

Czym jest szacunek?

Szacunek to sposób, w jaki ludzie powinni się wzajemnie traktować. Szacunek przypomina okrąg przedzielony na dwie połówki.



1. Ludzie uczą się mnie szanować. Kiedy ktoś stara się mnie zrozumieć, oznacza to, że mnie szanuje. Gdy ludzie wiedzą, że autyzm nie jest niczym złym, ale że jest to sposób funkcjonowania, wówczas mnie szanują. Kiedy myślą, że jestem w porządku taki, jaki jestem, to mnie szanują. Lektura tej książki może pomóc ludziom rozumieć mnie i szanować.
2. Uczę się szanować innych ludzi. Staram się pamiętać, że każda osoba ma swoje własne przemyślenia. Każda osoba ma wyjątkowe mocne strony, rzeczy, które lubi, marzenia i lęki. Nawet jeżeli nie rozumiem, dlaczego ludzie są tacy, jacy są, zasługują na szacunek. Kiedy ktoś jest inny niż ja, nie oznacza to, że jest zły.

Okazuję szacunek, starając się być życzliwym, nie mówiąc źle o moich braciach, siostrach, przyjaciółach, nauczycielach, rodzicach oraz innych dzieciach i dorosłych ani nie wyśmiewając się z nich.

Wszyscy zasługują na szacunek.

Jeśli ta strona jest dla mnie ważna,

463

otoczę jej numer kółkiem

Bycie uprzejmym

Bycie uprzejmym pomaga ludziom czuć się szczęśliwymi. Osoba, która robi uprzejme rzeczy, czuje się szczęśliwsza. Osoba, której okazuje się uprzejmość, także czuje się szczęśliwsza. Oto kilka przykładów bycia uprzejmym:

- Mówienie komuś „dzień dobry”.
- Spędzanie czasu na zabawie z przyjacielem-zwierzątkiem albo głaskaniu go.
- Uśmiechanie się.
- Przytrzymanie komuś drzwi.
- Wysłanie przyjacielskiej kartki albo wiadomości.
- Wysłanie chorej osobie kartki: „Wracaj do zdrowia”.
- Zapytanie: „Czy mogę pomóc?”, gdy ktoś coś niesie.
- Dobre maniery: mówienie „proszę” i „dziękuję”.
- Dziękowanie komuś za coś, co dla mnie zrobił.
- Inne przykłady z mojego życia _____ .

Otoczę kółkiem albo zaznaczę kolorem to, co mówi prawdę o mnie. 

- ▶ Chciałbym poznać więcej sposobów, jak być uprzejmym.
- ▶ Chciałbym się dowiedzieć, wobec kogo mogę być uprzejmy.
- ▶ Inne: _____ .