



Mandagumas – svarbus!

Apie mandagumo smukimą informuojama tiek JAV, tiek visose kitose pasaulio šalyse: antraštės skelbia apie nevaldomus miestų tarybų posėdžius, siautėjimą keliuose, plačiai paplitusį nemandagų elgesį ar koneveikimą telefonu, grubumą gatvėse, biuruose, namuose.

Aš esu viena projekto „Mandagumas svarbus“ ambasadorių ir atstovauju Tarptautinei įvaizdžio konsultantų asociacijai (AICI). Mes siekiame skatinti visuomenės sąmoningumą ir atsidavimą mandagumo principams.

Projektas „Mandagumas svarbus“ buvo pradėtas 2009 m. kasmetinės AICI konferencijos, kuri vyko Irvine (Kalifornija), metu. Tuomet AICI užtikrino informacijos apie mandagumo skleidimą tiek tarp savo draugijos narių, tiek visame pasaulyje. Šis projektas pasieks kulminaciją bei bus tęsiamas 2010 gegužės 20–23 dienomis Vankuveryje (Kanada, Britų Kolumbija), kur vyks jubiliejinė asociacijos dvidešimtmečio paminėjimo konferencija. Nuo šiol gegužė bus žinoma kaip tarptautinis mandagumo mėnuo ir bus pažymimas kasmet.

Šią plataus masto programą įkvėpė *Dr. P. M. Forni*, vienas *John Hopkins* universiteto mandagumo projekto bendraautorių, tarptautiniu mastu pripažintas ekspertas; parašęs tokias knygas, kaip „Renkuosi mandagumą: 25 taktiško elgesio taisyklės“ ir „Mandagumo aiškinimas: ką daryti, kai žmonės elgiasi nemandagiai?“. *Dr. P.M. Forni* prisidėjo prie AICI programos kaip patarėjas ir vadovas. Mandagumą (pilietiškumą) jis apibūdina kaip elgesio normas, kurios remiasi **pagarba, santūrumu bei atsakomybe** (angl. *with Respect, Restraint and Responsibility, RRR*). Tai mandagumo principai, kuriuos apibrėžė *Dr. P. M. Forni*.

Skelbdami 2010 m. gegužę mandagumo suvokimo mėnesiu, skirtu minėti mandagumo dvasią tarp žmonių nepaisant rasės, religijos, odos spalvos ar amžiaus pažymėkime mandagumą mokyklose, bendruomenėse, įmonėse, šeimose ir šventyklose bendraudami su kitais pagarbiai, santūriai ir atsakingai.

Nemandagumo apraiškos tampa vis dažnesnės nūdienos sudėtingoje, konkurencingoje visuomenėje, taip veidamos visų mūsų šalyje gyvenančių ir dirbančių bei svečių gyvenimo kokybę.

Kuomet gyvenimas – tai tarpusavio santykiai; mūsų gyvenimo kokybė priklauso nuo mūsų gebėjimo tarpusavyje bendrauti.

Kuomet kiekvienas jausis esąs nugalėtojas, kai elgsis su kitu taip, kaip norėtų, kad būtų elgiamasi su juo, ir kitus skatins taip elgtis. Dėl to tauta taps stipresnė, mūsų įvaizdis pasaulyje pagerės.

Kolegos, draugai, šeimos nariai ir netgi kaimynai pastebėdami mandagumo smukimą visuomenėje dažnai klausia, kaip mes galime puoselėti pagarbų elgesį. Yra du būdai, kaip gyventojai galėtų tai padaryti: visų pirma – prisijungti prie AICI ir kitų viso pasaulio miestų, skelbiančių 2010 m. gegužę tarptautiniu mandagumo įsisąmoninimo mėnesiu; antra – apsvarstyti galimybes sukurti mandagumo ugdymo bei mokymo programas, kurios būtų naudingos gyventojams. **Tikėdama, jog mandagumas užkrečiamas, noriu prisidėti prie šio judėjimo ir kviečiu kiekvieną Jūsų individualiai prisidėti. Kiekvieną sutik taip, kaip norėtumei būti sutiktas(-a). Būti mandagiu – kurti geresnį pasaulį, kuriame kiekvienam iš mūsų bus maloniau gyventi. Pradėkime nuo savęs! Kad mūsų šalis taptų dar geresne vieta gyventi, kurti verslą ar viešėti.**

Paminėsime tik kelis iš daugelio šios iniciatyvos privalumų Lietuvos žmonėms ir vyriausybei:

- Didesnis mandagumo reikšmės suvokimas valdžios struktūrose, mokyklose ir versle, padėsiantis patobulinti tarpusavio santykius.
- Miesto įvaizdžio, gyvenimo kokybės bei ekonominio augimo pagerėjimas dėl pagarbaus elgesio ir veiksmų.
- Tapsmas viena iš svarbiausių grandžių siekiant pasaulinės mandagumo pažangos.

Kartu mes galime skleisti „Mandagumas svarbus“ idėjas ir pakeisti tiek savo namus, tiek visą pasaulį.

Taigi, visą gegužę ir visus metus te kiekvienas vyras, moteris ir vaikas tampa mandagesni, pilietiškesni. Tai **galima įgyvendinti būnant dėmesingesniems, supratingesniems, geresniems, dosnesniems, mandagesniems ir rūpestingesniems ir laikantis trijų „R“ raidžių (Respect, Restraint and Responsibility; RRR) principo: pagarba, santūrumas ir atsakingumas.**

Visus Lietuvos gyventojus ir svečius kviečiu ir raginu būti mandagiais savo kasdieniniame gyvenime, šiandien ir visada.

25 dėmesingo elgesio taisyklės

1. Būk dėmesingas
2. Pripažink kitus
3. Galvok apie kitus gerai
4. Klausykis
5. Atsižvelk į kitus
6. Kalbėk maloniai
7. Nekalbėk piktai
8. Pripažink ir pagirk
9. Gerbk net švelnų „ne“
10. Gerbk kitų žmonių nuomonę
11. Galvok apie kūno kalbą

12. Būk malonus, pritariantis
13. Nurimk (patylėk, jei susierzinai)
14. Gerbk kitų žmonių laiką
15. Gerbk kitų žmonių erdvę
16. Atsiprašyk nuoširdžiai
17. Pristatyk save
18. Venk asmeniškų klausimų
19. Rūpinkis svečiais
20. Būk taktiškas, malonus svečias
21. Du kartus pagalvok prieš prašydamas pagalbos
22. Susilaikyk nuo tuščio skundimosi, nepasitenkinimo
23. Priimk ir išsakyk konstruktyvią kritiką
24. Gerbk aplinką ir būk švelnus su gyvūnais
25. Nepainiok savo atsakomybės ir kitų kaltinimo (kaltų ieškojimo)

Rinkis mandagumą, (*Choosing Civility – The 25 Rules of Consideration Conduct by Dr.P.M.Forni*)

Nuoširdžiai,

Alvyda Jasilionytė

Įvaizdžio konsultantė – trenerė

aj@alvyda.com,

www.alvyda.com

Rinkis mandagumą!

Šios svetainės turinys, tekstas ar bet kuri svetainėje esanti informacija negali būti kopijuojama, platinama, retransliuojama, atgaminama jokia forma, elektronine ar mechanine, įskaitant kopijavimą, įrašymą, saugojimą prieinamose informacinėse sistemose, perkėlimą ir naudojimą kitose internetinėse priemonėse ir svetainėse ar koku kitu būdu be išankstinio autorės sutikimo. Dėl leidimo naudotis tekstu ar jo dalimi galite kreiptis: el. p. aj@alvyda.com. **O jei norėsite cituoti ar patalpinti kitur, prašom nurodyti Alvydos Jasilionytės autorystę.**