Respekt zeigen

- Verhalten im Alltag
  - Familie
    - Kinder ernst nehmen
    - Eltern ehren
    - Partner respektvoll behandeln
  - Freundeskreis
    - Zuverlässig sein
    - Versprechen halten
  - Beruf
    - Kolleginnen und Kollegen wertschätzen
    - Fairer Umgang mit Kritik
    - Respekt vor Zeit anderer (Pünktlichkeit)
- Umgang mit Unterschiedlichkeit
  - Andere Meinungen aushalten
  - Kulturelle Vielfalt anerkennen
  - Vorurteile hinterfragen
- Konflikte respektvoll lösen
  - Sachlich bleiben
  - Zuhören, bevor man reagiert
  - Gemeinsam nach Lösungen suchen
  - Keine Bloßstellung vor anderen
- Selbstrespekt
  - Eigene Werte kennen
  - Für sich selbst einstehen
  - Selbstfürsorge praktizieren
- Wirkungen von Respekt
  - Vertrauen wächst
  - Zusammenarbeit verbessert sich
  - Konflikte werden entschärft
  - Gemeinschaft wird stabiler
- Bedeutung
  - Achtung und Wertschätzung
  - Würde jedes Menschen anerkennen
  - Person vom Verhalten trennen
- Innere Haltung
  - Beginnt im Kopf
  - Gleichwertigkeit auf Augenhöhe
  - Verzicht auf Überlegenheitsdenken
  - Bereitschaft zuzuhören und zu lernen
- Kommunikation
  - Aktiv zuhören
    - Ausreden lassen
    - Rückfragen stellen
  - Sprachstil
    - Höflich und klar formulieren
    - kein Spott
    - keine Beschämung
    - keine sarkastischen Bemerkungen
  - Feedback
    - Konstruktiv kritisieren
    - Ich- Botschaften nutzen
- Grenzen achten
  - „Nein“ respektieren
  - Eigene Grenzen klar benennen
  - Privatsphäre schützen
    - Daten und Geheimnisse bewahren

© 2025 by Kleinhirn.eu