

# Educar a niños respetuosos



Cuando sus hijos escuchan la palabra “respeto”, ¿en qué piensan? Explíqueles que al tener en cuenta los sentimientos de los demás, al mostrar agradecimiento a otras personas o al cuidar sus pertenencias, están siendo respetuosos.

Indíqueles que hay varios tipos de respeto: por nosotros mismos, por los demás, por la propiedad y por el medio ambiente. A continuación ponga a prueba estas ideas para ayudar a sus hijos a que entiendan y practiquen todo tipo de respeto.

## Respeto por uno mismo

Quizá sus hijos hayan escuchado que hay que tratar a los demás como les gustaría que los trataran a ellos. Si se respetan a sí mismos les resultará más fácil seguir ese consejo. Los niños que se respetan a sí mismos suelen resistir mejor la presión de los compañeros. He aquí maneras de que sus hijos practiquen el respeto a sí mismos.

● **Conócete a ti misma.** Pregúntele a su hija qué hace bien o de qué se siente orgullosa (por ejemplo, ser buena amiga, terminar un proyecto a tiempo). Saber

reconocer sus rasgos y logros reforzará el respeto por sí misma.

● **Toma postura.** Enseñe a su hijo a defenderse cuando alguien se burla de él o lo humilla. Puede ser difícil mirar a otro niño a los ojos y decirle: “¿Y qué”, pero su hijo se respetará por ello después. *Idea:* Representen esta situación en casa para que se sienta más cómodo.

● **Mantén la salud.** Anime a su hija a cuidarse. Parte del respeto a uno mismo es mantener el cuerpo fuerte y sano haciendo ejercicio, comiendo alimentos nutritivos y

evitando sustancias dañinas como las drogas y los cigarrillos.

● **Esfuézate al máximo.** Cuando su hijo trabaja duro en el colegio demuestra que se respeta a sí mismo. Aprovechar cada oportunidad de aprender demuestra que su propio triunfo es algo importante para él.



continúa

## “Por favor, pásame las arvejas”

Los buenos modales en la mesa demuestran respeto por los demás. Usted puede aprovechar las cenas familiares para enseñar modales a su hija con gentileza.

● Procure que su hija entienda que no pasa nada si no le gusta cierta comida, pero que debe demostrar respeto por la persona que la preparó. Si no está segura de si le gusta algo, sugiérale que tome una porción pequeñita. O si están de visita, podría decir simplemente “No gracias” si no le gusta un alimento determinado.

● Anime a su hija a que sea considerada con los demás para que puedan disfrutar de su comida. Por ejemplo, debería

masticar con la boca cerrada y pedir que le pasen un plato en lugar de agarrarlo desde el otro lado de la mesa.

● Hablen de asuntos agradables. Podría dar ejemplo empezando una conversación sobre temas adecuados (deportes, escuela). Pida a su hija que reserve ciertos temas para otro momento: por ejemplo, debería evitar cosas sobre las que estén en desacuerdo y no contar chistes o historias que no les gustaría escuchar mientras comen.



## Respeto por los demás

Sus hijos pueden demostrar respeto por la gente que los rodea tratándolos con amabilidad y justicia. Pongan a prueba estas sugerencias.

● **Observa ejemplos.** Cuando una persona muestre consideración por usted o por su hijo, coméntenlo. Tal vez alguien le ofreció un carrito en el supermercado o le abrió la puerta en el cine. Explíquelo que es respetuoso tener en cuenta las necesidades y los sentimientos de los demás.

● **Respeto a los maestros.** Obedecer las normas de clase es una forma de que su hija respete a su maestra. Refuerce esto en casa hablando con respeto de la maestra. Si su hija insiste en que una nota o un castigo son injustos, usted podría decir: "Ya sé que estás disgustada, pero estoy segura de que tu maestra tenía una buena razón". Luego, con calma, usted puede preguntar a la maestra por teléfono o por correo electrónico para informarse mejor.

● **Presta atención.** Su hijo puede demostrar respeto durante una conversación prestando toda su atención a quien habla. Mirar a los ojos, afirmar con la cabeza y no interrumpir son señales de que está interesado por lo que dice esa persona. *Idea:* Ejemplifique este comportamiento para su hijo cuando le hable a usted: por ejemplo, no mire el celular ni envíe mensajes de texto mientras le dirige la palabra.



● **Ten deportividad.** Cuando su hija juegue o asista a un partido debería ser respetuosa con los entrenadores, con los jugadores de ambos equipos y con los árbitros. Por ejemplo, aunque no esté de acuerdo con una decisión arbitral, debería seguir jugando en lugar de quejarse o de hacer un comentario negativo. Explíquelo que los ritos como aplaudir con cortesía cuando el equipo visitante entra al gimnasio o darse la mano con los contrincantes demuestra que el respeto es importante en el deporte.

## Respeto por la propiedad

Explique a sus hijos que responsabilizarse de sus pertenencias y tener cuidado con las de otros demuestra respeto. Las siguientes ideas pueden serles útiles.

● **Cuida de tus pertenencias.** Su hijo puede proteger las cosas que usted le ha dado o que se ha comprado él mismo

(juguetes, ropa) colocándolas en su sitio cuando no las esté usando. Así no se romperán ni rasgarán y durarán más. También puede ayudar a cuidar el hogar: no debería dejar huellas de barro sobre la alfombra y debería usar los objetos frágiles (vasos, platos) con cuidado.

● **Respeto al medio ambiente.** Enseñe a su hijo a respetar la propiedad pública y privada como los parques o las zonas ajardinadas. Por ejemplo, debería limpiar la suciedad que deje su perro y caminar sobre las aceras y los senderos en lugar de hacerlo por la hierba.



● **Devuelve los préstamos a tiempo.** La biblioteca es un sitio estupendo para practicar el respeto por los materiales compartidos. La próxima vez que usted y su hija puedan ir, dígame que piense en formas de ser considerada. Por ejemplo, el uso cuidadoso de los libros (sin doblar las esquinas ni escribir en ellos) los mantiene en buena forma para que otras personas los disfruten. También es importante devolver los libros a tiempo para que otros puedan leerlos.

## Reduce, reutiliza, recicla... respeta

Su hijo puede demostrar respeto por la tierra ayudando a conservarla limpia y saludable hoy y para las generaciones futuras. Comparta con él estas ideas:

1. Pídale a su hijo que le ayude a recoger ropas y juguetes que ya no le sirven. Dónelos a una organización caritativa para que esos objetos puedan volver a ser usados.
2. Separen objetos de plástico, papel y vidrio para el reciclaje. Explique que el reciclaje reduce los desperdicios que se acumulan en los vertederos. Y reciclar materiales en vez de fabricar otros nuevos conserva recursos naturales.



3. Que su hijo lleve bolsas de la compra reutilizables cuando vayan a la tienda. Explíquelo que usar estas bolsas supone que no necesitan desperdiciar bolsas desechables de papel o de plástico.
4. Cuando vayan de paseo llévense una bolsa de la basura y recojan la basura que encuentren en las aceras y en las áreas con hierba. *Idea:* Participen en una limpieza comunitaria en familia.

## Home & School CONNECTION

Resources for Educators, a division of CCH Incorporated ■ 128 N. Royal Avenue, Front Royal, VA 22630 ■ 540-636-4280

© 2011 Resources for Educators, a division of CCH Incorporated