



Trato indigno: lo que no estoy dispuesto a soportar

Que me golpeen o que abusen de mí.

R. M. Que me pongan apodos.

Que me hablen solo por interés.

Que me castiguen injustamente.

Que me discriminen.

Trato indefinido: a la mitad del camino

Que a veces pidan mi opinión y otras no me tomen en cuenta.

Que no pueda participar porque estoy en un grupo numeroso.

Que me mientan para que no me preocupe.

Que yo haga más tareas que mis hermanos pequeños.

Que me ignoren quienes no me simpatizan.

Trato digno: cómo quiero que me traten

Que confíen en mí.

Que me llamen por mi nombre.

Que pidan mi opinión.

Que me traten con cariño.

Que me ayuden cuando lo necesito.

Compartan con su equipo los termómetros de sus cuadernos y respondan:

- ¿Dónde reciben un trato más digno?
- ¿Qué pueden hacer para pedir un mejor trato en los otros lugares?
- ¿Tratan de manera digna a la persona que eligieron para hacer el ejercicio?
- ¿Qué pueden hacer para tratarla mejor y aplicar la regla de oro?



Figura 1.7 El buen trato debe practicarse en todos los ámbitos.

Guarden sus trabajos en su portafolio de evidencias, pues los utilizarán para definir en su proyecto lo que han observado sobre el trato digno en su entorno. 📁

Ahora que has identificado los criterios de tu dignidad y lo que no estás dispuesto a soportar (golpes, insultos, mentiras, traición, discriminación, etcétera) es necesario que desarrolles la capacidad de respetar y de pedir respeto.

Exigir un **trato digno** y tratar a los demás de manera respetuosa son dos caras de la misma moneda, pero muchas veces estamos tan preocupados en nosotros, que olvidamos la importancia de tratar de manera cordial, respetuosa y digna a otras personas, incluso a las que no nos gustan ni nos caen bien.