



LA  
IMPORTANCIA  
DE LOS VALORES  
EN LA VIDA  
COTIDIANA



COMISIÓN NACIONAL DE LOS  
DERECHOS HUMANOS  
M É X I C O

2012

COMISIÓN NACIONAL DE LOS DERECHOS HUMANOS



LA  
IMPORTANCIA  
DE LOS VALORES  
EN LA VIDA  
COTIDIANA



COMISIÓN NACIONAL DE  
LOS DERECHOS HUMANOS

México, 2012

Segunda edición: junio, 2012

ISBN: 978-607-8211-70-8

D. R. © **Comisión Nacional de los Derechos Humanos**

Periférico Sur 3469, Col. San Jerónimo Lídice,

Delegación Magdalena Contreras, C. P. 10200,

México, D. F.

Diseño de portada e interiores

Itzel Ramírez Osorno

*Impreso en México*

# LA IMPORTANCIA DE LOS VALORES EN LA VIDA COTIDIANA



Actualmente, en muchos espacios relacionados con la educación de los niños se escuchan comentarios sobre la urgencia de la enseñanza de los valores a las nuevas generaciones.

Es curioso observar como los valores de los que tanto se habla se encuentran relacionados con una vivencia adecuada en materia de derechos humanos.

La relación es simple y fácil de observar: Cuando una persona es capaz de manejarse con respeto hacia los demás está permitiendo que los otros puedan disfrutar de sus derechos, por ejemplo, de la libertad de expresión, de ser tratado con dignidad, etcétera. Al permitir este disfrute en los demás, aprende que tiene derecho a disfrutar lo mismo.

Dado que los valores y los derechos humanos están inmersos en las diferentes actividades de la vida cotidiana, es difícil educar en algunos de ellos sin necesariamente educar en el otro tema.

Este conjunto de conocimientos, derechos humanos y valores, deben enseñarse al niño para que su desempeño como adulto le permita, en forma natural, el ejercicio de una cultura de

legalidad, que forma parte de la vivencia de los derechos humanos y los valores previamente aprendidos.

Es importante la modificación que se hizo a la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos el 10 de junio de 2011, en la cual los derechos humanos quedaron protegidos, al ser incluidos en el Capítulo Primero “De los Derechos Humanos y sus garantías”.

Debido a que tanto los derechos humanos como los valores son aprendidos en el hogar, es importante mencionar el papel fundamental que la familia juega en este aprendizaje.

La familia es el medio natural y necesario para conservar y transmitir valores culturales, educativos y formativos entre sus integrantes.

Dentro de la familia se desarrollan fuerzas afectivas que condicionan las relaciones que sus miembros tienen en la sociedad; es donde el ser humano aprende a interrelacionarse y a socializar.

A partir del cambio de diversos factores (económico, vida cotidiana, educación, violencia, entre otras) lo que sucedía en la vida familiar de hace cincuenta años es muy diferente a lo que acontece actualmente.

El hecho de que alguno de los padres esté fuera de casa y que los hijos se vean ante la situación de ser cuidados por terceros, a veces personas ajenas a la familia, por lapsos que llegan hasta las doce horas diarias, en varias ocasiones hace que los hijos menores de edad construyan estructuras sociales deficientes,

provocadas por una mala educación y una ausente formación en distintos aspectos de la vida, entre ellas el área del aprendizaje de valores.

Actualmente, ambos padres dejan la crianza de sus hijos en manos de terceros, debido a la necesidad económica real o social de lograr un mejor nivel de vida; están menos horas cerca de los niños y los adolescentes, y dejan de vigilar y dirigir los aprendizajes que los llevarán a un sano desarrollo integral.

## **ALTERNATIVAS PARA VIVIR Y ENSEÑAR VALORES EN CASA**

### **¿Qué educa en valores?**

- Lo que digo.
- Lo que no digo..., cuando debería decir algo.
- Lo que dejo que los demás digan.
- Lo que no dejo que los demás digan.
- Lo que hago.
- Lo que no hago..., cuando tengo la obligación de hacer algo.
- Lo que dejo que los demás hagan.
- Lo que no dejo que los demás hagan.

## **¿Cómo enseñar valores a los niños? Acciones concretas**

Enseñar valores implica un compromiso personal. Es necesario dar el ejemplo con actos y palabras claras y sencillas para que los niños los asimilen, los imiten y los vivan.

Es necesario que la familia tenga claros cuáles son los valores que considera importantes y que desea enseñar. Solamente sabiendo cuál es la meta los adultos serán capaces de reconocer y celebrar las ocasiones en las que el niño tenga una conducta adecuada al código de valores que desea inculcarle.

La familia es responsable y encargada de arraigar en los hijos los valores.

Los niños deben aprender a actuar a favor de otras personas sin esperar nada a cambio, para lo cual deben ser educados poco a poco.

Para poder enseñar valores es indispensable tenerlos, vivirlos y defenderlos.

Comunique los valores abiertamente. Hable de porqué los valores son importantes y de cómo los niños, con la práctica de esos valores, serán mejores personas y tomarán buenas decisiones y, por tanto, tendrán una mejor calidad de vida.

Reconozca cómo sus acciones afectan el desarrollo de los valores de su hijo.

Los padres asumen, a veces equivocadamente, que los niños tienen valores “aprendidos”, cuando en realidad pueden estar

confundidos si nunca fueron discutidos, explicados y comentados en forma clara.

Este punto es fundamental para todo el aprendizaje de valores. Muchas veces los padres creen que sus hijos han entendido cabalmente el concepto y la aplicación del valor *verdad*, por mencionar un ejemplo, debido a que han oído en diversas ocasiones hablar a sus padres de la verdad, pero nunca se han sentado a platicar con sus hijos sobre qué entienden ellos por verdad y dónde o cuándo se aplica.

Si los niños no tienen claro el concepto y dónde se aplica, es fácil que cometan errores y esto será debido a la confusión existente en ellos. Esta confusión es aplicable a cualquier valor, por eso la importancia de que esta información sea clara para los menores de edad.

Los niños copian el comportamiento de sus padres, por lo que el buen ejemplo es fundamental.

Considere que sus actitudes y acciones forman la opinión de su hijo.

Los niños pueden entender y validar que hay diferencias entre lo que los adultos pueden hacer legalmente y lo que puede ser apropiado y legal para ellos, como menores de edad.

Considere si sus palabras y acciones pueden provocar algún conflicto o confusión.

Recuerde que los niños son rápidos para detectar cuando los padres envían señales a través de sus actos. Saben cuando los adultos



mienten, tal vez no entiendan la “razón” de la mentira, pero saben que alguien miente. Se dan cuenta de cuando los padres “se portan mal”, quizá no entienda el por qué de ese comportamiento, pero saben que algo está mal hecho; si además los adultos no son reprendidos por esa mala conducta, esta situación será un mal entorno de enseñanza en valores.

Cerciórese de que los niños han entendido cuáles son los valores de la familia, de su familia.

Enseñe al niño a ceder sus juguetes, compartirlos, así como los dulces y otros objetos que sean de él. Es importante determinar la diferencia entre generoso y egoísta; así como establecer esta diferencia con cualquier otro valor, esto le ayudará a entender a qué se refiere el concepto. Ejemplos: verdad-mentira, justicia-injusticia, igualdad-desigualdad, paz-conflicto, etcétera.

Promueva la vida cotidiana en un ambiente de participación y servicio.

Que los menores de edad vean a sus padres ayudar a otros (hacer favores a otros). Esto le enseñará a los niños y adolescentes a identificar las necesidades de los demás.

Es necesario que el niño y el adolescente sepan qué es lo que sus padres o maestros quieren de él.

Explicar al niño la razón de cada orden dada, eso le ayudará a entender el valor de la misma.

Buscar que el niño entienda los beneficios que producirá su obediencia.

Dar la información en forma clara para que el niño y el adolescente sepan con certeza cuáles son sus obligaciones y deberes.

Reforzar en el niño su conducta positiva. Hacerle sentir la aprobación de sus padres o maestros cuando se ejercita algún valor.

Enseñar al niño que la desobediencia no siempre lo llevará a conseguir lo que quiere.

Evitar las mentiras y los engaños, aún cuando sean pequeños. A veces los niños por quedar bien, por fantasías, rebeldía o por orgullo recurren a la mentira, en estos casos se debe corregir sin tratarlos de mentirosos (según la edad de menor), enfocarlos y reforzar a que siempre digan la verdad, aún ante los problemas, ya que estos se resolverán mejor a partir de la verdad.

Permitir y promover que hagan sus deberes por ellos mismos. Hacerles sentir que tenemos confianza en ellos para que realicen sus tareas, que son capaces de hacerlo.

Evitar hacer por ellos lo que son capaces, según su edad. Que asuma las consecuencias lógicas de sus actos y decisiones. Enseñar que el “deber hacer” es más importante que el “querer hacer” y la diferencia entre estos.

Enseñar a no dar excusas, echar culpas o justificaciones para no asumir las consecuencias. Practicar la toma de decisiones a partir de la reflexión del “¿qué hago?” y “¿qué debería hacer?”.

La tolerancia y el respeto podrán llegar a ser aplicados si se le enseña a escuchar a los demás. Puede ayudar el tratar de ponerse de acuerdo con los amigos para las reglas de los juegos,

conocer diferentes culturas, evitar burlarse de los demás, sobre todo, evitar la discriminación.

Los niños aprenderán la perseverancia con el ejemplo de los padres; con el cumplimiento de sus deberes; con la solución de los problemas y las dificultades que se le presenten; jugando, perdiendo o ganando; con sus ilusiones y metas; sintiendo el apoyo de sus padres; sabiendo que se puede aprender tanto de las experiencias malas como de las buenas; percatándose de que vale la pena luchar por lo que se quiere, si lo que se quiere es positivo; cuando tiene que cumplir una tarea para conseguir lo que quiere; teniendo en cuenta sus triunfos y éxitos; recibiendo felicitaciones por sus logros; identificando sus errores y procurando no repetirlos; cuando recibe estímulos de los padres; haciendo manualidades; aprendiendo a ahorrar, etcétera.

Para enseñar la importancia de la austeridad es recomendable insistir en que los hijos deben ser responsables por los bienes que se tienen, tanto los propios como los de la familia o del grupo social donde se vive, sobre todo en su uso moderado.

Enseñarles la diferencia entre lo que es necesario y lo superfluo, no ahogar a los hijos en cosas materiales, educar en el valor real del dinero, el cuidado de las posesiones y el ahorro.

A continuación encontrará algunos de los valores importantes para la vida cotidiana. Cada familia determinará el uso que hará de cada uno de ellos:

- ♦ Honradez y honestidad
- ♦ Bondad

- Modestia
- Solidaridad
- Amor y amistad
- Responsabilidad
- Respeto
- Verdad
- Prudencia
- Fortaleza
- Lealtad
- Libertad
- Caridad
- Justicia
- Igualdad
- Templanza
- Fidelidad
- Paz
- Tolerancia
- Humildad
- Sencillez
- Perseverancia
- Generosidad
- Agradecimiento
- Austeridad

## **Coordinación del Programa sobre Asuntos de la Niñez y la Familia**

Carretera Picacho-Ajusco núm. 238, edificio Torre 2,  
Colonia Jardines de la Montaña,  
Delegación Tlalpan,  
C. P. 01410, México, D. F.  
Tels.: 5631 0040 y 01 800 00 869 00,  
exts. 2118, 2119, 2138, 2313, 2314 y 2375

Contenidos: *Licenciada María Catalina Martínez Granados.*

*La importancia de los valores en la vida cotidiana*, editado por la Comisión Nacional de los Derechos Humanos, se terminó de imprimir en junio de 2012 en los talleres de Imprenta Juventud, S. A. de C.V., Antonio Valeriano 305-A, colonia Liberación, C. P. 02910, México, D. F. El cuidado de la edición estuvo a cargo de la Dirección de Publicaciones de esta Comisión Nacional. El tiraje consta de 30,000 ejemplares