**Уважение. Что это такое?**

В самом слове спрятан его смысл - другой Важен так же, как важен я.

Уважение - это когда я понимаю, что другой человек, это другое Я, которое не обязано соответствовать моим представлениям о жизни.

Уважение - это когда я не ставлю свое Я выше другого Я.

Уважение - это когда я понимаю важность того, что человек делает, чувствует, думает... т.е. никогда не обесцениваю его.

Уважение - это когда я чувствую границы, где мое, где его, а где наше общее и осознаю важность не нарушения этих зыбких границ. Это понимание того, что я не имею ни малейшего права манипулировать другим, причинять боль, шантажировать...

Если говорить о любви к себе, то самоуважение - это все то же самое, только по отношению к себе. Человек, который не умеет уважать себя вряд ли сможет уважать другого. У него просто нет опыта, как это делать.

Начало неуважения к себе стоит искать в детстве. Есть дети, которым "повезло" родиться в семье авторитарных родителей, которые не признавали их границ, насильно "помогали" стать человеком с большой буквы Ч, конечно же в своем представлении, да и вообще "причиняли" ему любовь, как только могли. А все остальное отсекалось, обесценивалось, как ненужное, вредное, тормозящее и т.д. А что это "все остальное"? А это сам ребенок. Его личность, его зарождающееся представление о себе и о мире. Ненужным оказывался сам ребенок. А точнее его желания, стремления, чувства, мысли...

Война с личностью может вестись не на шутку, ведь если бы родитель проиграл, то в его родительском воображении, ребенок бы точно реализовал все родительские страхи и стал наркоманом, дворником, проституткой и вообще неудачником.

В результате во взрослую жизнь был выпущен человек, который постоянно злился, терпел и обижался. Человек, который теперь уж точно знает, как не надо, как не должно быть, который тыкает родителей (хотя бы и в уме) в их собственные неудачи. Часто такие дети практически не чувствуют уважения к своим родителям, а скорее наоборот - осуждение и обиды, с одной стороны и стыд и вину за свое несовершенство, с другой.

Никто по настоящему не уважал его в своей попытке воспитать и сделать лучше. Откуда же ему уметь уважать себя? Да и других людей...

А ведь любой человек с рождения мечтает о любви, уважении, заботе. Каждому важно чувствовать себя хорошим, принятым, ценным. Мы хотим, чтобы нас ценили и принимали такими, какими мы есть. И, в первую очередь, важно принимать и ценить себя самого. И тогда, будучи наполненным этим самопринятием, мы будем стремиться реализовать в жизни весь свой потенциал. Будем тянуться к тому, чтобы стать лучше себя вчерашнего.

Уважая себя, мы сможем увидеть огромность и глубину мира другого человека. И не будем, словно те авторитарные родители, навязывать партнеру, ребенку, другу свое представление о мире, обесценивая его самого... А напротив, сможем принять и поддержать Личность другого, помочь ей проявиться.

<https://www.b17.ru/article/154976/>

с уважением, Купцова Ирина Сергеевна,

педагог-психолог МАДОУ

детский сад №39 «Родничок»