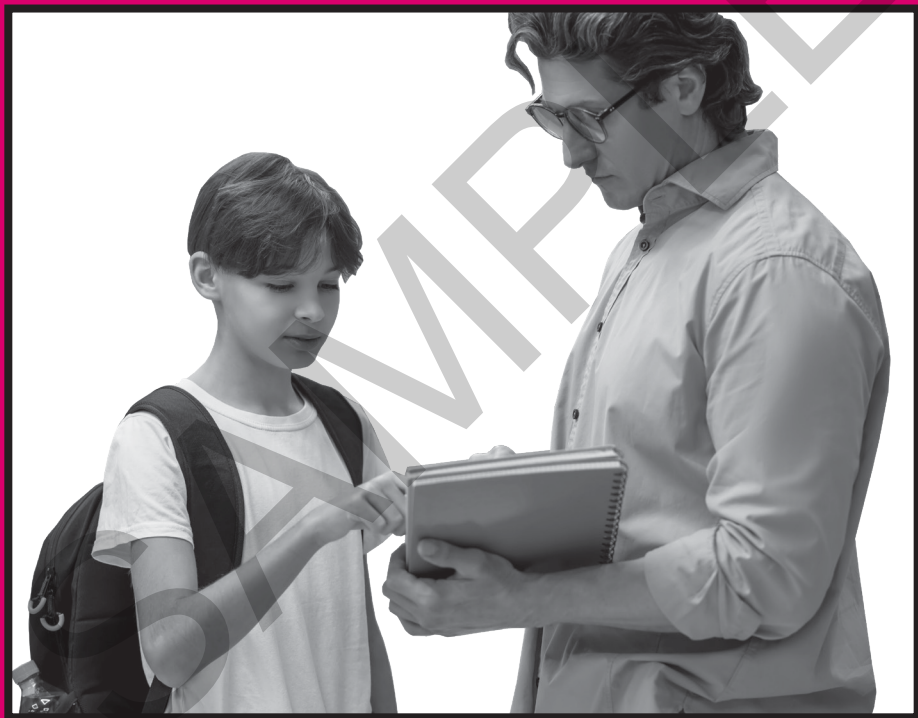


# Fomentando el respeto

*hacia uno mismo  
y los demás*



*Maneras en que las familias pueden ayudar  
a sus hijos a rendir mejor en la escuela*



# Por qué es importante el respeto

Los niños que se respetan a sí mismos y a los demás obtienen los mejores resultados en la escuela y en la vida. Ayudan a hacer de la escuela un lugar mejor para que todos aprendan, demostrando un comportamiento positivo y aceptando las diferencias de las personas. Y cuando crecen se convierten en miembros respetuosos de la comunidad que se llevan bien con sus vecinos y compañeros de trabajo.

Pero las escuelas por sí solas no pueden enseñarles a los niños todo lo que necesitan saber sobre el respeto. Tampoco pueden proporcionarles suficiente práctica. Los niños aprenden respeto mediante la vida cotidiana y el trabajo con los demás. Eso significa que el hogar —con los padres, hermanos, familiares, amigos y vecinos— es un lugar importante para fomentar el respeto.

Este folleto está repleto de consejos prácticos, ideas y actividades que puede utilizar a diario para ayudar a su hijo a respetarse a sí mismo y a los demás.

**Consejo:** *No espere poner en práctica de inmediato todas las ideas de este folleto. La mejor manera de hacer cambios es gradualmente. Enfóquese en una o dos ideas por vez, ¡y no olvide celebrar el progreso!*

# Respeto no es lo mismo que obediencia

Para enseñarle respeto a su hijo, es importante que comprenda que el respeto no es lo mismo que la obediencia. Todos los padres quieren respeto. Pero algunos cometen el error de *exigirles* respeto a sus hijos.

Tal vez digan cosas como, "¡Párate derecho!" o "¡Nunca vuelvas a hablarme así!"

Lo que no se dan cuenta estos padres es que, de esta manera, probablemente no obtengan respeto. Los padres que exigen que sus hijos hagan a ciegas lo que ellos dicen podrían únicamente conseguir que sus hijos obedezcan con enojo. O puede que sus hijos los obedezcan por miedo. El miedo les enseña a los niños algo totalmente diferente del respeto.

El respeto es una calle de doble sentido. La mejor manera de enseñarles respeto a los niños es ser respetuoso con ellos. Los niños deben aprender cómo se siente el respeto. Solo entonces sabrán transmitírselo a los demás.

Un ambiente de respeto mutuo crea un clima ideal para un comportamiento positivo en casa y en la escuela. Los niños que respetan a los adultos los obedecen porque quieren hacerlo. Ellos comprenden que los adultos velan por sus intereses.

El respeto también crea un clima ideal para el aprendizaje. Es por eso que los educadores están tan interesados en enseñarles a los niños un comportamiento respetuoso. Y el respeto también mejora las relaciones familiares.

**La mejor manera de enseñarles respeto a los niños es ser respetuoso con ellos.**

## UN CUESTIONARIO PARA PADRES

# ¿Le muestra respeto a su hijo?

Un niño que se siente respetado tiene más probabilidades de respetarse a sí mismo y a los demás. Responda este cuestionario para ver si demuestra respeto por su hijo. Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

- \_\_\_ 1. **Realmente escucho** cuando mi hijo me dice algo. Dejo de hacer lo que estoy haciendo. Lo miro y evito interrumpirlo.
- \_\_\_ 2. **Intento ser justo**. Escucho a mi hijo antes de llegar a una conclusión.
- \_\_\_ 3. **Le muestro cortesía normal a mi hijo**. Digo *perdón*, *gracias*, *por favor*, y nunca utilizo expresiones como *cállate*.
- \_\_\_ 4. **Respeto la intimidad de mi hijo**. Le doy tiempo para que esté solo. Llamo a la puerta antes de entrar en su habitación.
- \_\_\_ 5. **Le doy a mi hijo la posibilidad** de escoger lo que quiere hacer, comer, vestir o cuándo hacer sus tareas.
- \_\_\_ 6. **Respeto las decisiones de mi hijo** en todos los temas, salvo en los más críticos, aunque no sean las que yo preferiría. Dejo que él resuelva la situación y aprenda de sus errores. Evito decir, "Yo te lo dije".
- \_\_\_ 7. **Hablo abierta y honestamente con mi hijo**. Comparto mis sentimientos y acepto nuevos puntos de vista. Y ningún tema está prohibido cuando hablamos.
- \_\_\_ 8. **Me tomo en serio los problemas de mi hijo**. Intento responder a sus preguntas. Hago preguntas para ayudarlo a encontrar soluciones.
- \_\_\_ 9. **Pido la opinión de mi hijo con frecuencia**. "¿Qué te parece mejor?" "¿Qué harías tú en esta situación?"
- \_\_\_ 10. **Disciplino a mi hijo en privado**; nunca delante de sus amigos.

## ¿Cómo le fue?

Cada respuesta *sí* significa que usted le está mostrando respeto a su hijo. Para cada respuesta *no*, pruebe esa sugerencia del cuestionario para fomentar el respeto en su hijo.

# ¿Es usted un modelo de respeto?

**E**s importante decirles a los niños que deben ser respetuosos. Pero todos los consejos y sermones del mundo no tendrán impacto si los adultos no hacen ellos mismos lo que les piden a sus hijos. Para enseñarle respeto a su hijo, sea usted mismo un modelo de respeto. ¿Cómo lo está haciendo?

- **¿Cumple usted las leyes** (como llevar puesto el cinturón de seguridad y respetar el límite de velocidad)? ¿Habla de la importancia de hacerlo?
- **¿Habla con respeto** de los maestros, oficiales de policía y otras personas con autoridad?
- **¿Es usted cortés y respetuoso?** ¿Trata con respeto a las personas que tienen creencias diferentes de las suyas?
- **¿Demuestra con sus acciones** que usted respeta a sus padres y a los miembros mayores de su familia? ¿Les habla con respeto? ¿Los ayuda?
- **¿Trata a los demás** como desearía que lo trataran a usted, y habla de ello con su hijo?
- **¿Considera las opciones morales en voz alta**, dejando que su hijo lo vea analizar preguntas como, "¿Qué es lo correcto?" "¿Cómo desearía que me trataran en esta situación?" "¿Cuáles son las posibles consecuencias de mis actos para los demás?"



# Muéstrele a su hijo el valor de las reglas

El primer paso para fomentar el respeto por las reglas es hacer que las reglas sean importantes para su familia. A los niños que deben obedecer las reglas en casa les resulta más fácil cumplirlas cuando están fuera de casa.

## Desarrolle la comprensión de por qué las reglas son necesarias

Comente con su hijo lo que puede ocurrir cuando no se respetan las reglas. Dele algunos de estos ejemplos:

- **¿Qué sucedería** si hicieras demasiado ruido en el autobús escolar?
- **¿Qué sucedería** si no hubiera reglas sobre cuándo se puede hablar en clase?
- **¿Qué sucedería** si cualquier persona de cualquier edad pudiera conducir un carro?
- **¿Qué sucedería** si la gente pudiera conducir por ambos lados de la carretera?
- **¿Qué sucedería** si pudieras llevarte cosas de una tienda sin pagarlas?
- **Jueguen a un juego** —como el kickball, Monopoly® o Scrabble®— pero *sin* reglas. Después de unos minutos, deténganse y hablen de cómo van las cosas. Luego, jueguen al juego *con* reglas y hablen de cómo mejoran los juegos y otros aspectos de la vida.
- **Señale cuándo usted está cumpliendo una regla**; por ejemplo, cuando se detiene en un semáforo en rojo o respeta el límite de velocidad. Comente por qué es importante hacerlo. Diga que tanto los adultos como los niños deben respetar las reglas.
- **Establezca reglas para los debates familiares**; como reglas para “hablar y escuchar”. Señale cada vez que alguien rompa una regla y comente el efecto que está teniendo.

# Enséñele a su hijo a seguir las reglas

Hay muchas maneras en que las familias pueden animar a sus hijos a seguir las reglas. Estas son solo algunas de ellas:

- **Decir “Gracias por recordar la regla”** cuando su hijo lo haga. Su estímulo aumentará la probabilidad de que su hijo siga la regla en el futuro.
- **Anime a su hijo** a participar en deportes de equipo y otras actividades que fomenten el cumplimiento de las reglas y el trabajo en grupo.
- **Aplice las reglas sistemáticamente.** Los niños pondrán a prueba una regla hasta que sepan con certeza que se espera que ellos la obedezcan. Si a veces deja que su hijo “se salga con la suya” cuando no sigue una regla, no será eficaz.

## Estos secretos harán que las reglas funcionen

Para establecer reglas que los niños respeten y cumplan, hágalos participar a la hora de establecerlas, siempre que sea posible. Incluir a los niños también los ayuda a comprender que las reglas suelen existir por una razón válida. También es útil:

- **Exponer las reglas de manera positiva.** Las reglas deben decirle a su hijo lo que debe hacer en lugar de lo que *no* debe hacer. Decir, “Sean amables con el otro” describe el comportamiento que usted desea. Decir, “No se peleen” pone el comportamiento indeseable en la mente del niño.
- **Establecer reglas que usted pueda** y esté dispuesto a aplicar.
- **Establecer reglas suficientemente sencillas** como para que todos puedan entenderlas y cumplirlas. Cúmplalas usted mismo.
- **Escribir las reglas** en un cuadro de Reglas Familiares para que todos puedan verlas y recordarlas.

# El comportamiento respetuoso comienza en el hogar

Los niños que se comportan respetuosamente en casa tienen más probabilidades de mostrar un comportamiento positivo en la escuela. Para crear un clima de respeto:

- **Enséñele a su hijo a usar un lenguaje respetuoso.** Recuérdale que debe decir *por favor*, *gracias* y *perdón*. Deje claro que espera que su hijo utilice palabras y frases respetuosas incluso cuando no esté de acuerdo con alguien.
- **Dígale a su hijo “Te quiero” con frecuencia.** Todos los niños necesitan oírlo, independientemente de su edad.
- **Muestre su amor por su hijo.** Las acciones siempre dicen más que las palabras.
- **Muestre respeto por su hijo.** Encontrará ejemplos concretos en el cuestionario de la página 2 de este folleto.
- **Explique que establece reglas** porque le importa. Las reglas contribuyen a la seguridad de su hijo y a hacer que su hogar sea un lugar agradable para vivir.







- **Haga un seguimiento y cúmplalo.** El hecho de haber establecido reglas no significa que su hijo las cumplirá. Los niños ponen a prueba a los padres para ver qué creen y cuáles son las reglas realmente. Un padre puede *decir* que la regla es, "Todas las camas deben estar hechas y las habitaciones limpias antes de salir para la escuela". Pero, si un niño descubre que no pasa nada si se salta la limpieza cuando está apresurado, creará que la regla *en realidad* es, "Limpia tu habitación antes de ir a la escuela, si tienes tiempo".
- **Sea consistente con las consecuencias.** Es importante que su hijo experimente los resultados de sus decisiones. Eso lo empodera a él y a usted. Es la única manera de que su hijo aprenda que las acciones tienen consecuencias, tanto positivas como negativas. Cuando su hijo tome malas decisiones, no se preocupe por qué hacer. Deje que sucedan las consecuencias naturales y hable con él de lo que ha aprendido de ellas.

# Ayude a su hijo a aprender a respetar a los demás

Un respeto sano por los demás es uno de los tipos de respeto más importantes que usted puede enseñarle a su hijo. Es la base de casi todos los demás comportamientos deseables.

## Establezca una regla fundamental

Establezca como regla familiar que solo tratarán a los demás como desearían que los trataran a ustedes. Y la mejor manera de enseñar esta regla es demostrarla.

Trate de ponerse en el lugar de su hijo y preguntarse, "¿Desearía que me hicieran esto?" Si su respuesta es *no* ("No, no desearía que me regañaran delante de mis amigos", por ejemplo), entonces también debe preguntarse, "¿Por qué querría yo hacerle esto a mi hijo?"

## Ayude a su hijo a sentir empatía

El comportamiento respetuoso resulta más natural para los niños cuando se les enseña a pensar en sus propios sentimientos y en los de los demás. Por ejemplo, si usted sorprende a su hijo burlándose de otro niño, aproveche la oportunidad para darle una lección sobre cómo se siente la falta de respeto.

Espere a que la situación se haya calmado y pregúntele en privado, "¿Cómo te sentirías si alguien te hiciera eso?" Es útil que su hijo imagine cómo se siente la otra persona. Sentirse mal por la otra persona es mucho más poderoso que amenazarlo diciéndole, "Si vuelves a hacer eso, no te dejaré invitar a un amigo".

También puede resaltar sus propios actos de empatía explicando qué está haciendo y por qué. "La tía Marta se siente sola estos días sin el tío Carlos, así que la he invitado a quedarse con nosotros unas semanas".

# Enséñele a su hijo a ver las fortalezas de las personas

Es más fácil respetar a los demás cuando uno ve sus fortalezas en lugar de sus debilidades. Ayude a su hijo a comprender que hay dos maneras de ver la mayoría de las cosas. Hablen de las siguientes descripciones. Piensen juntos en personas reales para cada rasgo. Vean si pueden añadir más características.

*En lugar de ser:*

- Grosera
- Mandona
- Entrometida
- Obstinada

*Una persona podría ser:*

- Franca y directa
- Una líder
- Curiosa
- Determinada

## Celebre la diversidad

Para vivir en paz, los niños deben aprender a respetar, aceptar e incluso apreciar las diferencias de las personas. Para enseñar esto:

- **Cuide el lenguaje que usa.** El uso descuidado de las palabras que fomentan los estereotipos puede causar una impresión duradera.
- **Presente a su hijo** a personas de diferentes orígenes.
- **Anime a su hijo** a estudiar otro idioma. Señale que, si alguien habla un inglés imperfecto, sabe hablar más de un idioma.
- **Enséñele a su hijo** que es respetuoso pronunciar de manera correcta los nombres de las personas. Explíquelo que está bien preguntar cortésmente cómo se dice el nombre de alguien.
- **Muéstrele a su hijo** que las personas con discapacidad deben ser tratadas con el mismo respeto que los demás.

## Enseñe a respetar los puntos de vista ajenos

Cuéntele a su hijo cómo usted ha aprendido a llevarse bien con personas que tienen creencias diferentes a las suyas. Dele ejemplos personales de cómo llegó a conocer a personas que parecían muy diferentes a usted. Hablar de cómo aprendió a aceptarlas y apreciarlas puede ayudar a su hijo a aprender sobre el respeto.

Dígale también que respetar los valores y creencias de alguien no es lo mismo que *estar de acuerdo* con ellos. Use ejemplos personales. Hable de algunas de sus propias opiniones, costumbres o tradiciones que puedan parecer diferentes a las de los demás.

# Enséñele a su hijo respeto por la escuela y los maestros

Los estudiantes cuyas familias respetan la educación y el trabajo duro rinden muy bien en la escuela. Estas son algunas maneras de ayudar a su hijo a desarrollar un respeto sano por la escuela, las normas escolares y el personal de la escuela:

- **Conozca a los maestros de su hijo.** Si es posible, pase algo de tiempo en la clase de su hijo. Ofrezcense como voluntario para ayudar y participar en las actividades escolares.
- **Demuestre respeto.** Hable de la importancia de la educación. Trate de programar las citas no urgentes y los viajes familiares fuera del horario escolar. Responda siempre a las llamadas y los correos electrónicos de los maestros. Mantenga un tono positivo.
- **Aprenda las normas y expectativas escolares.** Hable de ellas con su hijo. Si no está de acuerdo con una norma escolar, coménteselo al director, no a su hijo. Establezca consecuencias razonables por el cumplimiento y el incumplimiento de las normas.
- **Supervise las actividades escolares de su hijo.** Asegúrese de que su hijo esté preparado para la escuela. Pregúntele qué trabajos y exámenes debe hacer. Felicítelo por su esfuerzo y sus logros.
- **Hable de manera positiva sobre la escuela.** Su hijo percibirá su actitud. Si tiene algún problema, trabaje con la escuela para resolverlo. Explique que usted y la escuela tienen un objetivo común, que es ayudar a su hijo. Diga que está seguro de que podrán resolver cualquier problema.
- **Conozca los hechos.** Cuando haya un problema, hable con el personal de la escuela antes de tomar medidas.

# Promueva el respeto por uno mismo

Los niños que se respetan a sí mismos son más propensos a respetar a los demás. Si se ven a sí mismos como seres humanos valiosos —a pesar de sus defectos e imperfecciones— también pueden valorar a otras personas. Además, no dependen de la aprobación de otros, por lo que es menos probable que se dejen influir por la presión de los compañeros, y son más capaces de confiar en su propio juicio. Para fomentar la autoestima de su hijo:

- **Muestre respeto por su hijo.** Los niños que se sienten respetados son más propensos a respetarse a sí mismos.
- **Ayude a su hijo a perseguir sus intereses.** Elogie el esfuerzo y el éxito.
- **Anime a su hijo a dar pequeños pasos hacia la independencia.** Aprender a realizar tareas nuevas con éxito puede conducir al respeto por sí mismo. Dele responsabilidades tan pronto pueda asumirlas.
- **Comente sinceramente** sobre las crecientes capacidades de su hijo todos los días.
- **Reconozca el mérito cuando corresponda.** Cree oportunidades para que a su hijo se le ocurran ideas. Hágale comentarios positivos.
- **Enséñele a su hijo a “ser fiel a sí mismo”.** Explíquelo que esto significa defenderse a sí mismo y sus creencias. También significa ser honesto con uno mismo y con los demás, sin engañar ni mentir.

- **Anime a su hijo a ser asertivo.** Es importante que los niños compartan y sean considerados con los demás. Pero no es bueno que hagan cualquier cosa para complacerlos. Si los niños siempre sacrifican o ponen en peligro sus propios deseos y necesidades, no se ganarán el respeto de los demás ni se respetarán a sí mismos.
- **Enséñale a ser un miembro responsable de la comunidad.** Los niños se respetan a sí mismos cuando saben que están marcando una diferencia. Anime a su hijo a encontrar maneras de servir a los demás y de cuidar el medio ambiente. Él podría ayudarlo a preparar y llevarle comida a un vecino enfermo o participar en una limpieza comunitaria.



- **Reconozca y valide los sentimientos de su hijo.** Muéstrole comprensión cuando esté triste o enfadado.
- **Acepte los errores.** Cuando los niños saben que no pasa nada por cometer errores, aprenden a respetarse a sí mismos, aunque no sean perfectos. Háblale sobre momentos en los que usted cometió errores y sobre cómo los afrontó y aprendió de ellos.

# En resumen:

- **Los niños aprenden más** sobre el comportamiento respetuoso cuando las familias y las escuelas trabajan juntas.
- El respeto es una vía de doble sentido, y no es solo obediencia.
- La mejor manera de enseñarles respeto a los niños es respetarlos a *ellos*. Los niños deben aprender cómo se siente el respeto para poder dárselo a los demás.
- Una de las maneras más poderosas que tienen las familias de enseñarles respeto a sus hijos es ser ellas mismas modelos de respeto.
- Los niños respetan más las reglas cuando las comprenden y ayudan a desarrollarlas.
- Los niños aprenden a respetar a otras personas cuando aprenden a apreciar las diferencias de los demás.
- Cuando los niños se respetan a *sí mismos* como seres humanos valiosos, les resulta más fácil respetar a los demás.

SAMPLE

Publicado por:

**THE**  
**PARENT**  
INSTITUTE®

(800) 756-5525  
[www.parent-institute.com](http://www.parent-institute.com)

Stock No:  
(English) 334A  
(Spanish) 434A