

«Правила поведения за столом, которым нужно научить ребенка»



«Если вам приходилось сидеть рядом с чавкающим человеком, вы сами знаете, насколько это может впечатлять. Становится неважно, что этот человек говорит, все внимание переключается на то, как он ест.»

Никому не хотелось бы быть таким человеком. И уж точно не хотелось бы, чтобы таким человеком стал его ребенок. Но нужно ли обучать детей хорошим манерам с раннего возраста? Ведь наверняка вырастут — сами научатся, а тут пока лишь бы вообще накормить.

Но еда — это не просто пополнение микроэлементов в организме для здоровья. Это часть культуры и образа жизни. То, к чему дети привыкнут с детства, может повлиять на всю их жизнь, на отношение к ним, на свободу в любой ситуации.

Когда уже подросшие дети попадут в различные ситуации, предполагающие умение вести себя за столом (иногда это может быть даже неформальное рабочее собеседование), знание этикета сослужит им добрую службу.

Ведь если вам приходилось сидеть рядом с чавкающим человеком, вы сами знаете, насколько это может впечатлять. Становится неважно, что этот человек говорит, все внимание переключается на то, как он ест. То же касается людей, которые говорят с набитым ртом, тянутся через весь стол и вытирают рот рукавом.

Хорошим манерам за столом дети лучше всего учатся напрямую у родителей (как и практически всему остальному). Поэтому если вы хотя бы раз в неделю едите вместе всей семьей, этого вполне достаточно, чтобы начать обучать детей тому, как можно и как нельзя вести себя за столом.



Помимо того, что вы будете подавать пример своим поведением, некоторые вещи стоит объяснить. И запастись терпением. Все дети разные. Кому-то достаточно сказать один раз, а кто-то и после десяти повторений продолжит вести себя неправильно. Это нормально.

Нет определенного возраста, в котором надо начинать обучение. Но возраст несомненно нужно учитывать. Маленьким детям сложно долго сидеть спокойно, от детей постарше можно ожидать почти того же поведения, что и от взрослых.

Чему же стоит непременно научить детей для начала?

1. Мыть руки перед едой.
2. Предложить помощь хозяину или хозяйке.
3. Использовать салфетки (а не рукава, например), чтобы вытереть рот.
4. Не начинать есть до тех пор, пока все не сядут за стол (особенно человек, который готовил). Исключение составляют ситуации, когда всем предложили начать есть, не дожидаясь хозяина или повара.
5. Использовать столовые приборы (кроме ситуаций, которые отдельно оговариваются. Например, хозяин предлагает есть пиццу руками).
6. Не ставить локти на стол.
7. Не ерзать, не вставать во время еды, пока остальные не закончили.
8. Жевать с закрытым ртом.
9. Не производить странных звуков за столом. При необходимости извиниться и выйти в туалет.
10. Не набивать рот, не есть слишком быстро.
11. Не разговаривать с набитым ртом.
12. Не хлюпать, не втягивать еду с шумом.
13. Никогда не критиковать еду, которую вы едите в чьем-то доме.
14. Не пользоваться телефонами и другими приборами во время еды, если для этого нет особой причины.

15. Не тянуться за едой, вместо этого попросить передать вам тарелку.

16. Не забывать говорить "спасибо" и "пожалуйста", когда просите о чем-либо.

17. После окончания еды отнести на кухню свою тарелку, чашку и приборы.

18. Поблагодарить хозяев и похвалить еду.

Иногда родители нервничают из-за того, что многочисленные повторения не дают результатов. Дети продолжают чавкать, перебивать, с шумом двигать стулья или кривятся при виде салата. Но следует помнить, что дети редко учатся с помощью критики и запретов.

Имеет смысл объяснить им, почему вообще существуют все эти правила и как они могут выглядеть в глазах других людей, когда жуют с набитым ртом. Иногда они сами учатся из плохого опыта (например, получая замечание от чужого человека).

И еще один важный момент: дети слушают и запоминают все, что мы им говорим. Просто они чаще применяют на практике вне дома, когда они вынуждены собраться, чем в комфортной и расслабленной семейной обстановке.

