

Nikt nie jest zobowiązany, by kogokolwiek lubić, ale istnieje pewna rzecz o której warto pamiętać...



SZACUNEK

pozytywniej.PL

Czym jest szacunek? Dlaczego warto go okazywać?

szacunek

1. «stosunek do osób lub rzeczy uważanych za wartościowe i godne uznania»
2. «przybliżone określenie wartości, wielkości lub ilości czegoś»

/słownik j. polskiego PWN/

Odnosząc się do pierwszej definicji według słownika języka polskiego, szacunek to cecha, która pozwala zjednać sobie wielu ludzi. Ma nieoceniony wpływ na relacje interpersonalne. Ponadto pomaga w nawiązywaniu zarówno nowych znajomości, jak również trwałych i stabilnych przyjaźni. Pomaga żyć z innymi bez konfliktów, a jednocześnie akceptować ich odmienność.

Szacunek polega na tym, że podchodzimy z dystansem do odmiennych opinii innych, z którymi niekoniecznie się zgadzamy. Okazywanie tej cechy pozwala nam wysłuchać innych bez osądzania ich wyborów i podejmowanych przez nich decyzji.

Szacunek okazujemy również, gdy bierzemy pod uwagę odmienne zapatrywania drugiego człowieka. Nie oczekujemy przy tym, by się zmienił na przykład dostosowując się do naszego sposobu bycia, czy do naszych poglądów.

Tak więc **szacunkowi nie służy osądzanie, wywieranie presji, czy robienie wyrzutów.**

Zachowywanie szacunku jest praktycznie niemożliwe, jeśli z góry zakładamy, jaką radę czy opinię na dany temat chcielibyśmy usłyszeć, a także jeśli nie bierzemy pod uwagę naszej omylności i zakładamy, że wyłącznie nasz punkt widzenia jest poprawny.

Pierwszą osobą, którą trzeba szanować jest każdy z nas dla siebie.

Jeśli siebie szanuję, mówię o sobie z szacunkiem, używając słów, które nie poniżają. Jeśli siebie szanuję, wybieram starannie miejsca w, w których bywam i ludzi, z którymi się regularnie spotykam. Jeśli siebie szanuję, przez analogię szanuję innych.

Na szacunek zasługuje każdy człowiek, jednak nie każde zachowanie.

Ten drugi rodzaj szacunku czyli rodzaj autorytetu czy posłuchu to przywilej, na który faktycznie trzeba sobie zasłużyć. Na ten rodzaj szacunku trzeba zasługiwać swoją postawą i zachowaniem. I... uwaga... łatwo go można stracić.

„Ludzie pełni szacunku używają słów „proszę”, „dziękuję”, „przepraszam” nie tylko w stosunku do obcych i dalekich znajomych, ale także wobec rodziny i przyjaciół.

Ludzie pełni szacunku są uprzejmi, starają się hamować wybuchy gniewu, niezadowolenia i pogardy, aby nie ranić uczuć innych.

Ludzie pełni szacunku żyją według złotej reguły, **traktują innych tak, jak sami chcieliby być traktowani.**

Pełni szacunku ludzie wiedzą, że mimika, postawa ciała, gesty, pomruki, siła i tonacja głosu nieustannie sygnalizują okazywany szacunek wobec innych. Ludzie, którzy traktują innych ludzi z szacunkiem, są wiarygodni i mogą wymagać od nich identycznego zachowania.”

/Źródło: M.S. Josephson, V.J. Peter, T. Dowd "Jak kształtować charakter nastolatka"/

Chciałabym, abyśmy umieli szanować siebie i okazywać szacunek innym, szczególnie w tym trudnych dniach zamknięcia, odosobnienia,.....