

# Cómo respetar y ser respetados

Ser respetuoso ayuda a sus hijos a llevarse bien con sus familiares, sus maestros y con sus colegas. Este importante hábito puede llevar al triunfo en la escuela y en el futuro. Anime a su hija a que trate bien a los demás, a que use buenos modales y a que obedezca las normas.



## Respetarse a uno mismo

Las personas que se respetan a sí mismas creen que los demás deberían tratarlos bien a ellos. He aquí formas de que su hija fomente el respeto a sí misma.

**Sé fiel a ti misma.** Su hija se ganará el respeto a sí misma si sabe quién es y defiende aquello en lo que cree. Por ejemplo, si disfruta del tiempo que pasa sola, no debería sentirse presionada a aceptar todas las invitaciones para salir con sus amigos. Si piensa que los niños no deberían fumar, no debería dar a entender que los cigarrillos son algo apetecible. Puede que no sea siempre fácil, pero a la larga se respetará más a sí misma.



**Esfuézate al máximo.** Al trabajar duro en la escuela y en las actividades extraescolares, su hija demuestra que se respeta. Explíquele que usted quiere que se esfuerce en todo lo que haga. Por ejemplo, al hacer los deberes con esmero, al estudiar para sus exámenes y al practicar su instrumento musical con regularidad está demostrando que se enorgullece de su trabajo.

## Respeto a los demás

Su hijo no estará siempre de acuerdo con todo el mundo. Estas ideas pueden ayudarlo a respetar a la gente en distintas situaciones.

**Dé ejemplo.** Su hijo aprenderá siguiendo el ejemplo que usted le dé. Si él es irrespetuoso, aproveche esa oportunidad para

ejemplificar respeto. Concéntrese en su comportamiento (“No me gusta tu forma de dirigirte a mí”) en lugar de en él (“¿Qué grosero eres!”). *Consejo:* Refuerce su comportamiento respetuoso resaltándolo. Por ejemplo, si le dice a usted que le molestó que usted mencionara sus malas notas en presencia de su tía, usted podría decirle: “Te agradezco que esperaras a que volviéramos a casa para mencionármelo. Vamos a hablar de ello ahora”.

**Concéntrese en palabras y en actos.** Pídale a su hijo que considere cómo afecta a los demás lo que él dice y hace. ¿Consigue que la gente se sienta respetada? Por ejemplo, si saca una nota que no entiende, practique con él la manera de hablar con su maestro con respeto. (“No comprendo por qué saqué una C. ¿Tiene tiempo para explicármelo?”) O si no disiente con un compañero sobre quién debería ser elegido como presidente del consejo escolar,

podría concentrarse en los asuntos en lugar de criticar a los candidatos. *Idea:* Dígale que piense en personas a las que admira y en cómo hablan y se comportan con los demás. Pueden ayudarlo a entender qué apariencia tiene el respeto.



continúa



## Atención a los modales

El empleo de modales elementales comunica respeto. Ayude a su hijo a causar buena impresión con estos consejos.

**Practica modales de uso corriente.** Prepare a su hijo para situaciones comunes practicando el comportamiento correcto. Por ejemplo, representen cómo presentar a alguien. (“Natalie, éste es Jack. Jack, te presento a Natalie”). También puede practicar la forma de recibir una felicitación con elegancia sonriendo y diciendo “Gracias”.

**Comenten algunos desafíos a las normas de etiqueta.** Piensen en situaciones en las que pueda encontrarse su hijo sin saber qué debe hacer. Hablen de qué puede hacer si alguien le da un regalo de cumpleaños y él ya tiene ese objeto. Explíquelo que

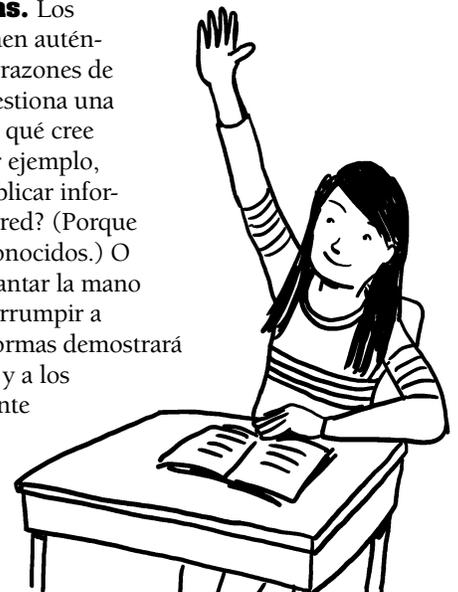
puede ser sincero y correcto a la vez. (“Es mi color favorito. ¡Gracias!”) O si recibe una llamada telefónica cuando está en la fila para ordenar comida puede salirse de la fila para atender la llamada o devolverla más tarde.

## Seguir las normas

La obediencia a las normas muestra respeto a la autoridad y puede contribuir a la seguridad de su hija y a que se lleve bien con los demás.

**Haga responsable a su hija de sus actos.** Demuestre a su hija que usted se toma en serio las normas de la escuela y del hogar, dando por sentado que ella las obedecerá. Por ejemplo, si el código de vestimenta de la escuela prohíbe vestirse con camisetas de tirantes, no permita que se las ponga. Cuanto más apoye usted las normas, más probable será que su hija las respete.

**Explique las normas.** Los niños de esta edad tienen auténtica curiosidad por las razones de las cosas. Si su hija cuestiona una norma, pregúntele por qué cree que es importante. Por ejemplo, ¿por qué no puede publicar información personal en la red? (Porque podrían verla los desconocidos.) O ¿por qué tiene que levantar la mano en clase? (Para no interrumpir a nadie.) Al seguir las normas demostrará respeto a sus maestros y a los demás. Y cuando la gente se sienta respetada, lo más probable es que también la respete a ella.



## Con deportividad

Los jóvenes atletas que tratan con dignidad a sus contrincantes, a sus compañeros de equipo, a los entrenadores y a los árbitros, muestran buen carácter y como resultado se ganan el respeto de esas personas. Comparta con sus hijos estas formas de demostrar respeto en el campo o en la cancha:

- Sigue las reglas del juego, independientemente de que lo vean o no los entrenadores o los árbitros.
- Evita las “provocaciones” para intimidar o humillar a tus contrincantes.
- Acepta con elegancia las decisiones del árbitro, aunque no estés de acuerdo.



Usted también puede dar ejemplo a sus hijos cuando vean un evento deportivo, siguiendo estos consejos:

- Anime (“¡Bien hecho!”) y evite abuchear o hacer comentarios negativos.
- Sea amable con el equipo contrario y sus seguidores. Por ejemplo, saludelos o felicítelos si ganan.
- Comente en privado sus inquietudes con el entrenador de sus hijos, en lugar de hacerlo delante de otros jugadores.

## Middle Years