



## Programa de Valores

Responsable: Dra. en Ed. Martha Díaz Flores.

Colaboradora: María Samantha Yamilet Sandoval Huitrón

# Humildad como valor

La humildad es una virtud humana atribuida a quien ha desarrollado conciencia de sus propias limitaciones y debilidades, y obra en consecuencia. La humildad es un valor opuesto a la soberbia. La humildad está relacionada con la aceptación de nuestros defectos, debilidades y limitaciones. Nos predispone a cuestionar aquello que hasta ahora habíamos dado por cierto. En el caso de que además seamos vanidosos o prepotentes, nos inspira simplemente a mantener la boca cerrada. Y solo hablar de nuestros éxitos en caso de que nos pregunten. Llegado el momento, nos invita a ser breves y no regodearnos. Es cierto que nuestras cualidades forman parte de nosotros, pero no son nuestras.

El significado de humildad se relaciona con su origen etimológico. Como tal, la palabra proviene del latín humilitas, que a su vez proviene de la raíz humus, que quiere decir "tierra". Se desprenden, por lo tanto, tres sentidos:

- la humildad como valor;
- la humildad como origen socioeconómico;
- la humildad como sumisión.

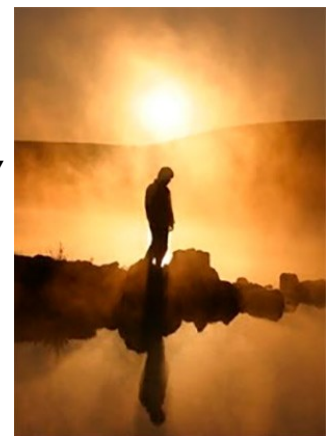
La humildad como valor se refiere a una cualidad de la persona que se "abaja" frente a los demás, porque reconoce la igual dignidad de cada ser humano en tanto que todos vienen "de la tierra". Este último sentido hace de la humildad una actitud relacionada con la virtud de la modestia. La humildad puede ser una cualidad humana independiente de la posición económica o social: una persona humilde no pretende estar por encima ni por debajo de nadie, sino que sabe que todos son iguales, y toda existencia tiene el mismo grado de dignidad.

La paradoja de la humildad es que cuando se manifiesta, se corrompe y desaparece. La coletilla "en mi humilde opinión" no es más que nuestro orgullo disfrazado. La verdadera práctica de esta virtud no se predica, se practica. En caso de existir, son los demás quienes la ven, nunca uno mismo. Ser sencillo es el resultado de conocer nuestra verdadera esencia, más allá de nuestro ego. Y es que solo cuando accedemos al núcleo de nuestro ser sabemos que no somos lo que pensamos, decimos o hacemos. Ni tampoco lo que tenemos o conseguimos. Ésta es la razón por la que las personas humildes, en tanto que sabios, pasan desapercibidas. En la medida que cultivamos la modestia, nos es cada vez más fácil aprender de las equivocaciones que cometemos, comprendiendo que los errores son necesarios para seguir creciendo y evolucionando.

### Contenido:

Introducción	1
Como practicar la humildad	2
8 hábitos de las personas humildes	3
Fuentes consultadas	4

**“La humildad nos permite silenciar nuestras virtudes, permitiendo que los demás descubran las suyas” Clay Newman**





# Cómo practicar la Honestidad

Aprovecha si tu hijo juega en equipo para explicarle **que no siempre se gana** y que aceptar la derrota y felicitar al vencedor es humildad.



Enseña a tu hijo a ganar, sin ridiculizar ni reírse de los que pierden. Y explícale que eso, es humildad.



Los abuelos son fantásticos transmisores de valores como la humildad. Enseña a tu hijo a respetar a las personas mayores y a escucharles. Y diles que eso también es humildad.



Si tu hijo se enfada por sacar malas notas y piensa que su profesor le tiene 'manía', enséñale a aceptar el suspenso y a esforzarse más. Y explícale que eso también es humildad.



Cuando tu hijo vea animales pequeños como mariposas o insectos, explícale que ninguno de ellos es menos importante que los más grandes. Enséñale a respetarlos y entenderá que eso también es humildad.



Pedir perdón no es tarea fácil. Sin embargo, es un acto de reflexión y arrepentimiento necesario. Enseña a tu hijo que es muy importante pedir perdón para enmendar una acción.





# 8 hábitos de una persona humilde

**Evitan la exaltación de su propio ego:** Cuando practicamos la humildad como rasgo de la personalidad, reconocemos nuestras limitaciones, aceptamos a los demás tal como son y comprendemos que estamos de paso por esta tierra;



**Asumen la responsabilidad de sus errores:** Ser humildes significa asumir la responsabilidad por las acciones incorrectas que emprendemos. Si no poseemos una personalidad humilde, no tendremos la oportunidad de crecer como personas.



**Tratan bien y ayudan a sus semejantes:** La personalidad humilde es una cualidad humana independiente de la posición económica o social.



**Saben de donde vienen y para donde van:** Una de las mejores formas de mantener una personalidad humilde es ésta: recordar de donde venimos, donde estábamos antes de conseguir lo que somos o tenemos.



**Son tolerantes:** Reconocen todos tenemos diferentes opiniones, creencias, convicciones, actitudes y procedencia.



**Se disculpan y perdonan a los demás:** La gente con una personalidad humilde sienten la necesidad de ofrecer disculpas cuando ofenden a otro semejante, o cuando se equivocan en sus acciones.



**No menosprecian a sus semejantes:** Las personas que practican la humildad como hábito en su personalidad, poseen la firme creencia de que toda persona es valiosa e importante a pesar de su condición física, social o económica.



**Reconocen que no lo saben todo:** Una persona con un carácter o personalidad humilde posee el hábito de aprender de las circunstancias, y de la gente que se encuentra a su alrededor.





## Bibliografía

- Esteban, E. (2018, octubre 4). *El valor de la humildad en los niños*. Guiainfantil.com. <https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/valores/el-valor-de-la-humildad-en-los-ninos/>
- Marchena, W. A. (2019, agosto 21). *La Humildad: 8 hábitos básicos de la personalidad humilde*. DESARROLLOPERSONALHOY. <https://www.wilsonardila.com/la-humildad-8-habitos-basicos-de-la-personalidad-humilde/>
- Significados. (2014, octubre 17). *Significado de Humildad*. Significados. <https://www.significados.com/humildad/>
- Vilaseca, B. (2014, julio 12). *El valor de la humildad*. El País. [https://elpais.com/elpais/2014/07/11/eps/1405089927\\_286258.html](https://elpais.com/elpais/2014/07/11/eps/1405089927_286258.html)