**Понимание культурных различий**

Каждое общество имеет свои собственные убеждения, взгляды, обычаи, поведение и социальные привычки. Они дают людям представление о том, кто они, как они должны себя вести и что они должны или не должны делать.

Люди начинают осознавать такие правила, когда они встречаются с людьми из разных культур. Например, правила о том, когда есть, различаются в разных культурах. Многие североамериканцы и европейцы составляют свое расписание примерно на три приема пищи в день. В других странах не принято иметь такие строгие правила - люди едят, когда хотят, и каждая семья имеет свое собственное расписание.

Когда люди впервые посещают страну или поселяются в стране, их часто удивляют различия, существующие между их собственной культурой и культурой в другой стране. Для одних людей путешествие за границу — это то, что им нравится больше всего в жизни; для других, однако, культурные различия заставляют их чувствовать себя неуютно, напуганными или даже неуверенными в себе. Это называется «культурный шок».

Когда вы посещаете другую страну, важно понимать и ценить культурные различия. Это может помочь людям избежать недоразумений, легче заводить дружбу и чувствовать себя более комфортно во время путешествия или проживания за границей.

Вот несколько вещей, которые необходимо сделать, чтобы избежать культурного шока:

* Избегайте поспешных суждений; постарайтесь понять людей другой культуры с их собственной точки зрения.
* Осознайте, что происходит вокруг вас и почему.
* Не думайте о своих культурных привычках как о «правильных», а о привычках других людей как о «неправильных».
* Будьте готовы попробовать что-то новое и получить новый опыт.
* Старайтесь ценить и понимать ценности других людей.
* Подумайте о своей собственной культуре и о том, как она влияет на ваши отношения и действия.
* Избегайте негативных стереотипов в отношении иностранцев и их культур.
* Проявляйте интерес, а также уважение, искренность, принятие и заботу о вещах, которые важны для других людей.