



Our Strongest Conviction is Academic Excellence  
Accredited by New England Association of Schools and Colleges

### Agosto-Septiembre

A:

Miembros de la Comunidad Educativa del CBNH

ASUNTO:

Valor:

Respeto

Valor Ecológico:

Entender el rol de cada uno en proteger el medio ambiente y reciclar materiales

Destreza Del Pensamiento:

Manejo de la impulsividad

## El Mago Alérgico

Había una vez un mago simpático y alegre al que encantaba hacer felices a todos con su magia. Era también un mago un poco especial, porque tenía alergia a un montón de alimentos y tenía que tener muchísimo cuidado con lo que se llevaba a la boca. Constantemente le invitaban a fiestas y celebraciones, y él aceptaba encantado, porque siempre tenía nuevos trucos y juegos que probar.

Al principio, todos eran considerados con las alergias del mago, y ponían especial cuidado en preparar cosas que pudieran comer todos. Pero según fue pasando el tiempo se fueron cansando de tener que preparar siempre comidas especiales, y empezaron a no tener en cuenta al buen mago a la hora de preparar las comidas y las tartas. Entonces, después de haber disfrutado de su magia, le dejaban apartado sin poder seguir la fiesta. A veces ni siquiera le avisaban de lo que tenía la comida y en más de una ocasión se le puso la lengua negra, la cara roja y el cuerpo lleno de picores.

Enfadado con tan poco respeto que mostraban por su condición, torció las puntas de su varita y lanzó un hechizo que castigó a cada uno con una alergia especial. Unos comenzaron a ser alérgicos a los pájaros o las ranas, otros a la fruta o los asados, otros al agua de lluvia... y así, cada uno tenía que tener mil cuidados con todo lo que hacía. Y cuando varias personas se reunían a comer o celebrar alguna fiesta, siempre acababan visitando al médico para curar las alergias de alguno de ellos.

Era tan fastidioso acabar todas las fiestas de aquella manera, que poco a poco todos fueron poniendo cuidado en aprender qué era lo que producía alergia a cada uno, y preparaban todo cuidadosamente para que quienes se reunieran en cada ocasión pudieran pasar un buen rato a salvo. Las visitas al médico fueron disminuyendo, y en menos de un año, la vida en aquel pueblo volvió a la total normalidad, llena de fiestas y celebraciones, siempre animadas por el divertido mago, que ahora sí podía disfrutarlas de principio a fin.

Algún tiempo después, el mago enderezó las puntas de su varita y deshizo el hechizo, pero nadie llegó a darse cuenta. *Habían aprendido a ser tan respetuosos los unos con los otros que sus vidas eran perfectamente normales, y podían disfrutar de la compañía de todos con sólo adaptarse un poco y poner algo de cuidado.*

<http://cuentosparadormir.com/infantiles/cuento/el-mago-alergico>

## El Respeto



“Respetar significa valorar a los demás, acatar su autoridad y considerar su dignidad. El respeto se acoge siempre a la verdad; no tolera bajo ninguna circunstancia la mentira, y rechaza la calumnia y el engaño. Exige un trato amable y cortés; es la esencia de las relaciones humanas, de la vida en comunidad, del trabajo en equipo, de la vida de las parejas y de cualquier relación interpersonal. El respeto es garantía de transparencia.

El respeto crea un ambiente de seguridad y cordialidad; permite la aceptación de las limitaciones ajenas y el reconocimiento de las virtudes de los demás. Evita las ofensas y las ironías; no deja que la violencia se convierta en el medio para imponer criterios. Conoce la autonomía de cada ser humano y acepta complacido el derecho a ser diferente”.

### ¿Por qué nos ocupamos de enseñar el valor del “Respeto” y entrenamos en la destreza del pensamiento del “Manejo de la Impulsividad” a nuestros(as) niños, niñas y jóvenes?

Vivimos el **respeto** cuando aceptamos y valoramos a los demás por el hecho de ser personas. Somos respetuosos cuando aceptamos sinceramente las cualidades, actitudes y opiniones de los demás; comprendiendo sus defectos. En el plano humano, el respeto a las personas implica no considerarse superior a nadie.

Por otro lado, **el manejo de la impulsividad** implica actuar más allá de nuestro instinto primario e identificar el autocontrol en nosotros mismos para poder actuar bajo la premisa del respeto a nosotros mismo y a los demás.

### Para los padres/madres y maestros(as):

#### ¿Cómo podemos enseñar el valor del Respeto y la destreza del pensamiento del Manejo de la Impulsividad a nuestros(as) niños(as) y jóvenes?

- Siendo ejemplo de respeto.
- Aceptando a los demás con sus defectos y ayudarles a superarlos.
- Siendo puntuales y autocríticos de las acciones que cometemos de manera inadecuada para pedir disculpas si fuese necesario.
- Haciéndoles reflexionar que debemos tratar a los demás como nos gustaría ser tratados a nosotros mismos.
- Concientizándoles acerca del cuidado al medio ambiente.
- Cuidando de no usar un vocabulario inadecuado y haciendo énfasis en palabras amables y críticas constructivas a los demás.
- Mostrando consideración y estima por los sentimientos, pensamientos, posesiones y las formas de hacer las cosas de los demás son signos de una persona respetuosa.
- Desarrollando el autocontrol, reflexionando en el momento en que emitimos una conducta.
- Mostrando a los niños y jóvenes estrategias para calmarse en momentos de ira y sentimientos de frustración.
- Promoviendo una comunicación abierta acerca de los sentimientos de manera asertiva.

## Martin Luther King, Jr.



Activista de los derechos civiles desde muy joven organizó y llevó a cabo diversas actividades pacíficas reclamando el derecho al voto, la no discriminación y otros derechos civiles básicos para la gente negra de los Estados Unidos. Entre sus acciones más recordadas está la Marcha sobre Washington por el Trabajo y la Libertad, en 1963, al final de la cual pronunciaría su famoso discurso "*I have a dream*", gracias al cual se extendería por todo el país la

conciencia pública sobre el movimiento de los derechos civiles y se consolidaría como uno de los más grandes oradores de la historia estadounidense.

La mayor parte de los derechos reclamados por el movimiento serían aprobados legalmente con la promulgación de la Ley de los derechos civiles y la Ley del derecho al voto.

King es recordado como uno de los mayores líderes y héroes de la historia de Estados Unidos, y en la moderna historia de la **no violencia**. Logró fomentar el respeto entre las personas sin importar su origen. Fue condecorado con el Premio Nobel de la Paz en 1964.

[http://es.wikipedia.org/wiki/Martin\\_Luther\\_King](http://es.wikipedia.org/wiki/Martin_Luther_King). /"La Vida y los Valores" Respeto. Editora Soledad Aguirre Gil.



### Valor Ecológico: El Cuidado del Medio Ambiente

El respeto incluye también el saber el importante lugar que ocupa la naturaleza en nuestras vidas. Pero no sólo es importante evitar realizar determinadas acciones para proteger los ecosistemas de nuestro planeta de forma pasiva sino más bien esforzarnos por ser proactivos y accionar en pro del cuidado y protección de los recursos naturales, como lo es el reciclar materiales: plástico, papel y residuos orgánicos.

**Celebremos la formación de nuestros(as) niños(as) y jóvenes en los valores del Respeto y el Cuidado del Medioambiente, así como en la destreza de pensamiento del Manejo de la Impulsividad.**

*"Si todos nos respetáramos los males del mundo desaparecerían". Anónimo*

Siéntase bienvenido(a) al Dpto. de Psicología siempre.  
Atentamente,

Miembros del Departamento del Psicología CBNH

### Para los niños, niñas y jóvenes:

#### ¿Cómo puedes identificar las señales de éxito en la práctica el valor del Respeto y la destreza del pensamiento del Manejo de la Impulsividad?

- Cuando aceptas a los demás con sus defectos y virtudes.
- Cuando eres puntual en la realización de las asignaciones (tanto en el colegio como en el hogar).
- Cuando utilizas las normas de cortesía con los demás.
- Cuando utilizas un lenguaje apropiado para expresar tus emociones.
- Cuando no tiras basura en el suelo, evitas la contaminación y el desperdicio de agua.
- Cuando, a pesar de que a veces no sean muy divertidas, sigues las normas establecidas en el colegio y en el hogar.
- Cuando reaccionas de manera adecuada aunque sientas enojo, ira, frustración, alegría, etc.
- Cuando reconoces que las diferencias entre unos y otros sólo nos hacen más fuertes.