

Оглавление



1. В транспорте

В машине	10
В самолете	12
На двух колесах	14
В общественном транспорте	16
За рулем	18
В поездах и электричках	20



2. В интернете

В социальных сетях	24
Twitter и Instagram	26
На сайтах знакомств	28



3. На работе

Со своими коллегами	32
С руководителем	34
Со своими подчиненными	36
Рабочий этикет фрилансера	38



4. В обществе

Искусство поцелуев	42
Общение с чужими детьми	44
Принимая гостей	46
В случае террористической атаки	50
Совместная аренда жилья	52
Хартия добрососедства	54



5. За столом

Искусство сервировки	58
Раскладывайте приборы как профессионал	60
Тонкий вопрос с бокалами	62
Да что вы понимаете... в сырной нарезке	64
Дабы не потонуть в бокале вина	66
Какие фрукты и овощи подавать	68



6. В семье

Правила поведения во время развода	74
Важные события	76
Общение с воспитателями и учителями ребенка	80
Во время беременности	82
Со своими детьми	86
Чтобы сохранить отношения	88



7. На отдыхе

14 ролей, которые не стоит исполнять	92
В общественных местах	94
В библиотеке	96
Дабы остаться в игре	98



8. В отпуске

Во время путешествия	102
На пляже	106
На горнолыжной трассе	108
В гостинице	110
В кемпинге	112
На отдыхе с друзьями	114



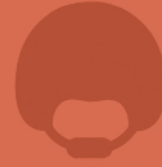
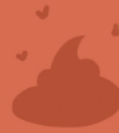
9. Правила общения

Тонкости переписки	118
Как составить идеальное электронное письмо	120
Общаясь по телефону	122



10. ЭКО-манеры

Общаясь с матушкой-природой (1)	126
Общаясь с матушкой-природой (2)	128
Снижение потребления	130
Немного о мусоре	132



130 1

В транспорте

Многие любят поворчать, когда дело доходит до вождения автомобиля или совместных поездок в транспорте. И хотя все понимают, насколько иногда это выбивает из равновесия, все же нужно уметь сохранять спокойствие и хладнокровие в любой ситуации, независимо от того, летите ли вы на самолете или едете на велосипеде.



В машине

ЕСЛИ ВЫ ПАССАЖИР



Если в поездку вы берете с собой домашнего питомца, убедитесь в том, что ваш водитель не имеет ничего против животных в машине. И главное, предупредите его об этом заранее, а не перед самым отъездом.



Не ешьте в салоне автомобиля.



Не снимайте обувь, особенно если знаете, что ваши ноги склонны к потливости.



Не забывайте об элементарных правилах личной гигиены и проследите за тем, чтобы одежда ваша была чистой, а внешний вид — аккуратным.



Не брызгайтесь духами перед посадкой в автомобиль.



Независимо от того, сидите вы спереди или сзади, используйте ремень безопасности.



Садясь в машину, не погружайтесь тут же в свой телефон. Проявите вежливость и перед тем, как надеть наушники, спросите водителя и других пассажиров, не будут ли они против, если вы изолируете себя от их общества.

НЕ УСТРАИВАЙТЕ ГОНКИ!

Снижая скорость автомобиля, вы не только экономите расход топлива (приблизительно на 25%), но и проявляете заботу об окружающей среде, предотвращая выброс в атмосферу вредных газов, создающих парниковый эффект.

В последние годы появился новый вид передвижения: экономичный, экологичный и удобный для пользователя. Речь идет о поиске попутчиков и совместных поездках на автомобиле. Если вы щедрый и открытый для общения человек, то вы можете смело выбрать для себя такой тип передвижения и поделиться своим автомобилем с другими пассажирами, дабы уменьшить транспортные расходы. И чтобы поездка стала приятной для всех, вот несколько элементарных правил.

ЕСЛИ ВЫ ВОДИТЕЛЬ



Прежде всего вы должны обладать водительскими правами, а также оформленными надлежащим образом документами и страховкой на автомобиль, поскольку несете прямую гражданскую ответственность за своих пассажиров. Откажитесь от рискованного типа вождения, а также употребления перед поездкой опасных продуктов или лекарственных средств, которые могут снизить вашу внимательность и отразиться на манере управления автомобилем.



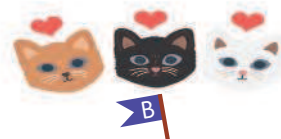
Убедитесь, что ваш автомобиль находится в идеальном рабочем состоянии и соответствует всем нормам безопасного вождения. Не забывайте и о поддержании чистоты и порядка в салоне.



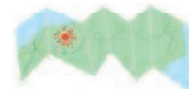
Не обманывайте себя и других относительно вместительных возможностей вашей машины. Сделайте так, чтобы места в багажнике хватило для вещей всех пассажиров, а людям было удобно сидеть как спереди, так и сзади.



Ведите машину аккуратно и соблюдайте все правила дорожного движения.



Даже если у вас нет ни малейшего желания общаться, все же сделайте над собой минимальное усилие, хотя бы для того, чтобы элементарно познакомиться перед началом поездки. Проявите заботу о своих пассажирах, как если бы они были маленькими и миленькими котятами. Не высаживайте их из машины на полпути, посреди промышленных зон или автострад (если только они вас об этом сами не попросят).



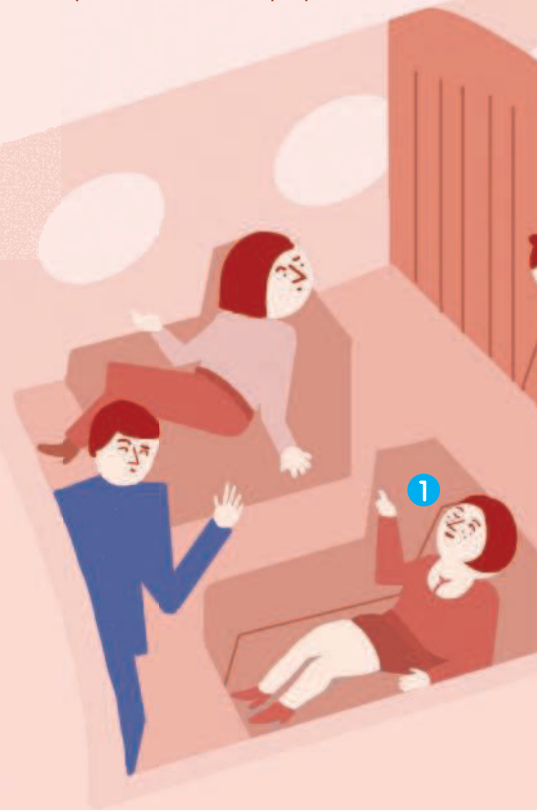
НА ЗАМЕТКУ

В некоторых городах услуги по поиску попутчиков предоставляются через специальные защищенные сайты в Интернете, что делает подобный вид передвижения более легким и безопасным.



В самолете

- 1 Не приставайте к стюардессе/стюарду и не преследуйте их, даже если они выглядят как женщина/мужчина вашей мечты.
- 2 Всегда внимательно слушайте правила безопасности, даже если благодаря частым перелетам вы знаете их уже наизусть.
- 3 Не старайтесь незаметно прокрасться в бизнес-класс, если вдруг там есть свободные места. Это выглядит «дешево» и вызывает лишь смех со стороны бортпроводников.
- 4 Не раскидывайте ноги и руки за пределы вашего собственного кресла, особенно если оно расположено рядом с проходом.
- 5 Пытаясь подняться, опирайтесь на подлокотники собственного сиденья, а не хватайтесь за спинку впереди стоящего кресла, чтобы не доставлять беспокойства своим соседям.
- 6 Если вы специально забронировали для себя место в проходе или — сделаем смелое предположение — намеренно не стали выбирать для себя место заранее, то проявите вежливость и не налегайте на сидящего рядом человека в попытке посмотреть в иллюминатор.
- 7 Какими бы ни были ваши соображения и причины, не запирайтесь навечно в туалете: помните, что туалетных кабинок на такое количество пассажиров всегда катастрофически не хватает.



Упрямая статистика говорит о том, что приблизительно четверть всех путешественников испытывает страх перед полетами на самолете. Но даже это еще не повод бегать в панике по салону или лететь всю дорогу с кислой миной. Вот несколько правил, которые следует освежить в памяти, прежде чем подниматься на борт...



СЕМЬ САМЫХ РАСПРОСТРАНЕННЫХ ИНЦИДЕНТОВ НА БОРТУ



8 Всегда так и тянет снять с себя ботинки и водрузить свои ноги на подлокотник или спинку передстоящего кресла, в общем, зависит от того, что позволяет гибкость вашего тела. Однако имейте в виду, что подобным поведением вы нарушаете личное пространство других пассажиров и проявляете назойливость.

9 Среди всех форм неприемлемого поведения воздушный вуайеризм занимает где-то третье место. О чем идет речь? О том, что ваш сосед решает во время полета посмотреть последний сезон сериала «Карточный домик», а вы начинаете пялиться в его экран, думая, что он ничего не замечает. Вам самому такой сосед не показался бы навязчивым?

На двух колесах

ВСЕ НА ВЕЛИК...



ПРАВИЛО № 1

Всегда ездите на расстоянии более одного метра от припаркованных автомобилей, двигаясь по направлению движения. Впрочем, те, кто хочет исполнить сальто, натолкнувшись на случайно открывшуюся дверь машины, может делать так, как им больше нравится.



ПРАВИЛО № 2

Никогда не останавливайтесь рядом с грузовиками, даже на светофорах. Высокие кузова и громоздкие прицепы создают небольшую зону слепой видимости для водителя, маневрирующего по улицам города. Проявите мудрость и встаньте позади машины.



ПРАВИЛО № 3

Даже если вам кажется это необязательным, всегда носите шлем. Осмелюсь напомнить, что приблизительно 80% дорожно-транспортных происшествий, повлекших за собой летальный исход, были обусловлены черепно-мозговыми травмами.



ПРАВИЛО № 4

Никогда не ездите без подсветки по ночам — но это и так очевидно. Ведь никому не приходит в голову кататься без седла.



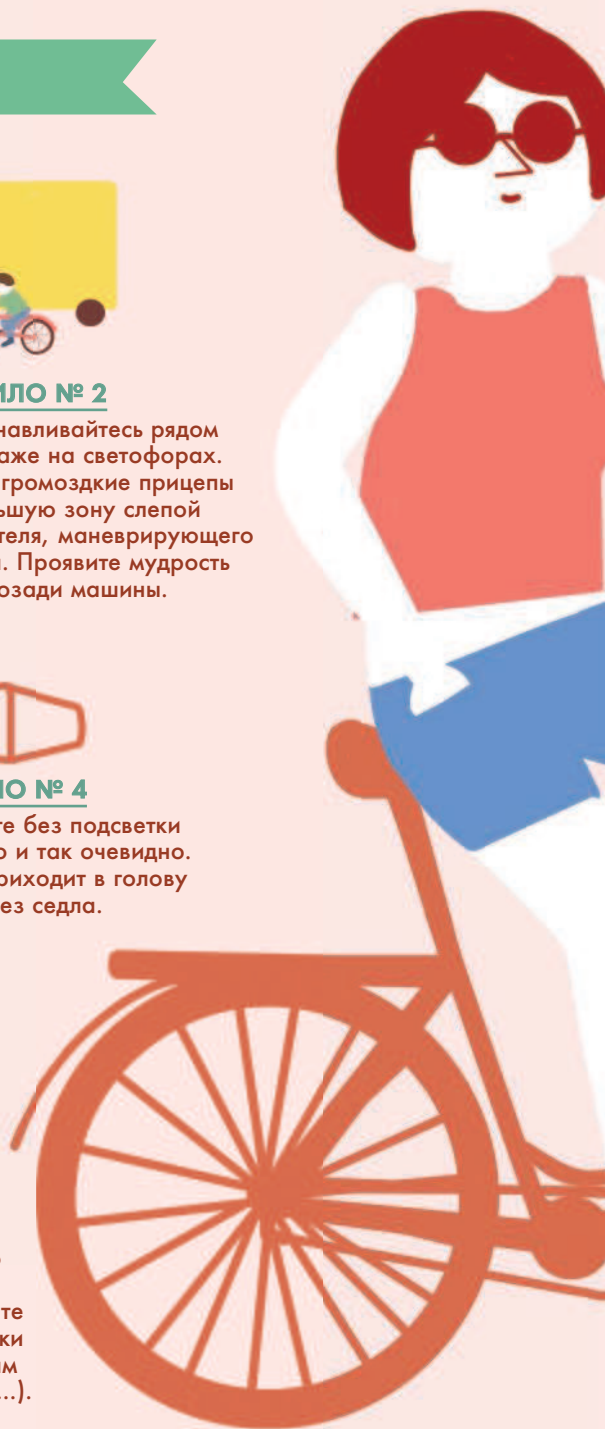
ПРАВИЛО № 5

Никогда не катайтесь по тротуарам и/или пешеходным зонам. Передвигаясь по городу, ездите по проезжей части и специальным велосипедным дорожкам. Только дети в возрасте до восьми лет имеют право на проезд по тротуару.



ПРАВИЛО № 6

Перед выполнением маневра обязательно оглядывайтесь по сторонам и подавайте предупреждающие знаки окружающим вас людям (водителям, пешеходам...).



Принято считать, что худшим врагом велосипедиста является плохая погода. Уверю вас, что иногда не стоит недооценивать других участников дорожного движения, включая и самих велосипедистов. Правила хорошего поведения одинаковы, независимо от того, передвигаетесь вы на велосипеде или другом двухколесном транспортном средстве.

Да, для меня вот эти люди на «Харлеях» не авторитет...

НА МОТОЦИКЛЕ И НА СКУТЕРЕ...

ЧЕРТОВ ПЕШЕХОД!

ПРАВИЛО № 1

Не оскорбляйте автомобилистов. И пешеходов. И других участников движения, включая тех, кто едет на двух колесах.



ПРАВИЛО № 3

Обязательно предупреждайте о своих маневрах заранее, если вы вдруг меняете направление или перестраиваетесь на проезжей части.



ПРАВИЛО № 5

Выбирайте стиль вождения в зависимости от того, едете вы один или в сопровождении. Учитывайте дополнительный вес и малейшие изменения в равновесии.



ПРАВИЛО № 2

Регулярно проверяйте давление в шинах. Слишком низкое давление значительно увеличивает массу вашего двухколесного друга. Слишком высокое давление может разорвать шину, сделать ее более скользкой и пружинистой.



ПРАВИЛО № 4

Не стремитесь обогнать всех любой ценой, особенно если на дороге есть другие мотоциклисты. Какой смысл в том, чтобы сорваться во весь опор со стартовой линии, чтобы через сто метров резко затормозить на следующем светофоре?



ПРАВИЛО № 6

Не забудьте отстегнуть противоугонное устройство, прежде чем садиться на мотоцикл или скутер.



В общественном транспорте



1

Даже если вы представляете себя зайчиком или любые турникеты пробуждают в вас дух мятежа, постарайтесь все-таки оплачивать свой проезд на общественном транспорте.



2

Если кто-то обращается к вам с просьбой пройти через турникет по вашему билету, вы можете согласиться. Но не стоит превращать такую любезность в свою привычку, чтобы потом не жаловаться на то, что ваши транспортные расходы слишком выросли.



3

Не нужно делать вид, что вы очень крепко спите или слишком увлечены чтением, когда перед вами стоит человек, которому вы должны уступить место.



4

Если вы везете ребенка в коляске, постарайтесь ее сложить или поставить так, чтобы она никому не мешала, взяв по возможности ребенка на руки.



5

Банка газировки или пива имеет тенденцию легко разливаться, поэтому следите за тем, чтобы в радиусе двух метров от вас не было других пассажиров. А еще лучше сначала выйдите на станции, а уже там поешьте и попейте.



6

Ваша личная жизнь бурлит и кипит, но, поверьте, другим пассажирам вовсе не обязательно знать обо всех увлекательных подробностях. Так что старайтесь сохранять хоть какую-то конфиденциальность, общаясь по телефону.



7

В цивилизованном обществе люди не плюют на пол и не приклеивают жвачку к сиденьям.



8

Готов согласиться, что рюкзак на спине добавляет стиля. Но, находясь в переполненном транспорте, все-таки подумайте о том, чтобы снять его и взять в руки, дабы не мешать другим пассажирам.



9

Если вы забыли прихватить из дома наушники, откажитесь от прослушивания музыки. И не насвистывайте мелодию, даже если она уже три дня крутится у вас в голове: это всех раздражает.



Никто не любит общественный транспорт. Никто никогда не слышал о том, чтобы поездка на метро вызывала такой же энтузиазм, как полет на самолете или путешествие на теплоходе. Возможно, потому, что самолет переносит нас сразу на большие расстояния и мы не пользуемся им каждый день. Садясь в автобус, мы хотим добраться до работы или до ресторана, дабы встретиться с друзьями. Нелюбовь к общественному транспорту обусловлена тем, что ежедневно мы вынуждены встречаться там с людьми, которым явно не хватает навыков цивилизованной жизни. Так давайте освежим в памяти некоторые элементарные правила, благодаря которым ваша следующая поездка станет намного приятнее.



10

Помните, что места надо уступать не только пожилым людям, но также и людям с ограниченными возможностями или беременным женщинам (если, конечно, вы сами таковыми не являетесь).



11

Думаю, что напоминать об этом будет излишне, но все же мы не забираемся на сиденье с ногами и тем более не делаем этого, лишь бы не позволить другим пассажирам занять сиденье.



12

Не оставляйте после себя газеты, журналы или мусор на сиденьях. Вы легко найдете мусорное ведро, сойдя на нужной вам остановке — их в последнее время как-то повсюду стараются расставить.

ПЛОХОЙ ПАССАЖИР!



Если вы относитесь к тому типу людей, которые стараются незаметно дотронуться до ягодиц или груди стоящей рядом девушки или оскорбляют даму за то, что она не отвечает на их знаки внимания, знайте, что у подобного поведения есть свое название: **сексуальное домогательство**. И мой вам совет прекратить себя так вести прямо сейчас, потому что это является уголовно наказуемым преступлением!

ХОРОШИЙ ПАССАЖИР :)



Если вы стали свидетелем правонарушения в транспорте, не оставайтесь безучастным! Вы можете:

- вызвать полицию;
- отвлечь внимание преступника;
- найти тех, кто поможет задержать его.

В случае проявления явного насилия вы просто обязаны вмешаться, иначе вас же потом могут обвинить в бездействии и отказе в помощи тому, кто оказался в опасности.