

Dzień dobry !            25.05.20 r.

Wychowanie do życia w rodzinie – klasa 7

Temat : **Savoir-vivre, czyli zasady dobrego wychowania**

Na tej lekcji dowiedziecie się:

- dlaczego savoir – vivre ułatwia życie,
- o zasadach dobrego wychowania w różnych sytuacjach życiowych,
- o asertywności, czyli dobrej odmowie.

### 1. Czym jest savoir – vivre ?

#### Zasady dobrego wychowania

*Savoir-vivre* – to sztuka życia, dzięki której jest ono nie tylko piękniejsze i szlachetniejsze, ale również łatwiejsze, wolne od problemów „zgrzytów”, negatywnych emocji i konfliktów.












Savoir-vivre znaczy po prostu "wiedzieć jak żyć". Pod tym pojęciem kryje się bardzo skomplikowana dziedzina łącząca dobre wychowanie z zasadami zachowania obowiązującymi w różnych sytuacjach. Podobno ten, kto ma dobrze opanowany savoir-vivre, poradzi sobie w każdej sytuacji. Jednak zasady tej sztuki poznajemy przez całe życie, bo wciąż stawia ono przed nami nowe wyzwania.

**Savoir-vivre** to pojęcie szersze niż **dobre wychowanie**, bo oprócz znajomości obyczajów i form towarzyskich oraz reguł grzeczności (czyli tego, co wchodzi w skład kindersztuby) zawiera w sobie wiedzę o tym, jak postępować w życiu i radzić sobie w różnych trudnych sytuacjach. *Savoir-vivre* jest zbiorem zasad, które porządkują kilka dziedzin życia. Studiując uważnie tę sztukę, dowiemy się jak:

1. nakrywać do stołu i podawać jedzenie, jak sadzać gości przy stole itp;
2. jak zadbać o właściwy, dostosowany do konkretnych sytuacji ubiór, jak dbać o wygląd, prezencję (np. jak siadać, stać, jakie przyjmować pozy, jakie gesty są dozwolone w towarzystwie, a jakie nie), a nawet tego, co to znaczy zachowanie właściwej higieny;
3. jakich form towarzyskich należy przestrzegać np. w miejscu pracy, wśród członków rodziny, na przyjęciach prywatnych i służbowych;
4. jakie zasady obowiązują nas w komunikowaniu się międzyludzkim (także telefonicznym i internetowym);
5. jak zachować się w szczególnych sytuacjach.

Trzeba także pamiętać, że zasady savoir-vivre są ściśle związane z konkretnymi kręgami kulturowymi, czyli potrafią znacząco się różnić w różnych regionach świata. Znawcy „bon ton” twierdzą jednak, że te osoby, które opanowały savoir-vivre właściwy dla własnej części świata, poradzą sobie wszędzie, bo wiedzą o tym, że będąc w obcym miejscu, warto szanować miejscowe obyczaje.

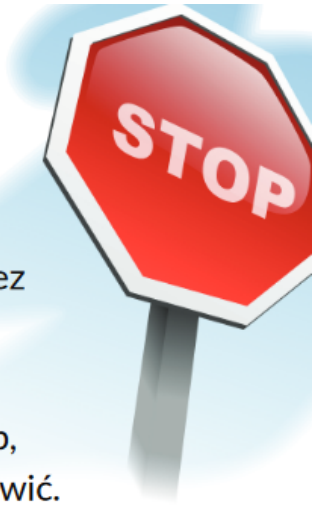
## Alfabet dobrych manier

 <p><b>Arogancja</b> - okazywana słowami, minami, gestami wobec dorosłych jest nie do wybaczenia.</p>	 <p><b>Brzydkie słowa</b> – takich słów kulturalny człowiek wcale nie używa.</p>
 <p><b>Cześć</b> – nie żałujmy tego słowa wobec kolegów i koleżanek.</p>	 <p><b>Dyskrecja</b> – to umiejętność zachowania tajemnicy. Nie powtarzamy osobom postronnym powierzonych nam sekretów.</p>
 <p><b>Elegancja</b> - to styl bycia i ubierania się, polega na "dyskretnym uroku".</p>	 <p><b>Fair play</b> - szlachetna gra, w życiu codziennym polegająca na tym, żeby nie oszukiwać, nie wygrywać cudzym kosztem, nie wykorzystywać swojej przewagi.</p>
 <p><b>Gafa</b> - zachowanie nietaktowne, raczej niezamierzone, wynikające z nieuwagi, niewiedzy czy roztargnienia, gdy się zdarzy, nie wpadajmy w panikę i szybko przeprośmy.</p>	 <p><b>Higiena</b> - obowiązuje codzienne mycie się od stóp do głów. Uwaga! Pryskanie brudu dezodorantem daje mizerne efekty.</p>
 <p><b>Imieniny</b> - nie zapominajmy solenizantom złożyć życzeń.</p>	 <p><b>Jedzenie</b> - mlaskanie, siorbanie, cmokanie, czyli jedzenie głośne i niechlujne jest bardzo kompromitujące!</p>
 <p><b>Kłanianie się</b> - młodzi kłaniają się starszym, uczniowie nauczycielom i innym pracownikom szkoły, chłopcy dziewczętom.</p>	 <p><b>Listy</b> - cudza korespondencja to rzecz święta, nie otwieramy i nie czytamy cudzych listów.</p> <p><b>Łyzeczka</b> - zawsze wyjmujemy ze szklanki, gdy pijemy herbatę (w przedwornym wypadku grozi wybidem oka!).</p>

## 2. Asertywność pomocą w porozumiewaniu się

### Pięć zasad asertywności

- Masz prawo do robienia tego, co chcesz, dopóki twoja działalność nie rani kogoś innego.
- Masz prawo do zachowania swojej godności poprzez asertywne zachowanie, nawet jeśli rani to kogoś innego, dopóki twoje intencje nie są agresywne.
- Masz prawo do przedstawiania innym swoich próśb, dopóki uznajesz, że druga osoba ma prawo ci odmówić.
- Istnieją takie sytuacje między ludźmi, w których prawa nie są oczywiste. Zawsze jednak masz prawo do przedyskutowania i wyjaśnienia problemu z drugą osobą.
- Masz prawo do korzystania ze swoich praw. Jeśli tego nie robisz, godzisz się na odebranie ich sobie.



H. Fernsterheim

**Dobre maniery,  
odpowiednie zachowanie  
to absolutna podstawa.  
Nie da się niczego w życiu  
osiągnąć bez dobrych  
manier. Musisz umieć  
obchodzić się z ludźmi.**

(Bill Murray, aktor)



Pozdrawiam !