



### เคล็ดลับและมารยาทในการเข้าสังคม

ชื่อผู้แต่ง : โทชิเอะ อิงากิ / มิกิ ฮิโต ภาพ

ชื่อผู้แปล : สมจิตร สิริรัตนวิทย์

ISBN : 978-974-443-337-4

ราคา : 250 บาท

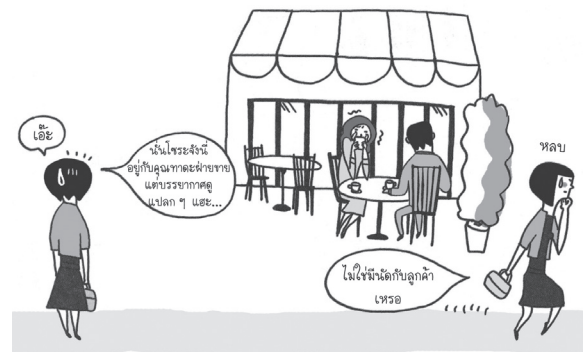
สำนักพิมพ์ภาษาและวัฒนธรรม

ในการดำเนินชีวิตประจำวันของเราย่อมต้องได้พบเจอกับสถานการณ์และ

ผู้คนที่หลากหลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการทำงานซึ่งมีโอกาสที่จะต้องติดต่อกับคนที่ไม่รู้จักคุ้นเคยเป็นส่วนใหญ่ อย่างเช่น ลูกค้าที่เข้ามาให้บริการ ซึ่งเราไม่สามารถรู้ถึงอุปนิสัยส่วนตัวของเขาได้เลย ในสถานการณ์ต่างๆ เหล่านี้การวางตัวให้ดูดี สง่างามและมีกิริยามารยาทนั้นย่อมเป็นการสร้างความประทับใจตั้งแต่แรกเห็นอันจะส่งผลดีต่อการสานความสัมพันธ์กับฝ่ายตรงข้ามในภายหน้าได้ ดังนั้น TPA NEWS ฉบับนี้จึงขอแนะนำหนังสือที่จะช่วยให้คุณมีกิริยามารยาทที่สง่างามในทุกสถานการณ์

หนังสือ **“เคล็ดลับและมารยาทในการเข้าสังคม”** เป็นหนังสือที่นำเสนอเกี่ยวกับการปฏิบัติตนให้เป็นคนมีมารยาทงาม โดยนำเสนอเรื่องผ่านตัวละครหลัก 3 ตัว คือ โซระ ฮานาอิ (สาวผู้เพียบพร้อม) ริกุยามากาวะ (สาวเสียบขมิ้ม ไม่ค่อยมั่นใจ) อุมิ ซุนาอิ (สาวเบรี่ยิว) ในเล่มจะนำเสนอวิธีปฏิบัติตนตั้งแต่มารยาทพื้นฐานในการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น การนั่ง การยืน ท่วงท่าการเดิน การรับประทานอาหาร การใช้พื้นที่สาธารณะร่วมกับผู้อื่น ตลอดจนมารยาทที่พึงปฏิบัติเมื่อเข้าร่วมงานที่เป็นพิธีการต่างๆ เช่น งานแต่งงาน งานศพ เป็นต้น

พอกกล่าวถึงเรื่อง **“กิริยามารยาท”** แล้ว หลายคนอาจคิดว่าเป็นเรื่องที่ปฏิบัติได้ยากและต้องอยู่ในระเบียบตลอดเวลา แต่ โทชิเอะ อิงากิ ผู้แต่งให้ความหมายของกิริยามารยาทได้อย่างน่าสนใจว่า **“คนส่วนใหญ่เมื่อได้ยินคำว่ามารยาทจะรู้สึกอึดอัดและคิดว่าต้องทำตามรูปแบบ แต่แท้จริงแล้วรูปแบบไม่ใช่สิ่งสำคัญ สิ่งสำคัญที่แท้จริงคือ “น้ำใจที่มีต่อผู้อื่น” ถึงจะไม่ทำตามรูปแบบทุกขั้นตอนก็ไม่เป็นไร**



ยกตัวอย่างจากในเล่ม เช่น ในเรื่องของ **“การทักทาย”** ปกติทั่วไปเมื่อเราพบคนที่รู้จักก็ต้องเข้าไปทักทายพูดคุยเป็นเรื่องธรรมดา แต่รู้หรือไม่ว่า...การ **“ไม่ทักทาย”** ก็ถือเป็นมารยาทที่ดีอย่างหนึ่งเช่นกัน อย่างเช่นในกรณีที่พบคนที่รู้จักแต่คนคนนั้นอารมณ์ไม่ดี หรือทำท่าทางไม่ร่าเริงแจ่มใสเหมือนเช่นเคย ถ้าดูสถานการณ์แล้วไม่ดี ก็ไม่จำเป็นต้องเข้าไปทัก หรือหากเข้าไปในร้านแห่งหนึ่งแล้วเจอคนที่ทำงานกำลังออกเดทกันอยู่ก็ไม่ควรจะไปเดินเข้าไปทักเช่นกัน ให้เดินออกจากร้านโดยไม่ให้ทั้งสองคนรู้ตัวเสียจะดีกว่า เพราะในช่วงเวลาแบบนี้ไม่ว่าใครก็ต้องอยากอยู่กันตามลำพังทั้งนั้น...จริงไหม?

เมื่อรู้จักคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่นแล้ว การที่จะทำให้คนรอบข้างหรือผู้ที่พบบันเป็นครั้งแรกประทับใจในตัวเราก็ไม่ใช่เรื่องยาก ในหนังสือได้นำเสนอจุดที่ควรจะต้องเอาใจใส่อยู่หลายเรื่องด้วยกัน แต่ในที่นี้จะหยิบยกขึ้นมาเฉพาะประเด็นสำคัญที่น่าสนใจเอามาเล่าสู่กันฟังดังนี้

ประเด็นแรกที่จะกล่าวถึงก็คือ **“การแต่งกาย”** เชื่อหรือไม่ว่าสำหรับการพบกันในครั้งแรกสิ่งที่ฝ่ายตรงข้ามจะสังเกตเห็นเป็นอย่างแรก คือ ผมและรองเท้า นั่นหมายความว่าไม่ว่าคุณจะแต่งตัวสวยงาม เสื้อผ้าหรือเลียคเพียงใด แต่ถ้าผมเผ้ายุ่งเหยิงและใส่รองเท้าซอมซ่อไปพบอีกฝ่ายแล้ว อีกฝ่ายก็จะมองคุณว่าไม่เรียบร้อย ดังนั้นก่อนที่คุณจะออกไปพบใคร โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าต้องออกไปพบลูกค้าคนสำคัญก็ควรจะสำรวจดูตัวเองให้เรียบร้อยก่อนว่า ดูดีตั้งแต่ศีรษะจรดปลายเท้าแล้วหรือยัง



ประเด็นต่อมา คือ **“สีหน้า”** ตามปกติแล้วคนเราเวลาที่ทำสีหน้าเฉยๆ มุมปากจะตกเหมือนทำหน้าบึ้งหรือบางคนอาจจะชอบขมวดคิ้วเหมือนอารมณ์เสียอยู่ตลอดเวลา ถึงแม้จะไม่ได้ตั้งใจแต่เราอาจสร้างบรรยากาศที่ไม่น่าเข้าใกล้ให้คนรอบข้างโดยไม่รู้ตัว วิธีแก้ก็เพียงคุณ “ยิ้ม” เท่านั้น วิธีทำใบหน้าที่ยิ้มแย้มไว้เสมอ คือ ยกมุมปากขึ้นและส่งสายตาที่อ่อนโยนเวลาพูดคุยกับฝ่ายตรงข้าม แต่อย่าจ้องมองตาตลอดเพราะจะทำให้อีกฝ่ายรู้สึกอึดอัดได้

และในประเด็นสุดท้าย เมื่อคุณมีโอกาสดูพูดคุยกับอีกฝ่ายหนึ่งแล้ว **“เนื้อหาการสนทนา”** นับเป็นสิ่งสำคัญทีเดียว การพูดในเชิงปฏิเสธตั้งแต่ต้น เช่น “โกหกหรือเปล่า?” หรือ “ไม่จริงหรอก” นั้น จะทำให้คนที่เราคุยด้วยรู้สึกเหมือนถูกปฏิเสธตั้งแต่ต้น ทั้งๆ ที่สิ่งที่เราจะพูดต่ออาจไม่ใช่เช่นนั้นก็ได้และเมื่อได้รับคำชมจากฝ่ายตรงข้ามแทนที่จะตอบรับอย่างถ่อมตัว ก็ให้พูด “ขอบคุณ” และแสดงสีหน้าที่ใจจะดีกว่า เพื่อสร้างบรรยากาศดีๆ ในการพูดคุยกัน

นอกจากมารยาทที่เราปฏิบัติต่อฝ่ายตรงข้ามเป็นการส่วนตัวแล้ว หนังสือเล่มนี้ยังแนะนำมารยาทที่เราพึงควรปฏิบัติเมื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่นในที่สาธารณะอีกด้วย อย่างเช่น เวลาขึ้นรถไฟ การใช้ลิฟต์และบันไดเลื่อนหรือเวลาต่อแถว เป็นต้น **เพราะการเข้าสังคม คือ การอยู่ร่วมกับคนอื่น** ไม่ว่าจะเป็นคนคนเดียวหรือคนหมู่มาก ดังนั้น แม้กับคนที่ไม่รู้จักเราก็ควรมีมารยาทที่ดีต่อเขาด้วย ถึงแม้จะไม่ได้รับคำชมต่อหน้า แต่ก็จะทำให้อีกฝ่ายรู้สึกประทับใจได้ ให้นึกถึงว่าถ้าเราได้รับการปฏิบัติที่ดีบ้างเราจะรู้สึกอย่างไร...คนอื่นก็เช่นกัน

จะเห็นได้ว่ากิริยามารยาทเป็นเรื่องใกล้ตัวและเราสามารถค่อยๆ ฝึกปฏิบัติไปได้ทีละเล็กทีละน้อย จนที่สุดเราก็จะสามารถปฏิบัติได้อย่างเป็นธรรมชาติ **“มารยาท”** เป็นสิ่งที่จำเป็นต่อสังคม เพราะเราไม่ได้อยู่เพียงลำพังในสังคมจึงควรคำนึงถึงผู้อื่นด้วยและเมื่อคนในสังคมคิดถึงกันและกัน รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา สังคมของเราก็จะน่าอยู่ขึ้น



เชิญรับฟังรายการวิทยุ ส.ส.น. ได้ที่คลื่น FM 96.5 ทุกวันจันทร์-ศุกร์ เวลา 06.55 น.