

# Turinys

Deramai elgtis madinga – geros manieros nesensta	7
<b>Stilingas elgesys</b>	9
Kontrolinis sąrašas	9
Kokie pasirodome	10
Pirmasis įspūdis	11
Antrasis įspūdis	14
Kūno kalba	15
Kūno priežiūros pagrindai	21
Biurui tinkami drabužiai	27
Oficialioms progoms tinkami drabužiai	33
Kaip teisingai elgtis	40
Kaip stiprinti pasitikėjimą savimi	44
Jauskite saiką	48
<b>Geros manieros ir karjera</b>	51
Kontrolinis sąrašas	51
Gera pradžia – pusė darbo	51
Pagarbus elgesys su kolegomis ir vadovais	57
Įmonių susirašinėjimo stilius ir taisyklės	63
Geras įspūdis posėdžiuose ir pasitarimuose	68
Kaip įveikti konfliktus	74
Jokių nesveikų ambicijų įmonės šventėse!	81
<b>Harmoningas bendravimas</b>	85
Kontrolinis sąrašas	85
Svarbu rasti tinkamus žodžius	86
Kaip sveikintis ir sveikinti, supažindinti ir susipažinti	89
Svečiuose	94
Dovanoti ir būti apdovanotam	98

Dėkojimas	101
Lengvas pokalbis	103
Kaip reikia kalbėtis	105
Susirašinėjimas	108
Skambinimas mobiliuoju telefonu	114
<b>Gero apetito – kultūringas elgesys prie stalo</b>	117
Kontrolinis sąrašas	117
Kaip elgtis prie stalo	118
Pokalbis prie stalo	121
Tvarka ant stalo ir aplink jį	123
Kaip priimti svečius	127
Restorane	132
Gerk, gerk, broleli, gerk...	
Kaip teisingai gerti alkoholį	138
Kaip teisingai naudotis peiliu ir šakute	144
Gražiai valgykime ir ypatingus, ir paprastus patiekalus	150
<b>Mokėjime elgtis svečiose šalyse</b>	160
Kontrolinis sąrašas	160
Svarbiausia – pasiruošti	161
Kelionė	164
Viešbutyje	166
Fotografuokite, bet taktiškai	168
Apie arbatpinigius	169
Kaip kitose šalyse sveikintis ir užkalbinti	171
Punktualumas yra karalių mandagumas	174
Esate pakviesti	176
Viešnagai tinkami drabužiai	179
Mandagūs ir nemandagūs gestai	181
Skirtingi religiniai papročiai	183
Keliaukite stilingai	186
Rodyklė	188