

Inhalt

Kapitel 1 Das Betragen ist ein Spiegel ...

- Ist gutes Benehmen wirklich so wichtig für das Zusammenleben der Menschen? 10
Welches Bild zeigst du von dir? Teste dich selbst. 12
Welches Bild zeigst du von dir? Teste dich selbst. 13



1.1 Der erste Eindruck 14

- Wonach beurteilst du einen Menschen, den du zum ersten Mal siehst? 14

1.2 Das Benehmen, die Manieren, das Verhalten 15

- 1.2.1 Bekannt machen, sich vorstellen 15
1.2.2 Begrüßung/Verabschiedung und Anrede 16
1.2.3 Höflichkeit 17
Teste dein dazugewonnenes Wissen 18
Teste dein dazugewonnenes Wissen 19

1.3 Das äußere Erscheinungsbild 20

- 1.3.1 Kleidung 21
1.3.2 Frisur und Haarfarbe 21
1.3.3 Körperpflege 21
1.3.4 Make-up 21
1.3.5 Schmuck 21
Teste dein dazugewonnenes Wissen 22



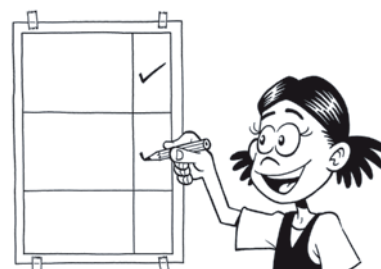
1.4 Die Körpersprache oder nonverbale Kommunikation (ohne Worte) 23

- 1.4.1 Die Körperhaltung 23
1.4.2 Die Gesten 24
1.4.3 Die Mimik („Mienenspiel“) 24
Teste dein dazugewonnenes Wissen 26



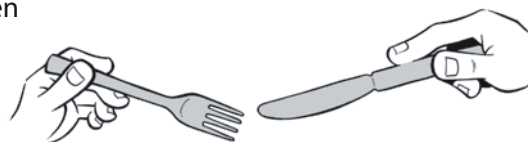
1.5 Die Sprache oder verbale Kommunikation 27

- 1.5.1 Du möchtest verstanden werden? 28
1.5.2 Sprichst du „Denglisch“? 29
1.5.3 „Anglizismen“ und „Scheinanglizismen“
in unserem Sprachgebrauch 30
1.5.4 Der Dialekt, der Slang und der Jargon 30
1.5.5 Die geschlechtergerechte Sprache
verwenden – „gendern“ 29
1.5.6 Unsere Stimme, die Verräterin 30



Kapitel 2 Höflichkeit und Benehmen

2.1	Das Verhalten in der Familie	32
2.1.1	Wie stellst du dir ein harmonisches Familienleben vor? Was kannst du dazu beitragen?	33
2.1.2	Beherzigst du einige unserer Tipps, kannst du zur Harmonie beitragen.	33
2.2	Das Verhalten in der Gemeinschaft	36
2.2.1	Dazwischenreden /Unterbrechen – eine Unsitte	36
2.2.2	Eigenschaften, die einen „liebenswerten“, „gern gesehenen“ Menschen ausmachen.	36
2.3	Das Verhalten bei Begegnungen mit Fremden	37
2.3.1	Das Kennenlernen	37
2.3.2	Sich vorstellen	37
2.3.3	Der erste Eindruck, den du auf Erwachsene machst	37
2.3.4	Das „Du“-Wort	37
2.4	Das Verhalten in der modernen elektronischen Kommunikation	38
2.4.1	Die Kommunikation	38
2.4.2	„Es“ kann auch ausgeschaltet oder auf „lautlos“ gestellt werden	38
2.5	Das Verhalten in der Öffentlichkeit	39
2.5.1	Die schriftliche Kommunikation: Briefe, E-Mails und SMS bzw. MMS	39
2.5.2	Netiquette	40
2.5.3	Schriftliche Kommunikation in Sozialen Netzwerken	41
2.5.4	Die Gefahren der Kommunikationsplattformen	41
2.6	Das Verhalten in Lokalen	42
2.6.1	„Unfallfreies Essen mit Messer und Gabel“	42
2.6.2	Wie deckt man einen Tisch?	2
2.6.4	Brotteller, Stoffservietten, Fingerschalen, Platzteller – wozu?	44
2.6.4	Ein Restaurantbesuch verlangt gekonntes Benehmen	44
2.6.5	Richtige Handhabung des Bestecks	45
	Teste dein dazugewonnenes Wissen	47
	Teste dein dazugewonnenes Wissen	48



Kapitel 3 Gute Manieren

3.1	Gute Manieren im Umgang mit Freunden	50
3.1.1	Zeige mir deine Freunde und ich sage dir wer du bist	50
3.1.2	Zuverlässigkeit und Rücksichtnahme	50
3.1.3	Hilfsbereitschaft und Ehrlichkeit	50
3.1.5	Unarten muss auch eine Freundschaft nicht aushalten	51
3.2	Gute Manieren bei Besuchen und Feiern	52
3.2.1	Der Dresscode	52
3.2.2	„Kleider machen Leute“	53
3.2.3	Gastgeschenke	54
3.2.4	„Fühle dich wie zu Hause“ – ernst gemeint?	54
3.2.5	Für Einladungen bedanken	54
3.2.6	Wir sind Gastgeber	55
3.2.7	Tisch decken	56
3.3	Gute Manieren bei Verkühlungen und anderen ansteckenden Krankheiten	57
3.3.1	Niesen, Schnäuzen, Taschentücher, Kontakte vermeiden	57
3.4	Gute Manieren in der Freizeit	58
3.4.1	In der Disco	58
3.4.2	Alkoholgenuss	59
3.4.3	Rücksichtnahme beim Rauchen	59
3.5	Gute Manieren im Urlaub (Ausland)	60
	Teste dein dazugewonnenes Wissen	61
	Teste dein dazugewonnenes Wissen	62



Kapitel 4 Gutes Benehmen ist immer vorteilhaft

4.1	Wissen, Bildung, gutes Benehmen – die Schule, der Schlüssel zum Erfolg	64
4.1.1	Gute Ausbildung und Bildung erleichtern Beruf und Leben	64
4.1.2	In der Schule	65
4.1.3	Ein Tipp von uns: So nicht, bitte!	66
4.2	Ausbildung nach der Pflichtschule	67
4.2.1	Die schriftliche Bewerbung – die Bewerbungsmappe	67
4.2.2	Das Vorstellungsgespräch	68
4.2.3	Kleidung für das Vorstellungs- bzw. Aufnahmegespräch – der erste Eindruck	69
4.2.4	Körpersprache und Sprache beim Vorstellungs- bzw. Aufnahmegespräch	70
4.2.5	Die Checkliste	71
4.3	Für die Zukunft – im Berufsalltag	72
4.3.1	Einige Tipps, die du im Berufsleben beherzigen solltest	73
4.4	Für die Zukunft – im Berufs-, Gesellschafts- und Privatleben	74
4.4.1	Höflichkeit ist Trumpf	74
	Teste dein dazugewonnenes Wissen	75
	Teste dein dazugewonnenes Wissen	76
	Teste abschließend dein Wissen über gutes Benehmen	77
	Unser Vorschlag für eure Klasse	79



Lösungen

S. 79–96