Como ser educado com todos e em todo lugar

Você se lembra daquelas três palavrinhas mágicas que todos nós aprendemos na infância – “Obrigado(a)”, por “favor”, “desculpe”? Pois é, elas continuam na moda e são a base de todo manual de orientação sobre como ser educado.

Mas cuidado, porque nós não nos comunicamos apenas com as palavras. O nosso corpo fala. Nossos gestos, comportamentos e até o tom de voz emitem mensagens valiosíssimas.

Por exemplo, dependendo do seu tom de voz ou da sua expressão facial, um simples “muito obrigado” pode parecer arrogância ou até mesmo cinismo. Ou seja, o nosso corpo pode contradizer as nossas palavras.

Diploma e educação

Não confunda anos de estudo com ter educação. Uma pessoa pode carregar um diploma de Phd da conceituada universidade americana de Harvard e ser um grande mal-educado, desrespeitando os outros ou se comportando de maneira inadequada em locais públicos.

Por outro lado, existem várias pessoas que sequer sabem escrever o próprio nome corretamente, nunca foram à escola, no entanto, são um “poço” de educação. Tratam a todos com simpatia, humildade e respeito.

Aprendendo sempre

A gente costuma dizer que educação vem do berço. É verdade. Mas nós não precisamos parar aí. É possível aprender cada dia mais sobre como ser educado. A leitura é um excelente caminho a seguir.

É muito fácil encontrar bons livros que nos ajudam a evoluir,

inclusive, no relacionamento com as pessoas. Podemos desenvolver até mesmo algumas técnicas de etiqueta, com dicas muito específicas.

Essas dicas podem ser sobre os cuidados ao visitar um recém-nascido, as boas maneiras em um casamento, como dar e receber presentes… e muito mais.

Como ser educado sempre?

Você domina as três palavrinhas mágicas e algumas outras expressões como “com licença”, “boa noite”, “bem-vindo” etc. E você, também, entende sobre linguagem corporal.

No entanto, todo esse conhecimento só fará de você uma pessoa educada, se ele for usado corretamente, a todo momento, com todos ao seu redor.

Ser uma raridade de pessoa com o seu chefe e seus colegas próximos, porém, passar por cima zelador do prédio como um trator, não faz de você uma pessoa educada.

Nesse caso específico, o pessoal da empresa pode achar que você é um puxa-saco. Uma imagem bem diferente de quem quer ser visto como um bem-educado.

Como ser educado em 6 situações diferentes

1. Como ser educado no cotidiano

- Use e abuse das palavrinhas mágicas.
- Sempre cumprimente as pessoas com um bom dia, boa tarde, boa noite… Um sorriso sincero não faz mal a ninguém e é de graça.
- Fale baixo, evite gesticular em excesso.
- Agradeça um favor e elogie com sinceridade, sempre que for conveniente.
- Seja prestativo. Que tal ajudar um velhinho a atravessar a rua ou carregar uma sacola de supermercado para a senhora grávida.
- Segure a porta e a mantenha aberta para a pessoa que vem logo atrás. Isso inclui os elevadores.
- Redobre a paciência com os mais velhos.
- Não comente e não faça julgamentos sobre a vida particular do vizinho, do colega de trabalho ou de qualquer outra pessoa.
- Não fure a fila do banco, nem do cinema, do ônibus…
- Não descarregue sua raiva no caixa do supermercado. Ele não tem culpa se os preços subiram, o produto está estragado ou em falta. Se quer reclamar, procure o gerente.

- Nunca, nunca, nunca coloque o dedo no nariz. Comer a melequinha então…
- Se espirrar, proteja a boca com o antebraço. Nada de usar as mãos e depois cumprimentar alguém ou contaminar o ambiente inteiro.
- Mantenha as ruas e as calçadas limpas.
- Nem pense em cuspir no chão.
- Essa dica, agora, é para os homens: sabe aquela mania de colocar a mão dentro da cueca o tempo todo, ou mesmo ficar coçando as partes íntimas sobre as calças. Esqueça isso.
- E um recado para as mulheres: nada de ficar ajeitando as alças do sutiã em público.

2. Como ser educado durante as refeições

- Coma com a boca fechada.
- Mastigue devagar e sem fazer barulhos. Ninguém merece ruídos de gente comendo ao lado.
- Não converse com a boca cheia de comida. Engula tudo antes de começar a falar.

- Use os talheres corretamente. Às vezes, é permitido comer com as mãos – procure se informar sobre o assunto.
- Leve a comida até a boca e não o contrário.
- Use guardanapos. Não limpe a boca com as mãos.
- Só comece a comer depois que todos estiverem servidos.
- Em um restaurante, não "monopolize" o garçom.

3. Como ser educado no contato com as pessoas

- Não coloque a mão em outra pessoa sem permissão. Tem gente que odeia ser tocado. Nesse caso, ainda, existem questões culturais que devem ser observadas e respeitadas, inclusive, no ambiente de trabalho.
- Nada de ficar ajeitando a gola da camisa do outro, tirando fio de cabelo da blusa etc. Somente faça isso com o consentimento prévio.
- Com as crianças, é preciso permissão dos pais para tocá-las, pegá-las no colo ou abraçá-las. A não ser que seja alguém muito próximo de você.

- E por favor, controle aquele impulso de assanhar o cabelo do garotinho ou garotinha. Você vai ganhar um inimigo se não seguir essa dica.

4. Como ser educado durante uma conversa

- Mantenha contato visual com a pessoa com a qual estiver falando. Isso não significa encará-la.
- Controle a sua ansiedade e não interrompa uma pessoa, quando ela estiver falando. Espere a sua vez.
- Não fique checando o celular a todo momento. Atenda uma chamada apenas em caso de emergência. Mesmo assim, explique que é urgente.
- Se estiver conversando com alguém, jamais dê as costas e deixe a pessoa falando sozinha. Isso sim é passar dos limites…
- Não tente impor o seu ponto de vista. Respeite as opiniões dos outros.
- Mantenha um tom de voz suave. Nem se a pessoa tiver dificuldade de audição você deve gritar. Nesse caso, fique de frente para que ela possa observar os

movimentos dos seus lábios.

5. Como ser educado numa reunião de trabalho

- Seja pontual.
- Use roupas apropriadas.
- Respeite a hierarquia.
- Cumprimente a todos.
- Esteja informado sobre o tema da reunião.
- Tenha em mãos tudo o que você vai precisar para a reunião.
- Procure se informar previamente sobre quem são as pessoas presentes e que setores (ou empresas) elas representam.
- Mantenha uma postura correta.
- Não se disperse rabiscando papéis.
- Evite conversas paralelas.
- Mais uma vez, esqueça o celular. Mantenha-o desligado ou com o áudio desativado.

6. Como ser educado no trânsito

- Economize a buzina. Use-a somente se for extremamente necessária.
- Não fique acelerando para apressar as pessoas na faixa de pedestre. Tenha paciência.
- Paciência é o que não pode faltar no trânsito. Em especial com motoristas idosos.
- Respeite as sinalizações e sempre dê preferência para os pedestres.
- Parou num engarrafamento? Não adianta ficar buzinando, xingando ou gesticulando. O motorista à sua frente quer sair dali tão rápido quanto você.
- Não pare na faixa de pedestre e nem em locais proibidos. Além de ilegal, é falta de respeito.
- Não atire nada pelas janelas. Mantenha uma sacolinha no carro para colocar papel de bala, chicletes, casca de mexerica e outros lixinhos…

A linguagem corporal – onde está o perigo

Você se lembra que mencionamos a importância da comunicação não-verbal? Veja, agora, 6 linguagens do corpo para as quais você deve redobrar a sua atenção.

1. **Cruzar os braços:** indica desinteresse.

Algumas pessoas entendem, também, como uma postura defensiva ou insegurança. Não faça isso quando estiver conversando com algum colega de trabalho e, principalmente, com o seu chefe.

2. **Evitar o contato visual**: transmite a sensação de desonestidade.

Os especialistas recomendam olhar diretamente no olho do interlocutor por poucos segundos e depois desviar o olhar. Repita o movimento com frequência. É só praticar.

3. **Dar as costas enquanto a pessoa ainda está falando**: demonstra falta de interesse.

Esse comportamento indica, também, uma total falta de respeito pela outra pessoa. Se você tem outro compromisso e precisa sair, explique a situação para o seu ouvinte e peça desculpas, antes de se retirar.

4. **Bocejar várias vezes seguidas**: um jeito nada simpático de demonstrar cansaço.

Ficar bocejando o tempo todo mostra, ainda, que você está entediado com a pessoa ou com o assunto em pauta.

5. **Apontar o dedo no rosto de alguém**: ninguém merece tanta grosseria.

Infelizmente, muitas pessoas fazem isso sem ter a consciência do grau de agressividade. É uma atitude que compromete a empatia.

6. **Manias e cacoetes**: transmitem insegurança ou desinteresse.

Manias e cacoetes como roer as unhas, enrolar os cabelos ou os fios da barba, riscar ou picar papéis durante uma reunião podem incomodar muito a pessoa ao lado.

Os ganhos

Essas foram algumas dicas simples e legais de como ser educado em tempo integral e sobre os cuidados com a linguagem corporal. Lembre-se sempre que todas as pessoas querem ser tratados com consideração e respeito. TODAS.

Você só tem a ganhar sendo educado 24 horas por dia. Educação facilita o relacionamento interpessoal e abre oportunidades.

Além de uma pessoa educada, você pode ser também um expert em comportamento humano. Clique aqui para conhecer as cinco sugestões de livros imperdíveis sobre esse assunto.

O valor dos livros

A leitura é sempre uma boa escolha para as pessoas que buscam evoluir. A plataforma 12MIN está repleta de títulos e nós selecionamos um que há anos vem transformando a vida de muita gente. Anote aí:

Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas – Dale Carnegie

Esse é um clássico que teve sua primeira publicação na década de 40. Hoje, em sua 51º edição, continua atualíssimo. O livro é dividido em princípios, que são regrinhas simples para transformar você em uma pessoa mais admirada, capaz de influenciar os outros e fazer amigos.

Você curtiu esse post? Deixe o seu comentário. E aproveite para compartilhar as informações com os seus contatos. Quem sabe, aquele colega inconveniente não aprende um pouco mais sobre como ser educado?