



CÓMO COMPRENDER Y RESPETAR A MIS PADRES

2020

Convivencia Escolar
Colegio Politécnico Santa Ana

A veces, crees que tus padres no te comprenden y eso suele generar una relación negativa con ellos.



Sin embargo, es importante mantener el respeto que merecen.

¿Cómo hacerlo?



Cambiando tus pensamientos
y sentimientos respecto a
tus padres.



Sé agradecida: El esfuerzo
que ellos hacen, es para
mantener la unión y
satisfacer tus necesidades y
de los otros miembros de la
FAMILIA

Comprende las distintas perspectivas:



El respeto de las distintas opiniones es una capacidad difícil de aprender, pero cuando se logra, comprenderás el motivo por el cual tus padres actúan así.

Esto no quiere decir, que perderás tus propias creencias, al contrario las fortalecerás.

**Por ello
debes**



Valora su sabiduría



Esta se refiere a la capacidad de integrar el conocimiento y un entendimiento de la vida para afrontar las experiencias que puedes presentar.

Aunque no lo creas tus padres pasaron por gran parte de las cosas que has vivenciado siendo niña o adolescente. Por eso, es importante reconocer que poseen aprendizajes que debes respetar.



PADRES
DE VERDAD

Recuerda lo mucho que te aman

No existe manera de medir en cifras o porcentajes el amor de un padre por su hijo.



Como hijos, solemos olvidar lo mucho que han hecho en nuestras vidas. Dedica un momento a pensar en su amor y apoyo para crear vínculos de amor y respeto.

Los padres no solo tienen a los hijos, sino que también los crían, los orientan, les ayudan a superar los obstáculos, entregan su tiempo y esfuerzo y brindan su amor incondicional.



Sigue las reglas

Los hijos con frecuencia no aceptamos las reglas que han establecido nuestros padres, pero no nos damos cuenta de que estas existen por una razón



Porque las personas somos interdependientes. Al seguir las reglas, les demuestras a tus padres que respetas su criterio y proyección a tu futuro.



Practica buenos modales

Los modales no solo se tratan de cuál tenedor debes utilizar en la mesa, sino que también implican ser consciente de los sentimientos de los demás.



Recuerda decir "por favor" y "gracias". Las palabras tienen mucho poder y cada una de estas lleva un significado. Aparte de ser cortés, esta es una muestra de gratitud y aprecio, dos elementos que forman parte del respeto hacia los padres.

Pasa tiempo de calidad con ellos

Haz que sean una prioridad eligiendo pasar tiempo con ellos en vez de la tecnología. Apreciarán mucho ese gesto.



Bríndales afecto.



Sorpréndelos con abrazos o besos espontáneos, sin un motivo especial. Si tus padres te preguntan a qué se debe esa acción inesperada, diles "Es solo por ser tú".

Mejorar la comunicación con tus padres

No les
contestes:

Haz una pausa en tu mente. La próxima vez que te veas tentado a expresarte de forma irrespetuosa, tómate un momento para reorganizar tus ideas antes de hablar movido por tus emociones. Toma en cuenta lo que tus padres están diciendo y de dónde provienen.



No temas manifestar tus emociones

No hay nada de malo en mostrar tu miedo, nerviosismo, alegría o cualquier otra emoción a tus padres. Permitirles la entrada a tu vida es solo un gesto pequeño que les demuestra que te importan.



