



RESPECTO

ABRIL

HABLEMOS DE RESPETO

Vivir el RESPETO es:

- Reconocer el valor y la dignidad de todas las personas.
- Ser amables con nuestras palabras, gestos y acciones.
- Pensar en los sentimientos de los demás.
- Buscar el bien de todos.
- Evitar perjudicar, lastimar u ofender a otros.
- Dialogar para solucionar los problemas.

Al hablar de respeto, es importante ayudar a los niños a reconocerse valiosos y a descubrir que las demás personas también lo son.

Uno de los aspectos que ayuda a los niños a descubrir su valor, es reconocerse como seres únicos. Si bien todas las personas son igualmente valiosas, es decir tienen el mismo valor y todos, sin excepción, merecen ser tratados con respeto, esto no significa que para ser respetuosos debemos tratar a todos de la misma manera, para mostrarles respeto tenemos que tener en cuenta su individualidad, cómo es, qué es lo que le agrada, qué es lo que le hace sentir triste, qué le anima. No podemos leer las mentes de las personas y saber con certeza qué están sintiendo, qué le gusta o qué espera de nosotros, pero podemos observar y escuchar con atención, esto nos ayudará a conocerlas mejor, entenderlas y así poder actuar de una manera más empática y respetuosa.

Las personas solemos ver el mundo a partir de nuestros propios ojos, pero como somos únicas, experimentamos las situaciones de diferente manera. Esto pueden generar muchos mal entendidos, puesto que si la otra persona prefiere estar sola, es probable que no se acerque a quien nota que está triste, pensando que está respetando su tiempo para procesar lo que le ha pasado y está siendo prudente, mientras que quien sí desea la compañía puede asumir que la otra persona es indiferente y no muestra interés. Por eso es importante acercarnos, dialogar, preguntar y tener una mirada abierta para entender la perspectiva de la otra persona. Recordemos que el respeto es un valor universal y que debemos expresarlo a todas las personas, pero cómo lo expresamos, puede cambiar.



Reconocer las características, habilidades, motivaciones de cada persona le permite ir desarrollando un autoconcepto positivo. Por lo tanto, debemos hacer un esfuerzo por evitar comparaciones, así como ir contrarrestando aquellas que otros pueden hacer. Destacar que cada persona es valiosa con esas características y cualidades que lo hacen único y con las cuales aporta algo especial a los demás.

Otro punto importante es cómo decimos las cosas, enseñar a los niños con nuestro ejemplo que podemos expresar lo que nos gusta o no nos gusta, de manera prudente, sin decir calificativos sobre las personas. Procurar que nuestro trato sea cordial con todas las personas. Una sonrisa, un trato amable, denota que reconocemos el valor y la dignidad de esa persona.

Nuestros hijos nos observan y es a través de este ejemplo que ellos van aprendiendo. Cómo nos dirigimos a una persona mayor, a un niño, a alguien que nos está brindando un servicio, a los hombres, a las mujeres... Si nuestro trato es amable sólo con algunos, de alguna manera el mensaje que estamos enviando es que las personas no tienen el mismo valor, algunos merecen respeto, mientras que otros no. El nivel de aprecio puede ser muy diferente, sin embargo la cordialidad o los buenos modales siempre serán una manifestación de respeto: dar las gracias, pedir las cosas por favor, saludar, aceptar los propios errores y ofrecer una disculpa, pedir las cosas antes de tomarlas. Mostrar estos gestos y después incentivar a nuestros hijos a vivirlos con las personas con las que convive, le ayudará a ir practicando el respeto.

Nuestros hijos observan y escuchan cómo nos expresamos de los demás, de su apariencia, de su condición social, de su desempeño. Cuando nosotros utilizamos palabras o expresiones despectivas no estamos mostrando respeto. Cuidar nuestras palabras y tratar de ver la situación con empatía, intentando ver la perspectiva de los demás puede ayudar a nuestros hijos a ser respetuosos y comprensivos.





Además de esto, es importante hacer saber que, si es ofendido o lastimado por alguien, debe expresarlo, por ejemplo diciendo “eso no me agrada, no lo hagas” y pedir ayuda. Ser amable no significa dejarse lastimar o permanecer callado cuando alguien nos hace daño, si bien hay que medir nuestras reacciones y evitar las ofensas, es importante expresar lo que se está sintiendo, exigir que ese comportamiento pare y pedir ayuda. Si nuestros hijos nos cuentan algo así, es importante ser receptivos, escucharlos con atención, validar sus emociones, indagar para entender mejor la situación, y buscar los medios, dentro los límites del respeto, para poner un alto a la situación.

El respeto se construye a partir de pequeños actos diarios, con cada persona que se encuentre a nuestro alrededor, esforzándonos por ponernos en los zapatos del otro y ver su situación con empatía y compasión. Escuchando y mirando a los ojos a nuestros hijos, a nuestro cónyuge... Eligiendo las palabras que utilizamos para dirigirnos y hablar de los demás... Estos actos que parecen sencillos mandan mensajes fuertes, si queremos que nuestros hijos sepan que todas las personas son valiosas y que todos merecen respeto, tenemos que empezar a mostrarlo con nuestras acciones y actitudes.

