

# Inhalt

7

## Vorwort

9

## Kein alter Hut: Vom Sinn der Konvention

Was sind Umgangsformen und warum brauchen wir sie? **9** – Die erste Lektion: Ein Kinderspiel **14** – Über Takt und Taktlosigkeit **17** – Warum man seinen inneren Schweinehund überwinden sollte **19**

22

## Begrüßungsrituale

Wie stellt man sich den anderen vor? **22** – Wann gibt man sich die Hand? **25** – Wie lautet die korrekte Anrede? **26** – «Mahlzeit», «Hallo» und «Guten Tag» **27** – Zu Hause in der Bussiwelt: über Hand- und Wangenküsse **28**

30

## Körperkontrolle

Die anderen als Spiegel deiner selbst **30** – Körperhygiene oder Wohin mit dem Körpermüll? **32** – Das Kleidungsdilemma **35** – Wie findet man den eigenen Stil? **36**

39

## Die vielen Gesichter der Höflichkeit

Egoismus ist out, Hilfsbereitschaft ist in **39** – Kränke niemanden! **42** – Die Anstandsregeln des Alltags: Entschuldigung, Bitte und Danke **44** – Höflichkeit als Falle **47** – Noch ein PS zu Etikette und Knigge **48** – Wie man Komplimente macht und Kritik anbringt **49** – Haltung bewahren! **50** – Was Ordnung und Pünktlichkeit mit Höflichkeit zu tun haben **52**

58

## Bitte zu Tisch!

Die Essmanieren: eine Art Visitenkarte **58** – Vom Frühstück und wie man es nicht essen sollte **60** – Wie findet man sich an

einer festlich gedeckten Tafel zurecht? **65** – Benehmen bei Tisch **73** – Kaffee, Kuchen und Konversation **78** – Das Abendbrot **83** – Noch einmal zusammengefasst **87**

**Was man so zu hören bekommt ... 90**

Von gutem und von schlechtem Deutsch **90** – Muss man fluchen? Darf man fluchen? **93** – Über Krach, Geschrei und Lärmvermeidung **97** – «Du» oder «Sie»? **102** – Ein paar ewig nervende Ermahnungen und ihr Sinn **106**

**Kontaktpflege 114**

Vom Briefeschreiben und -beantworten **114** – Worauf beim Telefonieren zu achten ist **116** – Der Umgang mit dem Mobiltelefon **119** – Schmusen in der Öffentlichkeit **122** – Die Kunst des Schenkens **123** – Vom Borgen und Verleihen **131**

**Unterwegs 134**

Ein paar Verkehrsregeln für Inlineskater und Radfahrer **134** – Worauf auch Fußgänger achten sollten **137** – Zum Verhalten in öffentlichen Verkehrsmitteln **139** – Zu Besuch als Übernachtungsgast **142** – Ferien in der Fremde **147** – Wieder daheim und in der Schule: Was tun bei Mobbing? **149**

**Zu guter Letzt: 153**

Über den Zusammenhang von Moral und Manieren

Die Autorin

**160**