

Tischmanieren

Hier einige einfache Regeln und Vorschläge, wie man sich beim Essen benehmen sollte. Eine Regel wird übrigens erst dadurch besonders wertvoll, dass man sich freiwillig und bewusst daran hält.

Hände waschen

Wasch bitte vor dem Essen jedes Mal deine Hände gründlich, auch wenn sie nicht schmutzig sind. Du verhinderst damit, dass sich Krankheitserreger, die sich möglicherweise an deinen Händen befinden, auf dem Essen ausbreiten können.

Benutze ein Besteck

In Indien ist es zwar üblich, mit den Fingern zu essen, bei uns jedoch isst man mit Messer und Gabel. Hilf mit bei Tischdecken, damit du lernst, welche Teile man benutzt und wo man sie auf dem Tisch sinnvoll platziert.

Warte, bis alle anfangen

Auch wenn du sehr hungrig bist, übe dich in Geduld. Fang erst dann an zu essen, wenn alle am Tisch sitzen und etwas auf dem Teller liegen haben. Es ist auch nett, wenn man sich dann gegenseitig „Guten Appetit“ wünscht.

Sag doch einfach „Bitte“ und „Danke“

Wenn du von jemandem etwas möchtest, zum Beispiel, dass er dir die weit entfernte Schüssel mit den Spagetti reicht, bitte ihn darum und bedanke dich, wenn er deinen Wunsch erfüllt hat.

Nimm kleine Portionen und sprich nicht mit vollem Mund

Nimm nur so viel von einer Speise, wie du wirklich aufessen kannst und wirst. Manchmal ist der Magen eher satt als die Augen. Wenn du noch mehr möchtest, kannst du sicherlich nachlegen. Nimm auch nur kleine Mengen in den Mund. Sprich nicht, wenn du Speisen im Mund hast, sondern warte, bis du sie herunter geschluckt hast.

Spiel nicht mit dem Essen

Lebensmittel sind wertvoll. Andere Menschen haben viel Mühe darauf verwandt, sie zu produzieren. Vielleicht liegt auch Fleisch auf deinem Teller. Dafür ist ein Tier gestorben. Nicht alle Menschen auf der Erde werden satt. Es gibt viele Gründe, weshalb man mit dem Essen nicht spielt und nicht darin herum matscht.

Bitte nicht schmatzen, schlürfen oder rülpsen

In früheren Zeiten hat man das nicht so eng gesehen. Heute empfinden es die meisten Mitmenschen als unhöflich, wenn du schmatzt, schlürfst oder beim Essen rülpst. Sie fühlen sich gestört. Es ist auch auf keinen Fall lustig.

Stehe während des Essens nicht auf

Eine gemeinsame Mahlzeit ist wichtig. Man kann miteinander reden, sich Neuigkeiten berichten und einander zuhören. Da stört es sehr, wenn du oder andere ständig abgelenkt sind. Habe Geduld und warte so lange, bis alle ihre Mahlzeit beendet haben. Erst dann solltest du aufstehen und dich mit etwas anderem beschäftigen.

Beim Essen wird nur gegessen

Es ist eine Unsitte, wenn beim Essen der Fernseher läuft, jemand Zeitung liest oder Radio hört. Erziehe auch deine Eltern entsprechend. Heute verbringen wir oft nur noch wenig Zeit miteinander. Daher sollten wir diese Zeit nutzen, uns etwas zu erzählen und einander zuzuhören. Dazu ist eine gemeinsame Mahlzeit eine gute Gelegenheit.

Du bist kein Dreschflegel

Vor allem, weil man seine Mitmenschen achten und ihnen mit Respekt begegnen sollte, muss man beim Essen auf eine angemessene Haltung achten. Hänge also nicht wie ein Dreschflegel am Tisch, stütze deine Ellbogen nicht auf und sitze gerade.