجتهم دائماً و لا تجعلهم يستاءون منك.

اتيكيت التعامل مع الآباء

- فاجأهم بهدايا بسيطة من حين لآخر مثل الحلوى و الملابس فهذا من شأنه ان يرفع روحهم المعنوية كثيراً .
- لا تخبرهم أنك تستاء من تصرفاتهم فلكل جيل طباعه الخاصة بل حاول انت ان تتفهم عقلياتهم و تتماشى معها لاسعادهم.
- إذا كان أحدهم مريض قم بخدمته بترحيب دون اشعاره بأنك مرغم أو مستاء من هذه الخدمة.

اتيكيت النصيحة

- النصيحة واجب علينا تجاه من يحتاجونها فنحن لا نعيش بمفردنا فى المجتمع ، و ان فسد المجتمع سنسأل عن دورنا فى الاصلاح ليس أنفسنا فقط و لكن لنا دور فى اصلاح الآخرين.
- حينما تنصح شخص بعمل شيء ما لابد و أن تكون انت أيضاً تفعل هذا الشيء.
- ترفق فى الكلام و استخدم ألفاظ رقيقة لحت الآخرين على فعل الشيء أو الابتعاد عنه و ابتعد عن اصدار الأوامر .
- لا تجعل الناس يشعرون أنك تجبرهم على ما تريد بل انصحهم و اترك لهم حرية التصرف.

اتيكيت العزومات

- الأصل في العزومات أن تكون وقت للتجمع مع أفراد تعرفهم و تحبهم لتمضون وقت جيد سوياً مع تناول الطعام فاذا قام احدهم بتوجيه الدعوة لك لا ترفض بل رحب بها و ان كان لديك مشاغل يمكنك تأجيل العزومة الى أجل مسمى.



للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت العزومات

- اذا كنت انت الشخص المضيف فعليك بتتويج الاطعمة التي تقدمها لضيوفك و أن تكون على علم مسبق بما يحبوه، فلا تقدم لهم اصنافا لا يحبوها.
- اذا امتنع احدهم عن تناول أي صنف من الاصناف المقدمة فلا تجبره عليه اذ قد يكون لديه حساسية من هذا النوع أو ممنوع منه لاتباعه نظام غذائي معين.
- تحاول تقديم الاطباق بشكل منسق و جميل و تترك ضيوفك يضعون في اطباقهم الكمية التي يريدونها من الصنف الذي يشتهوه .
- تجلس مع ضيوفك لتناول الطعام و لا تتركهم بمفردهم.
- لا تصطحب معك شخصاً غير مدعو على الغداء.

اتيكيت العزومات

- اذا كنت انت الشخص المستضاف فاحرص على وصولك قبل موعد الغداء ب 10 دقائق كي لا تثير ازعاج ربة المنزل في حال تحضيرها للطعام و عدم قدرتها على الجلوس معك او استضافتك.
- اذا كان الشخص المضيف يربطه بك علاقة قوية يمكنك التوجه للمطبخ و المساعدة في تقديم الاطباق على طاولة الطعام،و إن كان زميل في العمل فلا تتحرك من مكانك الى ان يتم استدعاءك للطعام و تنتظر حتى يحدد لك المكان المناسب لجلوسك.
- تجلس على الكرسي و ظهرك مفرد و لا تضع يدك على الطاولة لعدم ازعاج من بجوارك.
- تأخذ فوطة السفرة و تقوم بنفضها مرة واحدة و تضعها على ساقيك كي لا تسقط طعام على نفسك.
- تبدأ في دعاء قبل الأكل ثم تبدأ في غرف الصنف الذي تريده في طبقك،و الصنف الأول يكون من السلطات و المقبلات ثم تبدأ في تناول طبقك الرئيسي و يليه الحلويات.

اتيكيت العزومات

- اذا أردت تناول صنف ما ليس أمامك يمكنك استئذان الشخص الجالس أمام الصنف كي يعطيه لك فتأخذ منه ما تريده ثم تعيده اليه.
- يتم مسك الشوكة في اليد اليسرى و السكين في اليد اليمنى لسهولة التقطيع تقوم بتقطيع البانيه او اللحم الى قطع صغيرة باستخدام السكين و تكون الشوكة مغروسة داخل قطعة اللحم و لأن الأكل باليد اليسرى يتنافى مع ديننا الاسلامى فيمكنك تقطيع الطعام ثم تترك السكين و تبدأ بتبديل الشوكة لتصبح في يدك اليمنى و تتناول بها ما تريده.
- يؤكل الأرز بالشوكة و ليس بالملعقة حتى لا تأخذ كمية كبيرة منه.
- الأصل في الاتيكيت عدم اصدار أى صوت بالفم اثناء تناول الطعام و كذلك بأدوات المائدة و تقطيع الطعام لقيمات صغيرة فلا يتم عمل بالونات داخل الفم .
- غير مقبول تماما فتح الفم اثناء مضغ الطعام فهذا يثير استياء من حولك كما يسبب لك مشاكل فى الهضم بسبب دخول الهواء فى مجرى الطعام.
- لا تقم بالنفخ فى الطعام لتبريده فهذا غير مقبول أبداً، كما يسبب لصاحبه أمراض بسبب خروج ميكروبات من الفم تتفاعل من الطعام.

اتيكيت العزومات

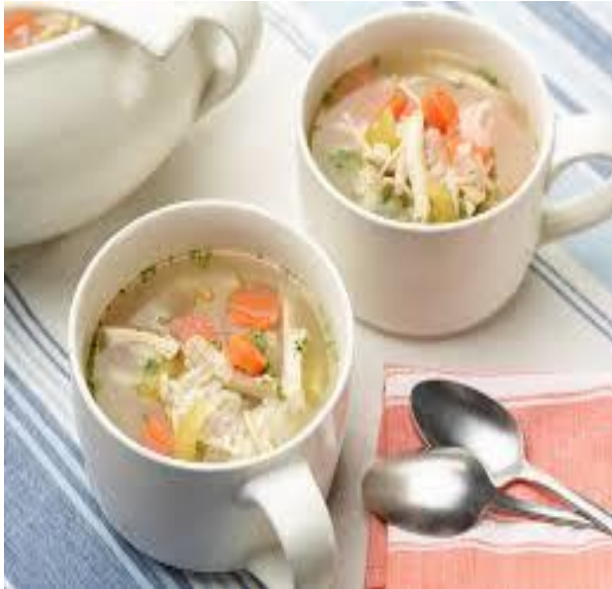
- اذا كنتى تستخدمين الروج عليكى بمسحه بمنديل قبل تناول الطعام او الشراب فمن غير اللائق ترك آثار الروج على أدوات المائدة، و ان حدث و نسيتهى يمكنك فى النهاية مسح الكأس الذى شربتهى فيه بمنديل لازالة آثار الروج.
- اذا جاءك اتصال مهم اثناء الطعام و تريد أن تخبر الموجودين انك لازلت تتناول الطعام لم تنتهى يمكنك فرد فوطه السفرة على كرسيك مه تركه بعيد بعض الشيء عن السفرة فلا تعيده لمكانه، و عندما تعود تكمل وجبتك بشكل عادى جداً الى أن تنتهى فتضع الفوطه بشكل عشوائى يسار طبقك حتى تخبرهم انك انتهيت من الطعام.
- من غير اللائق ترك شيء فى طبقك أو كأسك فعليك بانهاء طعامك و شرابك.
- تجنب استعمال ملح الطعام قبل أن تتذوق الطعام فهذا اهانة لمن قام بطهى الأكل معناها انه لا يجيد الطهى و لكن ان تذوقت الطعام فاحتجت زيادة الملح بعض الشيء فلا بأس من ذلك.

اتيكيت العزومات

- اذا تم تقديم صنف غريب لا تعرفه يمكنك استعمال ملعقة طعام صغيرة لتذوقه فان اعجبك تأخذ منه الكمية التى تريدها و ان لم يعجبك تجنبه.
- اذا تم تقديم صنف لا تعرف كيف يؤكل انتظر قليلاً لترى من حولك يأكلون منهم و اتبع طريقتهم.
- اذا لم يجبك الطعام لا تقم باحراج صاحب المنزل و لكن كل منه كمية صغيرة.
- اذا لم يقدم لك جميع ادوات المائدة فلا تسأل عنها و حاول التعامل بما يقدم اليك حتى لا تخرج اصحاب المنزل.
- اذا قام احدهم بعزومتك مثلاً على اكلة من فطير و جبن و عسل و رأيت الجميع يأكل بيديه فتناول طعامك مثلهم و لا تشعرهم باستياء، و فى حال أكلت بيديك يمكنك استخدم السبابة و الوسطى و الابهام و لكن لا تأكل بكل يدك.

اتيكيت الطعام – (الشوربة)

- عند تناول الشوربة تقوم بوضع كمية مناسبة في الملعقة و تملأها تماما ثم تشرب الشوربة من جانب الملعقة دون ادخال الملعقة في فمك، و عند الانتهاء من طبق الشوربة يتم وضع الملعقة على الطبق المسطح و ليس على الطاولة او داخل طبق الشوربة العميق.
- اذا تم تقديم الشوربة في ماج يمكنك تناول الشوربة بحمل الماچ كما تحمل فنجان الشاي و اذا كانت تحتوى شعيرية او قطع دجاج او خضار او ذرة يمكنك تناولها بالملعقة.



اتيكيت الطعام – (السلطة الخضراء)

- تؤكل السلطة الخضراء بالشوكة و ان وجدت قطعاً كبيرة من الخضروات يمكنك تقطيعها باستخدام الشوكة و السكينة ثم معاودة الطعام.



اتيكيت الطعام – (المكرونه الاسباجيتي)

- تقدم المكرونة الاسباجيتي بطولها دون القص و من غير اللائق استعمال السكين لتقطيعها و انما تستعمل الشوكة فتقوم بلف جزء صغير على الشوكة و تسند بالملعقة المكرونة التي تقوم بلفها على الشوكة ثم تأكلها.



اتيكيت الطعام – (الدجاج)

- في حالة تقديم دجاج بالعظم يمكنك استعمال الشوكة و السكينة فتقوم بغرس الشوكة بجوار العظم في اتجاه لاسفل و تقطع بالسكينة دون اصدار اصوات في الطبق.



للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكيناً !!

اتيكيت الطعام – (السمك)

- يؤكل السمك بالشوكة و السكين الخاص به (سيتم توضيحهم لاحقاً).
- بواسطة الشوكه و السكين يتم تمريرها ببطء ما بين اللحم و الجلد لنزع الطبقة الخارجيه بعد ذلك سنقسم الجزء الظاهر من اللحم الى نصفين بالطول و نقل كل جزء وحده ثم رفع الهيكل كاملاً بوضع طرف السكين بينه و بين الجزء السفلى من اللحم ثم رفعه بالشوكه كما هو ووضعه فى الطبق المخصص لذلك .



للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت الطعام – (الجمبرى)

- يؤكل الجمبرى بالشوكة و السكين الخاص بالسّمك، اذا كان مقلّياً و اذا كان كبيراً يمكنك مسكه بالاصابع من منطقة الذيل و تقوم بأكله ثم تترك الذيل فى الطبق على جنب.
- اذا تم تقديمه ضمن طبق مأكولان بحرية مغطى بالصوص تأكله أيضاً بالشوكة و السكينة.



اتيكيت الطعام – (الاستاكوزا)

- قم بتثبيت الاستاكوزا على الطبق لمنع العصير من التدفق للخارج و قم بفصل المخالب الكبيره اولاً عن طريق لفها و جذبها ببطء و افتح المخالب باستعمال كساره البندق ثم اخرج اللحم باستعمال الشوكه المخصصه لذلك



اتيكيت الطعام – (الاستاكوزا)

- نفس الخطوات للمخالب الصغيره الا انه من الممكن ان تقوم بمص اللحم مباشره بدلا من اخراجه بالشوكه
- الذيل يحتاج الى لفه بسيطه و سينفصل تماما و اكسر قشرته باستعمال اصابعك و اسحب اللحم باستعمال الشوكه و بالطبع يجب ان تلاحظ ان قطع اللحم الكبيره يجب قطعها بالسكين الى اجزاء صغيره قابله للاكل
- بالنسبه للجسم فسنكسر القشره و نخرج اللحم باستعمال الشوكه اما الكبد (ذو اللون الاخضر) او اى اجزاء اخرى غير اللحم يتم تناولها مباشره من القشره بالشوكه
- ضع القشور فى الطبق المخصص لها او على حافه الطبق و اشطف يديك بعد الانتهاء من الاكل فى الوعاء المخصص لذلك.

اتيكيت الطعام – (الكانابيه)

- في حالة تقديمه في حفلات الكوكتيل او مع الشاي او مع وجبه تؤكل باليد في هذه الحالات سنستخدم اليد في تناول الكانابيه
- و لكن عندما يتم تقديمه كمقبلات اي عندما يكون الكانابيه هو اول ما يتم وضعه على المائده و يكون الطبق الرئيسي بيتزا مثلا او سمك في هذه الحاله يجب ان نستخدم ادوات المائده في تناوله



اتيكيت الطعام – (السوشي)

- السوشي هو اشهر اكله يابانيه و يصنع من الأرز المخلل و يغطي بشرائح السمك الني منزوعه الجلد او يلف الارز حول حشوات مختلفه من الاكلات البحريه او الخضروت او الطيور و يتم تغليفها بورقه من الاعشاب البحريه لتكون متماسكه
- قد تكون حشوة أو غطاء الارز السوشي نيئاً أو مطبوخاً أو مفروماً و ياتي عادة مع صلصة من معجون جذور نبات الواسابي و اوصلصة فول الصويا.



للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت الطعام – (السوشي)

- بسبب شهره العالميه للسوشي فيوجد استثناء من آداب اتيكيت الطعام الياباني فمن الممكن ان تتناوله باليد او بالعصى و لك ان تختار اى طريقه منهم ولاحظ هنا ان الطيقه الصحيحه لاكل السوشي هو ان تغمس السمك و ليس الارز داخل صلصه الصويا التى تكون مرافقه للطبق و يتم تناولها على مره واحده -- ان نسيت و استعملت الشوكه و السكين فاقسم القطع الكبيره على اثنين

اتيكيت الطعام – (الشاي مع الجاتوه)

- حينما يقدم اليك شاي مع جاتوه يمكنك رفع فتلة الشاي برفق ووضعها على طبق الفنجان ثم تقوم بتحليلته و التقليل دون اصدار صوت، و بعدها يمكنك مسك الفنجان في يدك اليمنى و الطبق في يدك اليسرى و تشرب الشاي ثم تعيده الى الطاولة، بعد التقليل توضع الملعقة على طبق الفنجان و لا توضع على الطاولة، أما عن الجاتوه فنستخدم الشوكة و الملعقة حيث نضع الملعقة من اسفل و ننزل بالشوكة كأنها أداة قطع لتنزل الجزء المقطوع في الملعقة فنقوم بأكله
- في حال كنتى مدعوة للغداء في مطعم يمكنك وضع شنطتك اسفل طاولة الطعام على الارض بجوار قدمك اليمنى.
- اذا كنت انت من يقدم الشاي فتضع بالفنجان فتلة الشاي فقط و تترك الشخص يضع كمية السكر التى يريدھا.



اتيكيت تناول الفواكه

- الأصل فى اتيكيت الطعام عموماً أن يتم تناول الطعام ببطيء و بكميات صغيرة حفاظاً على صحة و رشاقة الانسان، و كذلك مراعاة للمظهر العام حتى لا يثير اسلوبه أستياء غيره، و فى اتيكيت تناول الفاكهة سنذكر الاتيكيت العام و نوضح اتيكيت تناول بعض الانواع الشائعة من الفواكه على سبيل المثال لا الحصر.
- يتم تقطيع الفواكه الى قطع صغيرة بالسكين و يمكن تناولها بالشوكة او بالايدي.
- الفواكه التى لا تتأكسد بالتعرض للهواء مثل البرتقال - البطيخ - المانجو - الاناناس و غيرها يتم تقديمها بعد التقشير و لا تقدم بكامل هيئتها .
- بالنسبة للبرتقال تقطع بالسكين حلقة دائرية من أعلى البرتقالة ثم تقوم بعمل خطوط طولية على كل البرتقالة و يتم فتحها كما يلي:



اتيكيت تناول الفواكه

- يمكنك بعد ذلك ثني حافة كل شريحة منها لتشكّل شكل زهرة و تقديمها بطبق صغير للضيف معه سكين و شوكة.



- يقوم الضيف باستخدام السكين بالتخلص من قشور البرتقال كلية و يبدأ في تفصيل البرتقال و يقطع كل فص الى قطع صغيرة يتناولها بالشوكة او باليد.

للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت تناول الفواكه

- بالنسبة للمانجو لا تقدمها بحالتها للضيف و انما تقوم بغسلها أولاً ثم تقطيع شرائح منها، و كل شريحة تقسمها بخطوط طولية و عرضية بحيث يتم فصلها بعد ذلك فتكون على شكل مكعبات توضع فى اناء كبير يأخذ كل شخص منه فى طبقه ما يريد.

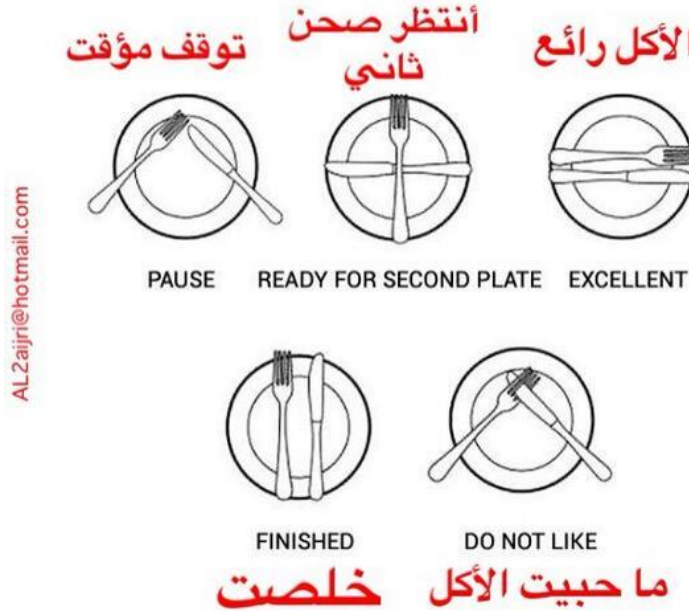


اتيكيت تناول الفواكه

- بالنسبة للموز يتم تقطيع شريحة دائرية من أول الموز و تبدأ فى تقسيم خطوط بطول الموز ثم باستخدام السكين تقوم بازالتها تماماً، و تبدأ فى تقطيع الموز لشرائح صغيرة تأكلها بالشوكة او بالاصابع.
- الفواكه التى تحتوى على بذور مثل البلح و الخوخ و المشمش يتم التقطيع بالسكين الى اجزاء صغيرة بعيداً عن البذر حتى تتخلص منها و تبدأ فى تناول الفاكهة كما تريد.

اتيكيت الشوكة و السكينة

- للشوكة و السكينة لغة خاصة بها لا بد من معرفتها حيث توصل بها رسالة انك انهيت طبقك فتجعل الجرسون يقدم لك الطبق التالي او ان الطعام اعجبك او لم يعجبك دعونا نوضح لكم كل ذلك فى الصورة التالية:



للجمال الحقيقي مواطن كثيرة لا يدركها، الا من اتخذ الجمال من أعماقه سكناً !!

اتيكيت الشوكة و السكينة

- إذا كنت انت الشخص المستضيف فتعلم معى فى السطور التالية كيفية وضع الشوك و السكاكين على المائدة:
- الصورة المجاورة توضح أنه سيتم تقديم طبقين رئيسيين
- و يستخدم فيهم الشوك و السكاكين من الحجم الكبير.
- يتم استخدام أدوات المائدة من الخارج للداخل .



اتيكيت الشوكة و السكينة

- الشكل المجاور يوضح من اليسار شوكة لطبق السلطة بدون سكين.
- يليها شوكة السمك و على اليمين السكين الذي يستخدم لاخلاء السمك.
- و أخيراً بجوار الطبق الشوكة و السكين المخصصة للطبق الثاني.



اتيكيت الشوكة و السكينة

- الشكل المجاور يوضح من اليسار طبق و سكين حيث سيقدم لك الخبز و الزبدة أولاً.
- بعدها يظهر 4 شوكة و تعنى انه سيتم تقديم طبق السلطة فتستخدم فيه الشوكة الأولى، و بعدها سيتم تقديم نوع مقبلات ثانی تستخدم فيه الشوكة الثانية.
- يتم بعدها تقديم طبق شوربة تستخدم فيه الملعقة على اليمين.
- ثم يتم تقديم السمك فيستخدم فيه الشوكة الثالثة مع السكين.
- و بعدها يقدم طبق ثان تستخدم فيه الشوكة الأخيرة مع السكين الأخير.
- و أخيراً يتم استعمال الشوكة و الملعقة أعلى الطبق مع طبق الحلو.



اتيكيت الشوكة و السكينة

- يشبه هذا التقديم الطريقة السابقة و لكن هنا تم وضع شوكة في الجهة اليمنى و هذا يعنى انه سيتم تقديم طبق مكرونة تستخدم فيه الشوكة و الملعقة معاً مع بقاء نفس الاطباق كما سبق الذكر في الطريقة السابقة.



فهرس المحتويات

6	اتيكيت السير
14:7	اتيكيت التحية و السلام
15	اتيكيت الجلوس
18:16	اتيكيت الرد على التليفون
21:19	اتيكيت الرد على الاسئلة المحرجة
23:22	اتيكيت الهدايا
25:24	اتيكيت الاعتذار
29:26	اتيكيت التعبير عن الرأي
32:30	اتيكيت التعامل مع الغضب
33	اتيكيت طلوع و نزول الدرج (السلم)
35:34	اتيكيت المقابلة الأولى

فهرس المحتويات

45	اتيكيت الملبس
46	اتيكيت التسوق
49:47	اتيكيت الزيارات
51:50	اتيكيت التعامل مع الشائعات
52:51	اتيكيت التعامل مع السوشيال ميديا
60:54	اتيكيت الخطوبة
63:61	اتيكيت الزواج
70:64	اتيكيت التعامل مع الابناء
72:71	اتيكيت التعامل مع الآباء
73	اتيكيت النصيحة
79:74	اتيكيت العزومات

فهرس المحتويات

95:92	اتيكيت تناول الفواكه
100:96	اتيكيت الشوكة و السكينة