

كيف تتصرف في حال التعرض لموقف محرج في مكان عام؟



أبوظبي: نجاة الفارس

يتصرف الكثيرون بشكل غير سليم في حال التعرض لمواقف محرجة سواء كانت مقصودة أو غير مقصودة، ما يؤدي إلى تفاقم الأمور وزيادتها تعقيداً وإحراجاً.

الدكتور ياسين الزبيدي أكاديمي وخبير في التنمية البشرية في أبوظبي، يجيب عن هذا التساؤل ويقول: هناك قواعد للذوق والأدب والإتكتيت في كيفية التصرف بالأماكن العامة عند التعرض للمواقف المحرجة، حيث تفرض علينا هذه القواعد ما يلي:

- أن نحافظ على هدوئنا وأن تكون نبرة صوتنا معتدلة في الأماكن العامة، فلا تتحول إلى صراخ لأننا بذلك نزعج الأشخاص الموجودين في المكان ونخالف أبسط قواعد احترام الذوق العام.
- إن خرق هذه القواعد المتفق عليها في مجتمع ما قد لا يحاسب عليها القانون -كالتحدث بنبرة صوت مرتفعة تصل إلى الصراخ - ولكن من يخالف تلك القواعد يغدو غريباً منبوذاً من قبل ذلك المجتمع.
- إن حركة الحياة اليومية ومتغيراتها قد تحمل لنا بعض المواقف المحرجة عندما نكون في الأماكن العامة أو نكون في

مواجهة مجموعة من الأشخاص الغرباء.

- يجب أن نتصرف بسلاسة ودون ردود الفعل المبالغ فيها ودون أن نفكر كثيراً فيما سيقوله الناس.

- قد نخطئ في ذكر مصطلح ما أو معلومة ما أمام الآخرين ليقوم أحد الموجودين بتصحيحه، وبدل أن نشعر بالحرج أو قد نقوم بالدفاع عما قلنا لدرجة تصل إلى الانفعال يمكن أن نقول ببساطة (شكراً لإضافتك ... سأؤكد لاحقاً من صحة تلك المعلومة).

- قد نكون جالسين مع بعض الأشخاص وبحركة غير مقصودة ندفع كوب العصير لينسكب على ملابس المقابل، عندها علينا تجنب الانفعال المبالغ وممكن أن نعتذر بلطف ونعرض أن نساعد في تنظيف ملابسه.

- من الضروري التعامل برد فعل بسيط وخاصة في الأماكن العامة والحرص على رؤية الأمور بحجمها الطبيعي دون تضخيم.

- تبقى البساطة في ردة الفعل وعدم التفكير كثيراً فيما يقوله الناس هما القاعدتان الأساسيتان في الإتيكيت والتعامل مع المواقف المحرجة والتي نتعرض لها أحياناً في الأماكن العامة.

- كلمة بسيطة ممكن أن تعدّل الخطأ بدل أن نشعر بالحرج الشديد الذي قد يخرجنا من طورنا المعتاد فنثير استهجان الآخرين ونفسد مزاجنا في اليوم كله.

- الرد الراقي والمهذب على شخص يحاول الإساءة بطريقة غير مباشرة، يكون له ردة فعل قوية على ذلك الشخص الذي تعتمد الإساءة.