

RESPETO

Definición

Es reconocer, apreciar y valorar a mi persona, así como a los demás, y a mi entorno. Es establecer hasta dónde llegan mis posibilidades de hacer o no hacer, como base de toda convivencia en sociedad.

Tema

El respeto es reconocer en sí y en los demás sus derechos y virtudes con dignidad, dándoles a cada quién su valor. Esta igualdad exige un trato atento y respetuoso hacia todos. El respeto se convierte en una condición de equidad y justicia, donde la convivencia pacífica se logra sólo si consideramos que este valor es una condición para vivir en paz con las personas que nos rodean.

Se debe cultivar el respeto para construir, nunca para destruir; buscar hacer el bien es la antesala del amor sincero. Debes quererte cuidando tu cuerpo, no realizar acciones que puedan representar un daño para ti; es aquí donde tu integridad tiene que ser lo más valioso y con esto estarás demostrándote el respeto hacia tu persona, para así poder gozar de tu bienestar físico y mental.

Otro aspecto que involucra el respeto es el de proteger la vida de nuestro planeta, y una forma de demostrarlo es cuidando la limpieza del agua, aire y suelo, plantar árboles para que la tierra se quede entre las raíces y no se las lleven ni el agua ni el viento, usar solo el agua que necesitamos, defender la vida de las selvas y los bosques; recuerda que el hombre, las plantas y los animales compartimos el mismo planeta.

Este sentido de honor y de valor puede extenderse a la naturaleza. La falta de respeto y trabajar en contra de la naturaleza ocasiona un desequilibrio ecológico y desastres naturales; entonces extendamos el respeto hacia los recursos naturales, para que la humanidad pueda vivir con seguridad y abundancia.

Así, la vida del hombre está basada en las relaciones que establece con la naturaleza y cómo hace uso de ella para mejorar su calidad de vida.

❖ **Cómo desarrollar el respeto**

Sabías que...una persona respetuosa es aquella que:

- Reconoce y promueve los derechos de los demás sin distinción de edad, sexo ni clases.
- Utiliza la empatía para comprender y aceptar a todos.
- Se respeta a sí mismo y por ello no acepta lo que le puede dañar física, mental y espiritualmente.
- Acepta y cumple las leyes y normas que establece nuestra sociedad.
- Agradece a otras personas lo que hacen por ella.

❖ **Piensa positivamente**

“Me valoro y defiendo la vida en todas sus manifestaciones, humana, animal y vegetal”.

“Doy valor y respeto a las expresiones propias y ajenas”.

“Hago el uso correcto de los lugares colectivos para que los puedan usar los demás”.

❖ **Para reflexionar**

Decálogo del respeto

1. Respetar a una persona es tratarla como se merece, de acuerdo a su dignidad de ser humano (todos somos iguales en este sentido), y a la posición que ocupa en una colectividad.
2. Vivir los buenos modales y las normas de educación son señales claras de respeto a los demás.
3. El respeto implica no apropiarse de ideas ajenas, lo cual sería un robo; también reconocer los méritos de los demás, sin apropiarse del éxito ajeno, lo cual es otra injusticia.
4. El respeto implica valorar a cada persona, su reputación y sus pertenencias.
5. Cuando no se puede hablar bien de una persona es mejor callar. Evite juzgarla, si no tiene obligación de ello.
6. La murmuración destruye el ambiente del trabajo, pues daña las relaciones interpersonales. No inicie ni propague chismes bajo ninguna excusa.
7. El respeto es también tolerancia, es decir no atropellar a otras personas y valorar las diferencias. Pero hable claro de sus ideas.
8. La cortesía, la amabilidad, el agradecimiento, la puntualidad, las caras amables... son actos que demuestran respeto.
9. Separar los hechos de las personas está en la raíz del auténtico respeto: la conducta inapropiada se debe corregir; en cambio a las personas se les comprende.
10. Valentía para expresar y defender las ideas propias: respeto y consideración de las ideas ajenas. El equilibrio entre estas dos posturas es señal de madurez.

Que implica el respeto en la familia:

- Aprender a reconocer cuando algo no es nuestro para no hacer uso de el
- Decir las cosas como son, sin temor al regaño
- Actuar de acuerdo a nuestras decisiones sin ofender a los demás
- Respetar a los demás en relación con sus sentimientos