

Respecte

El respecte és l'actitud de reconeixement dels drets de les persones i la valoració de la seva identitat, opinió o manera de pensar... És la base fonamental per a una convivència justa i pacífica entre tots els membres de la societat. La manca de respecte pot generar conflictes en tots els àmbits: personals, familiars, escolars, socials...

El respecte té a veure amb una manera especial de mirar i tractar els altres. És una aproximació a les persones amb una mirada atenta, però amb una certa cura, sense envair el seu espai. El respecte dista tant de la violència com de la indiferència.

Cal no confondre respecte amb tolerància; aquesta no implica aproximar-se als altres, sinó que té més a veure amb la indiferència.

Tot i la importància d'aquest valor, malauradament, veiem sovint actituds ben diferents al carrer, als mitjans de comunicació..., com la manca de diàleg, crits, insults... És important que la família eduqueu, amb el vostre exemple i la vostra tasca educativa, per contrarestar aquests models negatius que reben els vostres fills des de ben petits.

El respecte comprèn tots els àmbits de la vida: respecte a un mateix, als altres i al món.

Respecte a un mateix

Respectar-se un mateix és atendre i satisfer les pròpies necessitats, conèixer i valorar les pròpies qualitats i valors i acceptar els errors. Només aprenent a respectar-se un mateix es pot respectar, valorar i acceptar les diferències i els errors dels altres.

El coneixement i l'acceptació que tenen els vostres fills d'ells mateixos encara s'està formant. El fet de sentir-se estimat i respectat per la família és molt important per créixer i desenvolupar-se amb seguretat i autoestima.

D'altra banda, és important que el vostre fill entengui que el respecte a un mateix no ha de dependre de l'opinió o el reconeixement dels altres. Si aquest desig d'acceptació és massa gran, pot portar-los problemes d'inseguretat, de dependència o de baixa autoestima que no els deixarà manifestar la seva personalitat i dificultarà les relacions amb els altres.

Respecte als altres

Respectar l'altre és reconèixer-lo i acceptar-lo. És fonamental que els pares eduqueu els fills des de ben petits en el respecte. La millor manera d'aconseguir-ho és amb la vostra actitud i el vostre exemple. Quan els fills veuen que reconeixeu els drets de les altres persones –siguin com siguin o vinguin d'on vinguin- quan valoreu les seves creences i opinions, aprenen el valor del respecte: una societat diversa, intercultural i madura només es pot construir a partir del diàleg i del respecte.

Un cas molt especial és el del reconeixement i el respecte que els nens i joves han de tenir cap a les persones responsables de la seva educació: pares, docents, gent gran... Educar és la capacitat d'influir, de guiar i d'orientar i cal un cert reconeixement i autoritat per fer-ho.

En el cas dels centres educatius, hi ha casos en què es manifesta el poc reconeixement i respecte d'alguns alumnes cap als docents. A part del que suposa com a manca d'un valor humà fonamental, aquest fet també pot tenir altres conseqüències, com que considerin irrellevant allò que el professor els està ensenyant, desaprofitin les classes i baixi el seu rendiment escolar. Aquest fet no és casual, sinó que veu de la imatge social que, algunes vegades, es té dels docents, i en particular de la que algunes famílies transmeten als seus fills. Cal que tingueu en compte que si els vostres fills veuen que valoreu i respecteu la tasca educativa dels seus mestres o professors, tindran una millor disposició davant dels aprenentatges.

Així mateix, el món de l'esport ens transmet en ocasions imatges de manca de respecte entre jugadors, baralles d'espectadors, pares que criden o insulten l'equip contrari quan juguen els seus fills... Cal tenir una cura especial, ja que tot el que es relaciona amb l'esport té molta incidència en nens i joves. Convé treballar els valors que aporta l'esport, com l'esforç, la responsabilitat, el treball en equip, la humilitat...

Respectar els altres comporta, també, actituds respectuoses amb les coses i els espais que s'han de compartir a casa, a l'escola, als parcs, biblioteques, teatres, museus, cinemes, etc.

Respecte al món

Respectar el món és valorar i tenir cura del seu entorn més proper i que es relaciona amb la natura i el medi ambient: els animals, les plantes i tot allò que fa possible la vida al nostre planeta.

És important que s'eduqui bé els fills en el respecte a la natura: no tan sols fent que aprenguin a valorar-la sinó també a conservar-la.

En general, per desenvolupar el respecte en els vostres fills és convenient que:

- Els ajudeu a conèixer i a acceptar les seves capacitats i limitacions perquè aprenguin a respectar-se ells mateixos.
- Parleu amb ells i els feu conscients que per afavorir el respecte en ells mateixos no han de dependre de les opinions ni del reconeixement dels altres; que han d'aprendre a autovalorar-se i a creure en ells mateixos; en definitiva, a acceptar-se i estimar-se.
- Els ensenyeu a aproximar-se als altres i relacionar-se amb una mirada atenta, és a dir, mostrant-se atent a allò que els altres poden necessitar o ens aporten.
- Els ensenyeu a acostar-se als altres, però sense envair-los, amb cura.
- Els ensenyeu a defensar les seves opinions sense mostrar conductes agressives.
- Els ajudeu a reconèixer, comprendre i apreciar les emocions, la fragilitat i els sentiments dels altres.
- Sigueu un bon exemple per a ells, sent respectuosos amb tothom, evitant les crítiques als altres i respectant les diferents idees i opinions.
- Procureu mantenir una actitud de respecte dins la família tenint una bona comunicació entre tots els membres, mostrant confiança en els altres, valorant les opinions, fent una escolta activa...
- Els ensenyeu que el diàleg és la base del respecte en la societat en què vivim.
- Utilitzeu un llenguatge correcte davant dels vostres fills, perquè després el facin extensiu en totes les seves relacions.

- Sigueu crítics i feu reflexionar els fills davant la manca de respecte que es pot percebre en alguns mitjans de comunicació.
- Els ensenyeu, amb el vostre exemple, la necessitat de respectar la privacitat de les persones, els seus espais, les seves coses personals, les seves converses amb amics, etc.
- Els ensenyeu normes bàsiques de comportament i de cortesia, necessàries per a les relacions socials: demanar les coses "si us plau", donar les gràcies, demanar permís, saber demanar disculpes, escoltar sense interrompre.
- Corregiu els comportaments inadequats i les manques de respecte en les seves relacions socials, tant en la manera de parlar com en les seves accions.
- Marqueu límits i normes de comportament que reforcin el respecte als adults.
- Reconegueu i valoreu els esforços i conductes respectuoses dels vostres fills, comentant les situacions que s'han donat, felicitant-los...
- Respecteu davant dels vostres fills les decisions dels docents, destacant tot el que aporten a la seva educació. En cas de desacord, és bo parlar amb els professors directament.
- Els ensenyeu a tenir una actitud respectuosa amb les coses i en els espais que s'han de compartir tant a casa com a fora (biblioteques, teatres, monuments, museus, cinemes)
- Els ensenyeu a cuidar el seu entorn més proper perquè aprenguin a respectar el conjunt de la natura (parcs, jardins...).
- Els expliqueu la necessitat de no malgastar els recursos naturals del planeta, ja que són limitats.
- Impliqueu els vostres fills en la tasca de reutilitzar o reciclar objectes o deixalles.

3-6 anys

Respecte

En aquesta edat els nens tenen la necessitat de provar els límits que els marqueu i sovint s'hi oposen dient "no". Per aconseguir que els respectin és molt important que no canvieu d'opinió i sigueu coherents en les actuacions.

És important que els pares valoreu i feliciteu els vostres fills quan actuen correctament: no cridar ni fer massa soroll per no molestar els altres, no tocar el que no és adequat a la seva edat, no dir paraules malsonants... Aquesta actitud els fa estar contents amb el que fan i els ajuda a anar agafant seguretat.

En aquesta edat, cada cop els agrada més establir relacions amb els altres. Per aquest motiu cal que els demaneu que comencin a utilitzar pautes de relació social i de comportament, com saludar o donar les gràcies, no molestar els germans quan fan deures, no agafar les coses dels altres, cuidar espais comuns, no cridar, portar-se bé a l'escola...

Heu de transmetre aquestes normes amb paraules clares i senzilles i acompanyar-les de gestos o expressions coherents amb les paraules que els nens puguin comprendre fàcilment. És preferible anar-ho introduint de mica en mica per tal que sigui més fàcil el seu compliment. De la mateixa manera, els pares heu de saber dir "no" davant de conductes que puguin comportar un perill per a ells o per als altres, o que representi qualsevol actitud poc respectuosa.

La cura i el respecte a la natura s'aprenen a partir de vivències. Val la pena aprofitar el temps de família per gaudir de la natura amb respecte. També podeu regar les plantes de casa amb ells o mirar i llegir contes sobre el tema.

De mica en mica poden començar a col·laborar amb vosaltres en les tasques de classificar residus i portar-los als contenidors, reutilitzar objectes, reduir el consum d'aigua i llum...

En general, per desenvolupar el respecte en els vostres fills és convenient que:

- Valoreu i reforceu els aspectes positius dels vostres fills, felicitant-los i ajudant-los a millorar les seves capacitats.
- Ajudeu-los a esforçar-se a acceptar les seves limitacions, acompanyant-los i animant-los en el seu esforç.
- Mostreu una actitud d'escolta davant les manifestacions de sentiments i emocions dels vostres fills, ajudant-los a pensar sobre el que els passa i com canviar les conductes si cal.
- Els feu adonar de les seves pròpies emocions i les dels altres, parlant amb ells, utilitzant contes, jocs... que els ajudin a reconèixer aquests sentiments i a posar-se en el lloc de l'altre.
- Mostreu afecte i consideració pels altres i accepteu les diferents opinions per tal de demostrar als vostres fills la importància de ser respectuosos amb tothom.
- Parleu amb ells amb un to de veu adequat i escolteu amb atenció les seves opinions; així els ensenyeu que us escoltin amb la mateixa atenció.
- Utilitzeu un llenguatge correcte davant dels vostres fills, fent de model perquè després el facin extensiu en totes les seves relacions.
- Els ensenyeu a respectar els espais i les coses dels altres: no entrar a l'habitació dels germans o pares sense demanar permís, no prendre les coses dels altres...
- Els ensenyeu a utilitzar normes bàsiques de cortesia (gràcies, si us plau...) amb els vostres fills per tal que les interioritzin i comencin a utilitzar-les progressivament.
- Eviteu perdre els nervis en situacions conflictives. Espereu a trobar el moment oportú per parlar amb ells serenament i doneu exemples de com haurien de comportar-se.
- Els ensenyeu a escoltar i a obeir la gent gran.
- Manifesteu la vostra autoritat sent constants, coherents i pacients, però també fermes a posar límits i normes.
- Els feu conscients que hi ha conseqüències quan no compleixen les normes, renyant-los, deixant-los sense una cosa que els agrada o uns minuts a la seva habitació perquè pensin, fent una acció reparadora...
- Reforceu el seu comportament respectuós amb comentaris positius i corregiu-lo sempre que no sigui l'adequat.
- Respecteu davant d'ells les decisions dels seus mestres. En cas de desacord, és bo parlar amb els mestres directament. D'aquesta manera els ensenyeu a tenir una actitud respectuosa amb els mestres i afavoriu el seu èxit escolar.
- Establiu algunes normes que impliquin tenir cura de l'espai familiar, com recollir les joguines, ajudar a parar taula... i d'altres que respectin els espais socials, com no pujar dempeus als seients dels transports públics, llençar els papers a la paperera, no cridar...
- Els acostumeu a cuidar l'entorn: les plantes, flors dels parc, la natura...
- Els consciencieu de mica en mica, a través de contes i històries, sobre la situació actual del planeta.
- Feu que us ajudin a reciclar els objectes o deixalles de casa.

- Expliqueu als vostres fills contes o històries perquè vegin la importància de reciclar i reutilitzar els objectes per evitar despeses innecessàries i malgastar els recursos naturals del planeta.

6-12 anys

Respecte

En aquesta edat els vostres fills us segueixen tenint com els seus models. Els pares heu de prendre una actitud coherent entre el que dieu i el que feu per aconseguir el seu respecte.

Cal que valoreu i feliciteu els vostres fills pels seus intents i esforços a millorar, ressaltant el que fan bé: fer els deures, endreçar l'habitació, ajudar a casa... D'aquesta manera tindran més seguretat en ells mateixos.

En aquest moment ja tenen capacitat per valorar si una conducta està bé o malament. Poden raonar sobre el seu comportament i entendre els efectes de les seves accions. Per aquest motiu és important que els ensenyeu a pensar en les conseqüències del que fan.

Cal que els pares sapigueu dir "no" d'una manera clara quan el seu comportament no és l'adequat.

És convenient que els ajudeu a entendre i assolir l'ús de normes socials, com demanar les coses dient "si us plau", donar les gràcies, demanar permís, saber demanar disculpes, fer elogis, escoltar sense interrompre...

També han de tenir cura dels espais comuns, fent servir les papereres al carrer, no posant els peus sobre els seients als transports públics o als bancs...

En aquesta etapa la cura i el respecte a la natura es pot incorporar espontàniament. Val la pena aprofitar el temps de família per gaudir de la natura amb respecte.

També poden col·laborar amb vosaltres en les tasques de classificar residus i portar-los als contenidors, reutilitzar objectes, reduir el consum d'aigua i llum...

En general, per desenvolupar el respecte en els vostres fills és convenient que:

- Valoreu i feliciteu els vostres fills per reforçar els aspectes positius de la seva personalitat.
- Els acompanyeu perquè es facin una idea d'ells mateixos, de les seves capacitats i dels seus límits.
- Els feu costat i els ajudeu a analitzar els motius de situacions de conflicte o dubtes personals a causa de les opinions dels altres.
- Els feu adonar que la valoració que tenen d'ells mateixos no pot dependre del que opinin els altres.
- Us mostreu disponibles a parlar amb els vostres fills amb una actitud oberta, animant-los a expressar i defensar el que pensen, sense mostrar, però, conductes agressives.
- Els feu adonar de les seves pròpies emocions i les dels altres, parlant amb ells a partir de les coses que els passen en el dia a dia, llegint llibres, veient pel·lícules...

- que els ajudin a reconèixer els sentiments dels altres. D'aquesta forma aprendran a posar-se en el lloc dels altres, comprendre'ls i acceptar-los millor.
- Mostreu afecte i consideració pels altres i accepteu les diferents opinions, eviteu fer judicis i crítiques dels altres... per tal de demostrar als vostres fills la importància de ser respectuosos amb tothom.
 - Establiu a casa un clima de confiança i de diàleg respectuós, utilitzant un to de veu adequat, escoltant amb atenció les seves opinions i ensenyant-los a respectar les dels altres.
 - Utilitzeu un llenguatge correcte davant dels vostres fills, fent de model perquè després el facin extensiu en totes les seves relacions.
 - Corregiu els vostres fills en cas que utilitzin un llenguatge poc respectuós.
 - Els feu reflexionar sobre la importància de respectar la privacitat dels altres: els espais, les coses personals, els correus electrònics, la llibreta de deures, les converses...
 - Insistiu que facin servir normes de comportament i de cortesia en les seves relacions socials: demanar les coses "si us plau", donar les gràcies, demanar permís, saber demanar disculpes, saber escoltar sense interrompre...
 - Eviteu perdre els nervis en situacions conflictives. Espereu a trobar el moment oportú per parlar amb ells serenament i feu-los reflexionar sobre com haurien de comportar-se en cada situació: a casa, a l'escola, al carrer, en els transports públics... i el perquè.
 - Insistiu que han de respectar la gent gran, escoltant-los i tractant-los bé.
 - Manifesteu la vostra autoritat sent constants, coherents i pacients, però també fermes en posar límits i normes.
 - Els feu conscients que hi ha conseqüències quan no compleixen les normes, renyant-los, fent una acció que repari el que han fet malament, no deixant-los fer una activitat o una cosa que els agrada, deixant-los una estona a la seva habitació...
 - Reforceu el seu comportament respectuós amb comentaris positius i corregiu-lo sempre que no sigui l'adequat.
 - Respecteu les decisions dels mestres dels vostres fills sense qüestionar-les ni manifestar davant seu un possible desacord. Així els ensenyeu a acceptar i valorar l'autoritat dels mestres i afavoreu el seu èxit escolar.
 - Els transmeteu la necessitat de normes que impliquin tenir cura de l'espai familiar, com encarregar-se d'una feina de la casa, no posar la música massa alta per no molestar els veïns... i d'altres que respectin els espais socials, com no embrutar ni malmetre mobiliari urbà, jugar a futbol en l'espai reservat...
 - Els transmeteu el respecte per la natura i el medi ambient amb activitats en família: passejos pel bosc, plantant i cuidant plantes...
 - Els animeu a fer un consum responsable lligat als recursos naturals del planeta, reduint el consum d'aigua, de gas, de llum... o, per exemple, tancant l'aixeta mentre ens rentem les dents, tancant els llums si no hi ha ningú en una habitació...
 - Impliqueu els vostres fills en la importància de protegir el medi ambient fent-los participar en tasques com reutilitzar joguines, separar els materials per reciclar, portar-los als contenidors, visitar un punt verd...