- **ابتسامة:**

-لا تتكلفى فى ابتسامتك ولاتبتسمى إلا فى الوقت المناسب.

-لاتبتسمى للسخرية من إحدى الصديقات حتى لا تتولد بينكما الأحقاد.. وما ترتضيه لنفسك ارتضيه للأخريات.

- **أبناؤك:**

-لا تفضلى ابنا لك عن أبنائك الآخرين، ولابد أن تعدلى فى معاملتك فيما بينهم حتى لاتجعلى الحقد أو الغيرة تتفشى فى نفوسهم.

- لا تقارنى بين ابن وآخر، فلكل شخصيته وتركيبته التى تختلف عن الآخر، وأيضا قدراته سواء الاستيعابية أو الجسدية.

-حددى لكل ابن لعبا معينة حتى لا يتشاجروا فيما بينهم.. وحاولى ألا تتدخلى فى المشاجرات التى لا تسبب ضرراً، فالأطفال أحيانا يجدون فى هذا متعة لأن لديهم طاقة زائدة لابد من إخراجها.

-إذا كان ابنك وحيدا فحاولى - كل فترة- دعوة عدد من زملائه أو أبناء الأسرة أو الأصدقاء وأقيمى لهم حفلا أو وفرى جواً رائعا ليستمتع فيه مع غيره من الأبناء حتى يصبح اجتماعيا، واهتمى بالرحلات الجماعية.

-إذا تمارض أحد أبنائك ورفض أن يذهب لمكان ما ولتكن المدرسة مثلا، فلا تعنفيه أو تجبريه على الذهاب، ولكن إبحثى عن السبب وعالجيه واقنعيه بمقدرتك على حل مشاكله حتى يثق فيك.

-إذا ميزت ابنك المريض عن إخوته، فيجب أن توضحى لهم الأمر حتى لايشعروا بالغيرة، واذكرى لهم الحديث النبوى الشريف الذى يقول ما معناه أن الاهتمام يوجه لمريضهم حتى يشفى وغائبهم حتى يحضر وصغيرهم حتى يكبر - إذا كانوا يعون ذلك.

- **أبناء صديقاتك:**

-عند زيارتك لإحدى صديقاتك لابد أن تسألى عن أبنائها وتظهرى الرغبة فى رؤيتهم.

-امدحى تصرفاتهم الحسنة - ولكن بلا إسراف حتى لا يغتر الأطفال- وقدمى لهم الهدايا فى المناسبات كأعياد ميلادهم مثلا فهذا يفرح الصغار قبل الكبار.

-لا تقارنى بين ابنك وأبناء الآخرين.

-ولا تنسى دعوة أبناء الصديقات لزيارتك مع أبويهم فهذا يسعد الأبوين كثيراً.

- **أجيال مختلفة:**

إذا وجدت فى مكان به أعمار وأجيال مختلفة فلا تتقدى الجيل الذى سبقك ولا تحطى من قدر الجيل الأصغر منك.. بل حاولى أن تكونى همزة الوصل بين الطرفين، ولا تنسى فى غمرة الحياة إنك فى يوم من الأيام كنت كالحالين فى أعمارهم وتصرفاتهم، وإنك مستقبلا ستكونين كالأكبر سنا ولا تدرين كيف ستتصرفين عندها.

- **احتكاك:**

عندما تخرجين إلى الطريق ستجدين نفسك مضطرة للاحتكاك بألوان مختلفة من الناس. منهم البائع والجرسون والسائر فى الطريق.. وليس الناس

سواء فى تصرفاتهم وفى أخلاقهم، فمنهم المهذب ومنهم الأحمق، ومنهم الحليم، ومنهم العصبى، ومنهم الخيِّر، ومنهم الشِّرير. ومهما تكن أخلاق الناس فإن تصرفاتك معهم هى التى تزيد المهذب تهذيبا، وتحد من حمق الأحمق، وترد شر الشرير.

- **أخبار متلقفة:**

لا تحاولى أن تتطفلى وتتصيدى الأخبار بطريق التلقف والاستدراج.. فإن وصلك خبر فلا تحاولى الوصول إلى تفاصيله والتى غالبا لا تهمك، وخاصة إذا لاحظت أن صاحب الخبر لا يريد أن يتحدث فى تفاصيله.. فلا تحرجيه.

- **اختيار:**

-إذا قدم لك طبق من اللحوم أو الأسماك أو غيرها مثلا فلا تبحثى عن القطعة التى تروق لك، ولا تسرفى فى المفاضلة والاختيار، وخذى القطعة التى أمامك مباشرة.

-إذا كنت مدعوة لوليمة ونهض المدعوون للمائدة.. فانتظرى حتى تحدد لك ربة البيت مكانك بين المدعوين.. ولاتختارى بنفسك.

- **آراء:**

إذا سمعت رأيا يخالف رأيك فلا تقاطعى قائله، ولا تظهرى الضجر والتأفف، بل اجعلى صدرك رحبا لآراء الناس ليفسحوا صدورهم لآرائك لأنك لن تستطيعى – ولا يصح- أن تفرضى آراءك على الناس.. وإذا تواجدت فى مناقشة وكان الرأى يخالفك فناقشى الموضوع فى هدوء وطولة بال.. ولاتحاولى بشتى الطرق أن تنتصرى لرأيك إذا كان رأى الآخر أصح منك.

- **استطلاع:**

حب الاستطلاع كثيراً ما يستبد بإحدانا، وقد يصل الأمر إلى حد استراق

السمع أو اختلاس النظر نحو الناس سواء فى بيوتهم أو فى خلوتهم أو من خلال شرفات مساكنهم.. مما يجعل وجودك مكروها بينهم حيث يشعرون بمراقبتك لهم، وقد قيل: من راقب الناس مات كمداً.

- **استعارة الأشياء:**

لا تعودى نفسك على استعارة الأشياء من صديقاتك أو جيرانك إلا للضرورة القصوى، فهذا يضايق الآخرين حتى لو أبدوا لك سرورهم ورحابة صدرهم وحتى لايضطروا لاحراجك فيما بعد .. فإن كان حبيبك عسل....

- **استعداد:**

-حاولى تنظيم بيتك دائما وخاصة المكان المخصص للضيوف لأنه من الممكن أن يأتوا إليك بلا سابق إنذار ولأى سبب.

- **استماع:**

عندما تستمعين للأغانى أو الموسيقى فى حالة وجود آخرين ، توقعى أن يكون بينهم من لا يتفق ذوقه مع ذوقك، فلا تحاولى أن تفرضى عليهم سماع ما لديك من تسجيلات مثلا، ولكن اشركيهم فى اختيار ما يرغبون فى سماعه.

- **أسماء:**

-دربى ذاكرتك باستمرار على أن تحفظ الأسماء، فليس هناك ما يجرح أو يؤلم أى شخص أكثر من أن تنسى اسمه أو تحرفيه.

- إذا وجدت تشابها بين اسم الشخص واسم عائلة معروفة، فلا تسأليه إذا كان من هذه العائلة أم لا؟!.. فهذا السؤال فيه إحراج شديد له وخاصة إذا كان لا يمت لها بصلة.

-تخيرى لأبنائك أسماء جميلة ترتاح لها النفس وتطرب لها الآذان لأن هذا يفرق معهم مستقبلا.

-عندما تكتبين رسالة مثلا لابد أن يكون خطك واضحا وخاصة فى الأسماء، فخطأ الأسماء يترك فى النفوس أسوأ الأثر.

- **إشارات:**

تجنبى أن تصحب أحاديثك إشارات من يديك، أو حركات عنيفة من رأسك أو وجهك، فكثرة الإشارات دليل على العجز عن التعبير الواضح.. فلا تلجئى إلى الإشارات إلا إذا كانت ضرورية وتقوى معنى ما تقصدين.

- **أصابع:**

لا تطرقعى أصابعك بين الناس، ولا تبللى إصبعك بلعابك عندما تريدين تقليب صفحات المجلة أو الكتاب.. إن هذا يتنافى مع الصحة كما يتنافى مع الجمال.

- **أصدقاء أبنائك:**

يجب أن تتعرفى على أمهات أصدقاء أبنائك جيدا، ولا تتركى طفلك يذهب لمكان إلا إذا كنت تعرفين من فيه، وبالطبع لا تلحى فى الصداقة، فالتعرف غير الصداقة.

- **أطفال:**

-تجنبى بقدر المستطاع أن تصحبى أطفالك فى زياراتك - وخاصة للمرضى- .

-عند وجود ضيوف لا تسمحى لأطفالك أن يبقوا معكم فترة طويلة..وإذا كان مع الضيوف أطفال فليذهبوا جميعا لحجرة الأطفال ويلعبوا معا فى هدوء.

obeikandl.com

–لا تحاولى أن تفاخرى بشىء مما يعجبك بأطفالك طوال الوقت.. فمهما كان ما يعجبك فأنت أم والأم يعجبها من أطفالها كل شىء ولكن ربما لا يشاركها الآخرون فى ذلك.

–إذا دعوت بعض الأصدقاء على الغداء، فقدمى لأطفالك الغداء قبلهم وهيئى لهم فرصة للنوم بعد الغداء، لأن وجودهم على المائدة سيقلل من فرصة اهتمامك بضيوفك ويجعل الحديث مستحيلاً.

–وإذا تصرف أطفالك تصرفات غير لائقة فى وجود بعض الضيوف أو الأصدقاء انتبهى لحديث ضيوفك ولا تقاطعيهم لتلقى بملاحظة إليهم، ولاتسمحى لهم بقطع حديثك مع الضيوف.

–امنعيهم من الهمس فى أذنك، بل حثيهم على التواجد فى حجرتهم أثناء وجود الضيوف (يلعبون بألعابهم – يقرأون – يشاهدون الكارتون).

–امنعى أطفالك من إحراج الضيوف بالأسئلة ولاتتركيهم يعبثون بحقائب الضيوف كما يفعل البعض.

- **أطفال الغير:**

–أحيانا يأتى الضيوف ومعهم أطفالهم دون إبلاغك بهذا، فلا تبدى استياءك بل رحبى بهم وبأطفالهم وتغلبى على هذا بأن تستأذنيهم بأدب وبدعابة أن تبعدى عن المكان الأشياء القيمة أو الثمينة التى يمكن أن يتلفها الأبناء أو تضرهم.

– يمكنك أن تصحبى الأطفال لحجرة أولادك ، وتحضرى لهم بعض الأوراق والألوان مثلا وتجلسيهم بطريقة مريحة، أو تعرضى لهم بعض أفلام الكارتون – إن وجدت– أو تحضرى لهم بعض الألعاب المناسبة لأعمارهم إذا كانت متاحة.

– ولا تنسى أن تقدمى لهم وجبات خفيفة ، لأن الأطفال غالبا لايتحملون الجوع.

- **أما إذا كان عندك علم مسبق بالزيارة فاستعدى قبلها كالآتى:**

–غيرى أماكن الأشياء القابلة للكسر أو استبعديها.

–احكمى غلق أبواب الحجرات التى لا ترغبين فى دخول الأطفال بها، وأيضا أحكمى إغلاق النوافذ.

–حضرى لهم اللعب المناسبة لأعمارهم، وإذا كان ليس لديك أبناء فى أعمارهم استأذنى آباءهم بإحضار حقيبة من اللعب المحببة لهم ليتسلوا بها.

–احضرى بعضا من الحلوى والعصائر التى يقبل عليها الأطفال لتقديمها لهم.

- **أظافر:**

لا تهملى تقليم أظافرك وتنظيفها لأنه كثيراً ما يذهب قبح الأظافر بجمال اليدين، ولا تستعملى منظف الأظافر أمام الناس.

- **اعتذار:**

تعودى الاعتذار عن الأخطاء التى ترتكبينها فى حق صديقاتك، فإن هذه هى الطريقة السليمة لدوام رباط الصداقة بينكن قويا.

- **افتخار:**

لا تفاخرى بجمالك وحسبك ونسبك ومالك أمام الآخرين – وخاصة الأقل منك– فلست أنت صانعة شىء من هذا– وخير لك أن يتحدث الناس عن ذلك وليس أنت، فيقال إنك حديثة نعمة أو مغرورة.

- **آلام:**

إذا كنت متوعكة أو تشعرين بألم لأى سبب، فاعملى فى صمت على إزالة أسبابه، ولا تقضى طوال الوقت شاكية من مرضك وشرح أطواره، فإن لكل إنسان متاعبه وآلامه التى أحيانا لا تسمح له بالاهتمام بآلام الآخرين.

- **امتحان:**

إذا ذهبت لأداء امتحان شفهى – أو "انترفيو" – سواء فى الجامعة أو فى إحدى الوظائف.. فاحذرى الإسراف فى الزينة.. وارتدى مثلا "تايراً بسيطاً – أو بدلة"، واعملى "ماكياجا" خفيفا محتشما تصحبه تسريحة طبيعية بسيطة فهذا أدعى لتقديرك واحترامك من الآخرين.

- **انتقال:**

إذا انتقل أحد معارفك لمسكن جديد لا تزوريهم مباشرة حتى ينظموا أثاثهم ويصبحوا مستعدين لاستقبال الضيوف، ومن الممكن مثلا إذا لزم الأمر إرسال بعض الزهور لهم أو تهنئتهم تليفونيا أولاً.

- **انتهاز الفرص:**

– من أصعب الصفات التى يمكن أن يصفك البعض بها أنك نهازة للفرص.. فمثلا إذا قابلت إنسانا مقابلة عابرة، فلا تنتهزى هذه الفرصة لتكليفه بخدمة مثلا.. ولا تجعلى معرفتك للناس لمجرد استغلالهم والانتفاع بجهودهم أو نفوذهم – لأن المجتمع ينبذ مثل هذه التصرفات.

– راعى شعور الآخرين إذا كنت فى مكان عام، فلاترفعى صوتك بالحديث أو الضحك، وتذكرى أنهم ليسوا مكلفين بالاستماع إلى الأحاديث التى تدور بينك وبين من يكونون معك.

- **إهمال:**

لا تهملى فى هندامك إذا كنت فى بيتك، بل بادرى بعد الاستيقاظ بعمل زينتك المعقولة، فربما عاد زوجك للبيت مبكراً مثلا، أو قدم عليك أحد الزائرين.. وإذا لم يحدث هذا ولا ذاك فستشعرين بنشاط وعدم استرخاء.

- **أولويات:**

قدمى عليك دائما من هم أكبر سنا منك والمرضى سواء فى الطريق، أو على السلم أو غيره، وفى الدخول والخروج.. فهم لهم الأولوية دائما فى كل شىء.

* * *

obeikandl.com

- **باب:**

من قواعد اللياقة أن يتخلى الداخل عن الباب حتى يمر الخارج منه.

- **باخرة:**

إذا كنت فى باخرة فاتبعى مع الركاب ما تتبعينه فى الفندق، فلا تعقدى صلات قوية معهم مادمت تجهلينهم، واكتفى بالتعارف العابر مع تبادل التحيات الطيبة.

- **بذخ:**

- لازلنا نتصور أن إكرام الضيف يكون بوضع كمية كبيرة من المأكولات أمامه، وأن قيمة الضيف الأدبية تتناسب طرديا مع كمية الطعام التى تقدم له.. وأعتقد أن الظروف الاقتصادية التى نمر بها تشجعنا على أن يكون الكرم فى حدود الكمية الممكن أكلها بالفعل ودون بذخ أو مبالغة..

- ويجب ألا نلح على الضيوف لتناول أصناف معينة، أو نحثهم على أخذ كمية أخرى والإصرار على ذلك.

- ويجب أيضا ألا نبالغ باستعراض ما لدينا من فضيات وأطقم تقديم ثمينة إلا إذا كان الأمر يستدعى هذا.

- وعموما لا يقيس المدعوون نجاح أى "عزومة" أو "حفل" بالفضيات والأطقم الثمينة أو حتى بالأطعمة الفاخرة، وإنما يكون العنصر الأساسى هو الترحيب الصادق وحسن الضيافة والمودة والنجاح فى اختيار المدعوين المتجانسين، وبذلك يقضى الحاضرون وقتا طيبا يسعدون فيه بهذه الصحبة.

- **برقية:**

إذا قضت الظروف بإرسال برقية تهنئة أو تعزية، فلا تؤخريها عن يوم مناسبتها بأكثر من يوم واحد.. حتى لا تفقد قيمتها.

- **بسمة:**

البسمة عنوان الرقة والذوق السليم، فاجعليها ملازمة لكل عمل تعملينه.. ابتسمى عند المصافحة للقاء أو الوداع، وابتسمى عند الاستئذان، وعند تقديم الشكر، حتى فى مواقف الحزن يمكنك أن ترسمى على شفتيك بسمة تجمع بين الرقة والتعبير عن الأسى، واعلمى أن الإبتسامة هى جواز المرور لقلوب كل من يحيطون بك.

- **بوفيه:**

مهما كان البوفيه حافلا بالأطعمة الشهية، فلا تطيلى الوقوف أمامه، ولا تشغلى حيزاً كبيراً يمنع غيرك من أخذ مكانه.

- **بوفيه مفتوح:**

إذا ذهبت لمكان به بوفيه مفتوح فلا تملئى الطبق عن آخره ولا تذهبى لملئه مرة أخرى، واختارى الأطعمة السهلة فى تناولها.

* * *

- **تثاؤب:**

لاتتثاءبى حتى لو كنت فى أشد حالات التراخى، وحاولى أن تمنعى نفسك، وإذا عجزت فعليك أن تضعى يدك على فمك.

- **تحية:**

– إن التقاليد تقضى بأن يبدأ الصغير بتحية الكبير، ولكن ليس هناك ما يمنع أن تكونى البادئة إذا كنت أنت القادمة.

– وإذا كنت فى حفلة فلا تحيى إلا الذين يقدمون إليك، أما الذين تعرفينهم بوجوههم فقط لا بأسمائهم فلا ضرورة لتحيتهم إلا إذا كانوا من الجيران مثلا.. وفى هذه الحالة تكون تحيتهم بهزة من رأسك فقط.

- **تدخين:**

– إذا كنت مدخنة وتواجدت فى مجلس فلا تسرفى فى التدخين، واحذرى أن تحرقى السجاد – أو أى شىء من هذا القبيل – بسيجارتك.

لا تضربى بطرف السيجارة على علبة السجائر فهذه الحركة تخلو من الأناقة، ويجب تجنبها.

– وحذار من التدخين فى الطريق العام، أو فى وسائل المواصلات.

– وإذا كنت فى ضيافة صديقة ورأيت علبة السجائر المخصصة للضيوف، فلا تعتبريها ملكا مباحا لك وتستخدميها كلما شئت.

- **لباقة:**

لا تسخرى ممن حولك ولو على سبيل الهزار، فهناك من لا يستطيع أن يحتمل هذا مما قد يفقدك أصدقاءك ويذهب باحترامك.

- **تردد:**

لاتترددى طويلا عندما تريدين الموازنة بين شيئين ترغبين فى شراء أحدهما.. فكرى بسرعة فإن التردد الطويل يعطل البائع ويفقده الثقة فى مصداقيتك.

- **تربية:**

– لابد لك أن تجمعى فى أسلوب تربيتك بين الحزم واللين حسب الموقف الذى يواجهك.

– إذا وجدت أبناءك دائمى الصراع فلابد أن تقفى على أسباب هذا، فإذا وجدت أن هذا لمجرد لفت نظرك لهم، فلابد من الحزم فى هذا الأمر، أما إذا وقفت على أسباب بعينها فحاولى حلها.

– لا تنفذى طلبات أبنائك – عمال على بطال– فلابد من الحرمان من بعض الأشياء غير اللازمة على أن تعطى وعدا بإحضارها فيما بعد وأن تلتزمى بذلك، فيثق فيك الأبناء وفى نفس الوقت يعتادون تأجيل طلباتهم حسب الظروف، ولكن يجب إقناعهم بسبب الرفض وهذا مستقبلا سيساعدهم فى السيطرة على أنفسهم حين لا يستطيعون الحصول على أى شىء بلا ضيق أو حزن، فالحرمان أسلوب ضرورى منه فى التربية حتى لو كنت تملكين بالفعل تنفيذ رغباتهم.

– علمى ابنك قيمة النقود وكيف يستطيع المفاضلة بين احتياجاته وشجعيه على الادخار بزيادة مدخراته.

– حاولى أن تجعلى لطفلك شخصية مستقلة، ولاحظى أن بعضهم يتضايق أحيانا من عادة تقبيل الكبار لهم بلا مناسبة أو اللعب فى شعرهم.

– خصصي لابنك مكانا في البيت حتى يشعر بالخصوصية والمسئولية ويعتاد تنظيمه ويشعر بذاته.

– لا تسخري من حكاياته ولا تتعالى على أسلوب تفكيره حتى لو لم يعجبك، ولا تسفهي كلامه، بل على العكس تماما لابد من الاستماع له والاهتمام بكل كلمة يقولها حتى تبددي مخاوفه وتصححي أفكاره.

– إذا تأخر ابنك في الدراسة فلا تلوميه أو توبخيه ولكن ابحثي عن السبب، سواء كان في الاستيعاب أو المشاحنات الأسرية أو مشاكله المدرسية أو عدم تقديم الغذاء المناسب له أو مقارنته بأقرانه... إلخ.. ثم حاولي مساعدته حتى يتخطى عثراته ولا تنسي أن الحب والحنان مع الحزم يفعل المعجزات.

- **تطفل:**

لا تتطفلي بتوجيه الأسئلة للآخرين عن الخصوصيات.. أو التدخل في الخلافات دون أن توجه لك الدعوة للتدخل.. ولا تتطفلي أيضا بالنظر إلى الجيران وهم في بيوتهم أو شرفاتهم.

- **تعارف:**

هناك قواعد عامة للتعارف لابد من الاهتمام بها ألا وهي:

– تقديم الأشخاص الأصغر سناً للأكبر سناً.

– تقديم الأشخاص الأقل أهمية للأكثر أهمية.

– لاتقدمي الأشخاص بأسمائهم الأولى فقط ولكن اذكري الاسم بالكامل.

– استخدمي الكلمات المهذبة للتعارف مثل "من فضلك" أو "أود أن أعرفك بـ" أو "لو تسمح لي أعرفك بـ"... إلخ.

– لا تستخدمي كلمة "صديقي" عند تقديم أحد الأصدقاء لشخص آخر حتى لا تشعريه بأنه غريب عنك.

– إذا وددت التعرف على شخص ما.. عرفيه بنفسك ولا تطلبى منه أن يعرفك باسمه ولا تسأليه عن اسمه أولاً.

– يجب بعد أن يتم التعارف أن ترحبى بضيوفك.

• **تقديم:**

– إذا قدمتك صديقة لسيدة أكبر منك سنا فلا تمدى يدك لمصافحتها، فإن الأصول تقتضى بأن الذى يقدم له هو الذى يبدأ بمد اليد للمصافحة.

– فى الحفلات والاجتماعات المهمة يقدم الرجل إلى السيدة.. كما تقدم الفتاة إلى رجل مسن.. والسيدة مهما كانت سنها تقدم إلى رجل ذى مركز إجتماعى مرموق حتى لو كان أصغر منها سنا.. وفيما عدا ذلك يقدم الشخص الأصغر للأكبر سواء أكان رجلا أو امرأة.

• **تقديمك للآخرين:**

– من أهم الأشياء فى العلاقات الاجتماعية أن تكونى على دراية بالطريقة الصحيحة لتقديم الآخرين بعضهم لبعض فتذكرى دائما أنه يجب تقديم الرجل للمرأة – كما سبق وقلنا – وليس العكس.

– وفى حالة تقديمك لزوجك إلى بعض الصديقات يجب أن تقولى زوجى فلان، دون أن تذكرى مهنته أو لقبه العلمى.

– وعند تقديم نفسك للآخرين فى حفل، اذكرى اسمك أولا، وشيئا عن عملك إذا كنت عاملة. وبذلك يتم التعارف بطريقة بسيطة.

– وإذا أردت تقديم شخصين لم يسبق لهما اللقاء، فيحسن أن تختارى لذلك اشتراكهما فى هواية معينة، أو أن يكون عملهما واحدا، فإن هذه الطريقة تصلح كبداية للحديث بينهما.

– وإذا كان الشخص فى نفس سنك فيمكنك تقديمه للآخرين باسمه

مجرد.. أما إذا كان أكبر منك سنا، فيجب أن تقدميه بقولك: الأستاذ فلان مثلا أو تجعلى قبل اسمه لقبا يستحسنه.

- **تليفون:**

التحدث فى التليفون له آداب منها:

- أن تبدئى بذكر اسمك عندما يرفع من تتحدثين إليه السماعة بعد أن تتحققى من الرقم المطلوب.

- ثم ألقى بالتحية واسألى عن الشخص المطلوب، ولا تسألى من يرد عليك عن اسمه.

- احذرى أن تطلبى الناس فى ساعة مبكرة أو متأخرة دون داع حتى لاتسببى لهم الإزعاج.

- لا تتخذى التليفون وسيلة للتسلية أو الدردشة حتى لو كان وقتك يسمح بذلك فربما وقت من تتحدثين إليه لا يسمح.

- لا ترفعى صوتك أكثر مما يجب ولا تخفضيه أيضاً حتى لايكاد يسمع بل اجعلى صوتك واضحا.

- وإذا رن جرس التليفون فبادرى برفع السماعة ولا تردى بنغمة فيها ضيق أو نرفزة، ووضحى كلماتك ومخارج ألفاظك.

- لا تطيلى فى الحديث وخاصة لو كنت فى غير منزلك فربما يوجد من يريد أن يتحدث بالتليفون غيرك.

- لا تقدمى العزاء بالتليفون، ولا تسألى عن صحة مريض، -وخاصة إذا كان مرضه خطيراً - عن طريق التليفون إلا إذا كان فى بلد آخر.. لأنه فى تلك الحالة الزيارة واجبة.

- **تنفيض:**

لا تنفضى السجاجيد من إحدى الشرفات فتتسببى فى الأذى للجيران والمارين بالشارع.

- **تهنئة:**

- لا تؤخرى التهنئة عن موعدها بمدة طويلة وإلا فقدت قيمتها.
- إذا ذهبت لتقديم التهنئة فقدميها عقب وصولك مباشرة لتبينى لمن تزورينهم أن التهنئة هى هدفك الأساسى من الزيارة.

- **تهوية:**

لابد من تهوية المكان الذى تعيشين فيه لفترة طويلة حتى لا يشم الداخل رائحة غير مستحبة وإذا استعملت أحد معطرات الجو يكون أفضل مع التهوية.

- **توائم:**

إذا كان هناك توأمان متشابهان فلا ترددى على أسماعهما أنك لا تستطيعين التمييز بينهما لأن هذا القول يسمعانه كثيراً ويسبب لهما الضيق لأنهما بالفعل شخصان مختلفان.

- **توجيه:**

وجهى أبناءك بلا عنف بل استخدمى مرة الترغيب ومرة الحوافز ومرة التخويف – إذا استدعى الأمر – واغرسى فيهم القيم الطيبة والصفات الحميدة عن طريق ضرب الأمثلة من القصص أو عن طريق خيالك، ولا تنسى أن الطفل يبدأ التعلم من سن ستة شهور.

obeikandl.com

- **توديع:**

إذا ذهبت لتوديع أحد الأشخاص فى المطار أو المحطة أو خلافه، فليكن وداعك قصيراً، ولا تبالغى فى إظهار تألمك للفراق، فبعض الناس تحزنهم مواقف الوداع.. فلتكن كلماتك كلها تشجيعا وتمنيات بأن تكون الرحلة موفقة وأن تكون العودة سعيدة.

* * *

obeikandl.com

- **ثرثرة:**

تجنبى الثرثرة فى المآتم، وفى السينما، وفى المسرح ، وفى الحفلات الموسيقية، ولا تعلقى على كل ما تشاهدين.. وإذا كانت هناك ضرورة لإبداء ملاحظة لمن معك فلتكن فى صوت منخفض، حتى لا تشتتى فكر الآخرين وتخرجيهم عن دائرة الاستمتاع.

- **ثروة:**

- إذا رزقت بثروة فيجب أن تحسنى على الفقراء والمحتاجين وأن يكون لهم نصيب فى هذا.. وإذا وفقت لنعمة الإحسان فلا تتحدثى بما أحسنت.

- إذا اشتريت مجوهرات أو ملابس فلا تتباهى بما اشتريت حتى لا تجرحى المحرومات، وحتى لايقال عنك "محدثة نعمة".

- **ثمن:**

إذا اشتريت هدية فانزعى البطاقة التى عليها الثمن قبل أن تقدميها للمهداة إليهم.. فالهدية لا تقاس بثمنها ولكن بقيمة من يقدمها.

* * *