

**Культура поведения**

**!** Психологи утверждают,  
что мнение о человеке складывается  
● в первые 15–20 секунд общения с ним

**«У вас никогда  
не будет второго  
шанса произвести  
первое впечатление»**

**Коко Шанель**



# Первое впечатление о человеке складывается из:

- Внешнего вида;
- Грамотной речи, жестов, мимики;
- Естественного поведения;
- Манер;
- Спокойной реакции на похвалу и критику.



# Внешний вид



**«Встречают по одежке,  
а провожают по уму»**



**● Внешний вид – это  
визитная карточка любого человека**

# Общие правила в подборе одежды, прически, макияжа гласит:

Одежда не должна быть грязной, неряшливой.



Это свидетельствует о небрежности его  
владельца, неуважении к людям и  
в первую очередь к самому себе



Выбирайте тот стиль одежды,  
который приемлем там, куда вы собираетесь

**Грамотная речь**

**Жесты**

**Мимики**



# 8 самых популярных слов-паразитов русского языка

## «КСТАТИ»

ТАК ПРОСТО!

ЧАЩЕ ВСЕГО ЭТО СЛОВО-ПАРАЗИТ УПОТРЕБЛЯЮТ ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ИСПЫТЫВАЮТ НЕДОСТАТОК ВНИМАНИЯ. ТАКЖЕ ОНИ НЕЛОВКО СЕБЯ ЧУВСТВУЮТ В НОВОЙ КОМПАНИИ И ПОЭТОМУ ПРИКРЫВАЮТ СВОЕ СМУЩЕНИЕ СЛОВОМ «КСТАТИ». ДАЖЕ В ТОМ СЛУЧАЕ, ЕСЛИ ЭТО ВООБЩЕ НЕ КСТАТИ.

## «КОРОЧЕ»

ТАК ПРОСТО!

ДАННОЕ СЛОВО ЯВЛЯЕТСЯ ПОКАЗАТЕЛЕМ ТОРОПЛИВОСТИ, НЕРВозности и АГРЕССИИ. ЧАСТО ЭТИМ СЛОВОМ ПОЛЬЗУЮТСЯ ВСПЫЛЧИВЫЕ ЛЮДИ. А ЕЩЕ ЕГО МОЖНО УСЛЫШАТЬ ОТ БОЛТЛИВЫХ И НЕ УМЕЮЩИХ СПРАВЛЯТЬСЯ С ЭТИМ КАЧЕСТВОМ ЛЮДЕЙ.

## «ЭТО САМОЕ»

ТАК ПРОСТО!

ЕГО ГОВОРЯТ ЛЮДИ, КОТОРЫМ ЛЕНЬ ИСПОЛНЯТЬ СВОЮ РАБОТУ И ДОМАШНИЕ ОБЯЗАННОСТИ. ОНИ МОГУТ БЫТЬ НЕНАДЕЖНЫ И ИМПУЛЬСИВНЫ, ПОЭТОМУ НА НИХ НЕЛЬЗЯ СИЛЬНО РАССЧИТЫВАТЬ. А ЕЩЕ ПОДОБНЫЕ ЛИЧНОСТИ ЛОВКО ИЗБЕГАЮТ НАКАЗАНИЙ, ВОВРЕМЯ СВАЛИВАЯ СВОЮ ВИНУ НА ПОДХОДЯЩИХ ДЛЯ ЭТОГО ЖЕРТВ.

## «ВООБЩЕ-ТО»

ТАК ПРОСТО!

ЕЩЕ ОДНО СЛОВО ИЗ ЕЖЕДНЕВНОГО ЛЕКСИКОНА НЕУВЕРЕННЫХ В СЕБЕ ЛЮДЕЙ. ПРАВДА, ЭТИ ЛИЧНОСТИ ТАКЖЕ ОБЛАДАЮТ ЗАВИДНЫМ ТАЛАНТОМ ЗАКАТЫВАТЬ СКАНДАЛЫ БУКВАЛЬНО НА РОВНОМ МЕСТЕ, А ДЕЛАЮТ ОНИ ЭТО ПО ПРИЧИНЕ ТОЙ ЖЕ НЕУВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ.



# 8 самых популярных слов-паразитов русского языка

## «НА САМОМ ДЕЛЕ»

ТАК ПРОСТО!

ЭТОТ ПАРАЗИТ ПРОСКАКИВАЕТ В РАЗГОВОРАХ САМОУВЕРЕННЫХ И ЭГОИСТИЧНЫХ ЛЮДЕЙ, КОТОРЫЕ ДОВЕРЯЮТ ТОЛЬКО СВОЕМУ ОПЫТУ И СВОЕМУ МНЕНИЮ, А ВСЁ ОСТАЛЬНОЕ ИХ ПРОСТО НЕ ИНТЕРЕСУЕТ. КАК ПРАВИЛО, ТАКИЕ ЛЮДИ ТЯЖЕЛО ЗАВОДЯТ ДРУЗЕЙ И ЗАВЯЗЫВАЮТ ОТНОШЕНИЯ, ПОТОМУ ЧТО СЧИТАЮТ СЕБЯ ОДНОГО ЕДИНСТВЕННЫМ И НЕПОВТОРИМЫМ. ДРУГИЕ ЖЕ ЛЮДИ - ЭТО ПРОСТО ПУБЛИКА ДЛЯ ВЫСТУПЛЕНИЙ.

## «КАК БЫ»

ТАК ПРОСТО!

ДАННОЕ СЛОВО ЯВЛЯЕТСЯ ПРИЗНАКОМ ТВОРЧЕСКОЙ НАТУРЫ, КОТОРАЯ ЧАСТО ПРОВОДИТ ВРЕМЯ В СВОЕМ ВЫДУМАННОМ МИРЕ. ИМЕННО ЭТИМ СЛОВСОЧЕТАНИЕМ ТАКИЕ ЛЮДИ НЕОСОЗНАННО ПОДЧЕРКИВАЮТ СВОЮ ОТОРВАННОСТЬ ОТ СОЦИУМА И ВСЮ ОТНОСИТЕЛЬНОСТЬ КАЖДОГО СОБЫТИЯ В ИХ ЖИЗНИ.

## «ПРОСТО»

ТАК ПРОСТО!

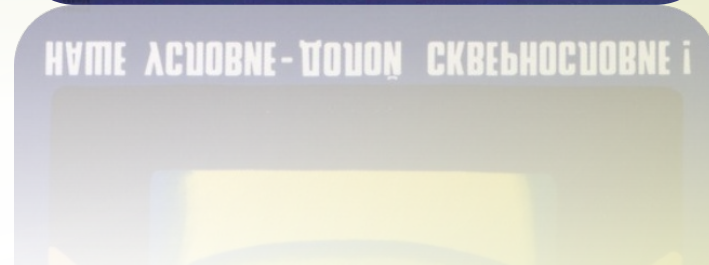
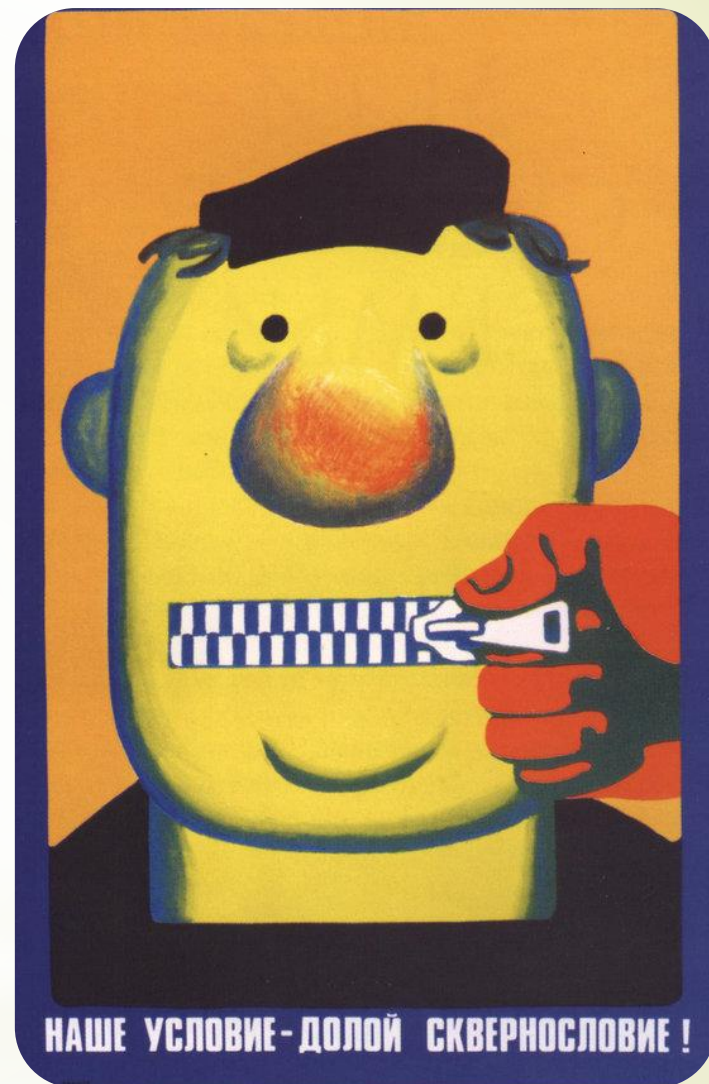
ЧАСТО ПРОИЗНОСЯТ В РЕЧИ ТЕ ЛЮДИ, МНЕНИЕ КОТОРЫХ НЕ БЫВАЕТ САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ. ОНИ ЗАВИСЯТ ОТ СВОЕГО ОКРУЖЕНИЯ И БОЯТСЯ ВЗЯТЬ НА СЕБЯ ХОТЬ КАКУЮ-ТО ОТВЕТСТВЕННОСТЬ. А ЕЩЕ ОНИ ЧАСТО ОПРАВДЫВАЮТСЯ, ЧЕМ ОКОНЧАТЕЛЬНО «РОНЯЮТ» СЕБЯ В ГЛАЗАХ ЗНАКОМЫХ ЛЮДЕЙ.

## «ТИПА» И «ЗНАЧИТ»

ТАК ПРОСТО!

ЭТИ СЛОВА ЛЮБЯТ ПОВТОРЯТЬ НАСТОЯЩИЕ КОНСЕРВАТОРЫ. ОНИ ПРОТИВ ВСЕГО НОВОГО И ПРАВОТУ СВОЕГО МНЕНИЯ ВСЕГДА МОГУТ ДОКАЗАТЬ АГРЕССИВНЫМ ОТНОШЕНИЕМ К СОБЕСЕДНИКУ.

# Отсутствие словесной брани и мата



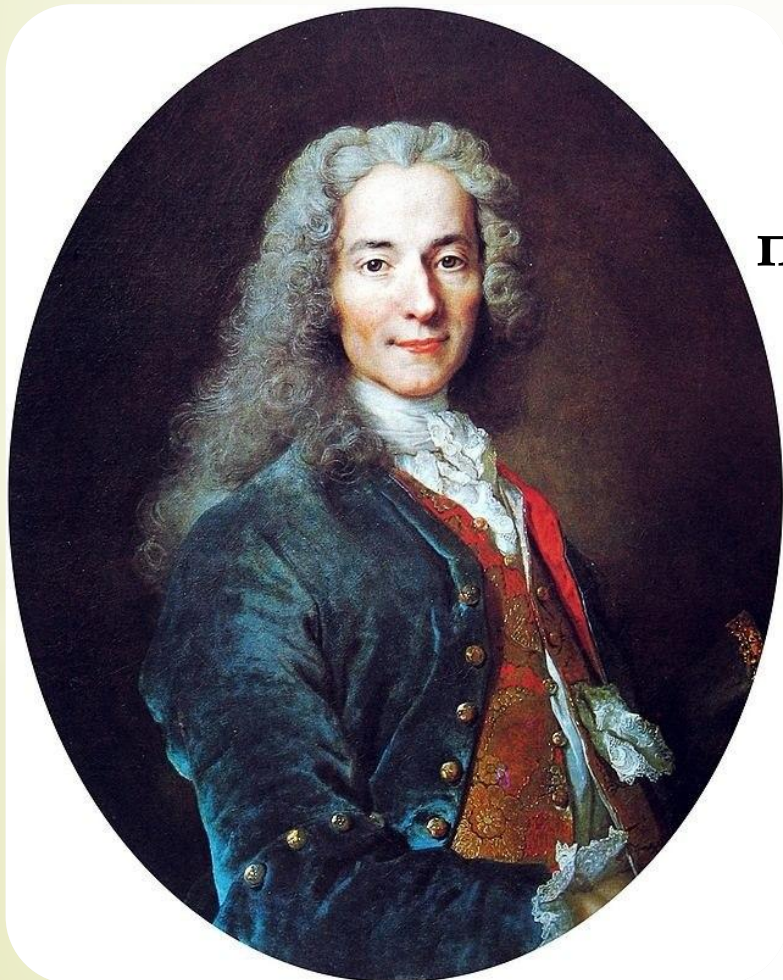
# **! Грамотная правильная речь – это:**

- **соблюдение правил расстановки ударения;**
- **умение в нужный момент повысить или понизить тон;**
- **соблюдать интонацию;**
- **навык выдерживать паузы и не перебивать собеседника.**



# Как улучшить речь?

Читать классическую художественную литературу,  
запоминать интересные фразы и речевые обороты



**«Читая авторов,  
которые хорошо пишут,  
привыкаешь хорошо говорить»**

**Вольтер**  
величайший французский философ XVIII век

**Смотреть фильмы  
экранизирующих русскую  
или зарубежную классику,  
слушать аудиокниги**

# Как улучшить речь?

## Расширять словарный запас

Услышав или прочитав новое для вас слово,  
выясните его точное значение и происхождение

### Подросток

- Отрок
- Тинейджер
- Малец
- Акселерат
- Недолеток

Неологизм – слово или словосочетание, недавно появившееся в языке. В наше время с каждым днем стает все больше неологизмов, которые появляются в языке для обозначения новых вещей, понятий, профессий, это происходит в связи с развитием культуры, науки техники.

Устаревшие слова - это в большинстве своем те слова, которые вышли из обихода в современном мире, но которые ещё очень часто могут встречаться в книгах, их могут использовать в общении.

# Как улучшить речь?

Правильно ставить при разговоре ударения в словах

**АЛФАВИТ, ДОГОВОР,  
ЗВОНИТ,  
КРАСИВЕЕ, КАТАЛОГ,  
ЩАВЕЛЬ, СВЁКЛА, СТОЛЯР,  
ТОРТЫ, ТУФЛЯМИ, ХВОЯ,  
БАЛОВАТЬ**



М  
И  
М  
И  
К  
А

**Улыбка очень красит человека**



**Улыбка выражает  
дружелюбие, открытость к общению**



# Жесты. Язык жестов

Когда люди хотят показать свои чувства,  
они используют жесты.



Ученые выяснили, что с их помощью мы  
получаем до 90% информации.

Тогда как слова дают нам не больше 7%.

# Жесты. Язык жестов

Скука



Интерес



# Жесты. Язык жестов



## 1. Ноги на ширине плеч.

Такое положение говорит об уверенном в себе человеке

## 2. Скрещенные руки.

Человек, скрестивший руки, сердится или хочет закрыться от глаз окружающих

## 3. Вес тела переносится с одной ноги на другую.

Человек о чем-то беспокоится или расстроен

# Жесты лжи

ОТЯГИВАНИЕ ВОРОТНИКА



ПРИКРЫТИЕ РТА РУКОЙ



ПОЧЕСЫВАНИЕ ШЕИ



ПОТИРАНИЕ УХА



ПОТИРАНИЕ ВЕКА



ПРИКОСНОВЕНИЕ К НОСУ



# Естественное поведение



# Естественное поведение

складывается из:

- Непринужденности в общении;
- Простота, отсутствие натянутости в общении;
- Умение быть и оставаться самим собой в любой компании и ситуации;
- Непринужденности в позе, осанке, походке и движениях;
- Естественность речи.

**!** Излишняя естественность и непринужденность  
граничит с бесцеремонностью,  
распушенностью и развязностью

# Манеры



# Манеры

**Манеры человека - это зеркало,  
в котором отражается его портрет**

*Гете И.В.*





# Плохие манеры

- Привычки шмыгать носом
- Класть нога на ногу
- Громко говорить, не стесняясь в выражениях
- Употребление унижительных кличек и прозвищ и т. п.
- Стул не двигают по полу, а переставляют, взявшись за спинку.
- Всякие рефлекторные действия обязательно следует контролировать - зевота, кашель.
- «Поздравлять» с чиханием человека не нужно. Надо это просто не замечать.
- Сморгаться следует тихонько, используя платок. Совершенно недопустимо в таких случаях «трубить» на всю комнату.
- Невежливо, а потому и некрасиво: показывать пальцем, особенно на человека

# Культура поведения в общественных местах

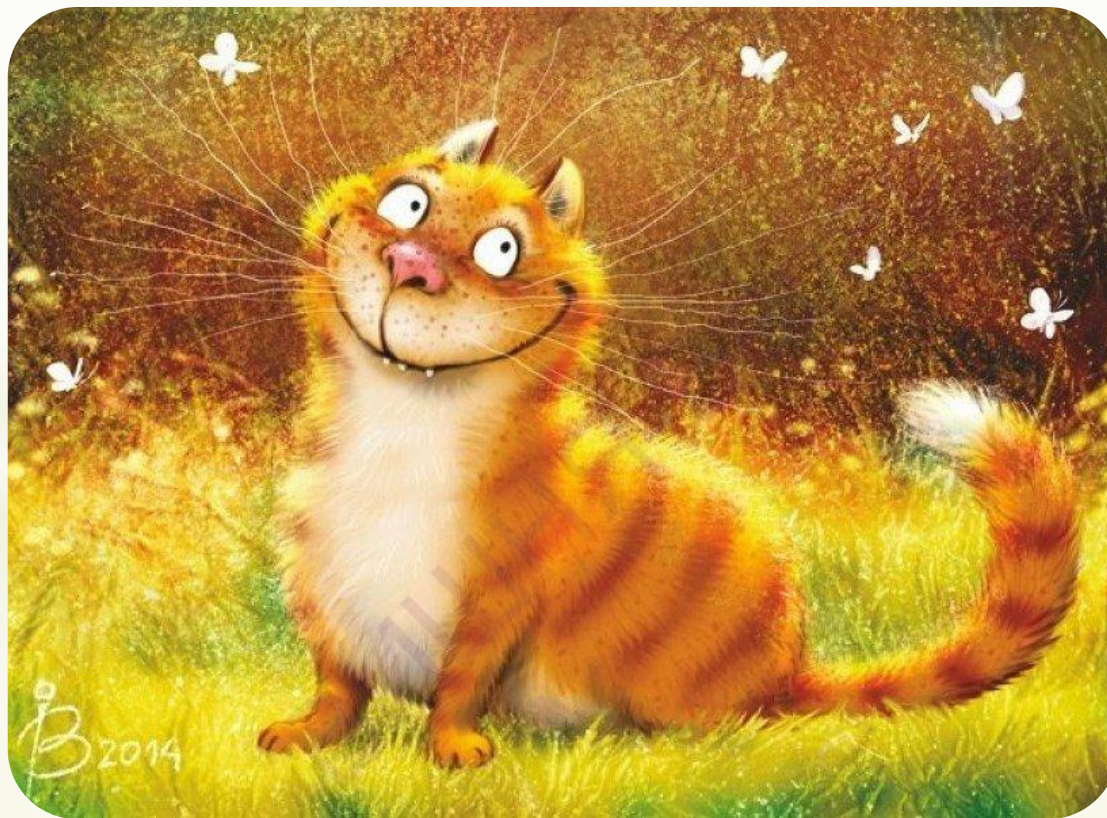


# Спокойной реакции на похвалу и критику



# Спокойная реакция на похвалу и критику

Мне всегда неудобно, когда меня хвалят. Я не знаю, как на это реагировать. Соглашаться – не скромно... А отрицать... ну как же отрицать **ОЧЕВИДНОЕ???**



# Спокойная реакция на похвалу



- ❖ Всегда благодарите собеседника за искренний и заслуженный вами комплимент
- ❖ Можете просто сказать «спасибо», этого будет достаточно
- ❖ Игнорирование похвалы будет считаться невежливым

**! Никогда не смущайтесь, когда слышите похвалу в свой адрес. Своим смущением вы показываете свою неуверенность в себе**

# Спокойная реакция на критику

**!** Критика – это хорошо, если она справедлива

В таком случае следует сперва успокоиться, а затем выделить из критики всё ценное, что поможет вам стать лучше.



Если критика несправедлива — то  
реагировать на неё нет никакого смысла

Лучшая реакция  
на вражескую  
критику —  
улыбнуться  
и забыть.

Владимир Набоков

Владимир Набоков



**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**

