

¿Qué harías?

Esta lección ayuda a los estudiantes a comprender la empatía y cómo activarla en situaciones cotidianas tanto en la escuela como en el hogar a través de una actividad de discusión de escenarios. Dependiendo de sus alumnos y del tiempo asignado, esta actividad puede ajustarse a sus necesidades; los estudiantes pueden trabajar en grupos pequeños o grandes, eligiendo hablar, escribir y presentar sus ideas o usar el juego de roles en su lugar. Los estudiantes podrían trabajar de forma independiente en sus respuestas y luego pensar, emparejar y compartir. Hay muchas maneras de resolver las situaciones presentadas en la hoja de trabajo de cierre. Tenga en cuenta que se dedica más tiempo al final de esta lección (Empoderar y resumir), así que planifique su tiempo en consecuencia.

CariñosoSubconcepto(s)

Compasión, Empatía, Amabilidad

Plazo de la lección

45 minutos

Los materiales requeridos

- ☐ ¿Qué es lo amable que hacer? Hoja de cálculo

Mapa de Normas

Esta lección se alinea con las Competencias CASEL, los Estándares Nacionales de Educación para la Salud y los Estándares Estatales Básicos Comunes. por favor refiérase a [Mapa de Normas](#) para más información.



**DESIGNADO POR CASEL
COMO PROGRAMA RECOMENDADO
PARA EL APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL.**
Vea la última página para más detalles.

Objetivo de la lección

Serán estudiantes:

- Comprender la definición de empatía.
- Reflexionar sobre situaciones hipotéticas que desencadenen la empatía y formular una respuesta.

Conexión del maestro/autocuidado

La compasión y la empatía van de la mano. Cuando experimenta ese tirón de compasión, a menudo puede expresar empatía simultáneamente. La semana pasada nos enfocamos en prestar más atención a los que con frecuencia se olvidan en su comunidad. Esta semana, el desafío es aún más profundo. Elige a una persona de tu comunidad con la que empatizar y ponte en su lugar por un día. ¿Cómo es su día? ¿Qué luchas podrían encontrar? ¿Cuál podría ser el punto culminante de su día? Si es posible, trata de vivir un día como ellos lo harían. Si esto no es posible, intente visualizar el día o escribir un diario al respecto. La compasión nos lleva a sentir emociones. Sin embargo, la verdadera empatía nos permite colocarnos de lleno en el lugar de la otra persona, con sus altibajos, sus luchas y sus celebraciones. Este simple ejercicio puede ayudarlo a practicar la empatía más fácilmente con todas las personas, tanto a nivel local como internacional.

Consejos para estudiantes diversos

- Tomar notas o hacer una presentación puede ser un desafío para algunos estudiantes; Para asegurarse de que todos los estudiantes estén en una situación en la que puedan maximizar su participación y compromiso, es posible que desee organizar previamente los grupos.
- Primero lea cada escenario en voz alta antes de dividir los grupos para asegurarse de que se escuchen correctamente y con claridad.

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

- Haga circular la sala mientras los grupos trabajan para ayudar a garantizar la inclusión de todos los miembros.



Compartir

3-5 minutos

En nuestra última lección, hablamos sobre cómo podemos mostrar compasión y cuidado por otras personas. Nos escribimos cartas a nosotros mismos que describen cómo podríamos cuidar a otros en nuestra comunidad. Recibirás esas cartas en algún momento cuando no lo esperes y espero que te recuerden el impacto que puedes tener cuando te preocupas por otras personas.

Piense por un minuto en quién se preocupa por usted. Diga el nombre de alguien que se preocupa por usted; ¡ir!

Esto se vuelve un poco ruidoso y caótico, pero es divertido llenar el aire con el sonido de los niños reconociendo a quienes los cuidan. Si será un problema recuperar el control después de aproximadamente 30 segundos a 1 minuto de llamadas, haga que los estudiantes lo hagan de una manera más organizada.



Inspirar

3-5 minutos

Fue realmente enriquecedor escuchar acerca de todas las personas que se preocupan por nosotros. ¡Simplemente llenamos el aire con los nombres de las personas que se preocupan! ¿No es genial?

Ahora, en la Lección n.º 2, donde hablamos sobre las cosas que podríamos hacer para “Dar Cinco” a otra persona, para ayudar a otra persona a sobrellevar el estrés y ayudarla a resolver un problema, mencioné la palabra empatía. ¿Alguien tiene idea de lo que significa esta palabra?

Invite a los estudiantes a responder.

La empatía significa que somos capaces de comprender los sentimientos o el punto de vista de otra persona porque hemos tenido la misma experiencia o una similar. Entonces, por ejemplo, si uno de ustedes se rompe el brazo, puedo empatizar o comprender su dolor y frustración porque yo también me rompí el brazo. Siéntase libre de modificar este ejemplo para que sea cierto para usted.

Cuando tenemos empatía por otra persona, podemos responder genuinamente a sus emociones y sentimientos de una manera que hace que esa persona se sienta escuchada y comprendida.

¡La empatía también puede funcionar en momentos de emoción y alegría! Si vas a hacer un viaje especial a Disney World, por ejemplo, puedo empatizar o entender tu entusiasmo porque he estado en Disney World y sé lo increíble que es. Puedo sentirme emocionado por ti porque sé toda la diversión que vas a tener.

La empatía es una emoción realmente poderosa.



Autorizar

7-10 minutos

Bien, ahora van a dividirse en seis grupos diferentes. Cada grupo recibe un escenario para leer y luego responder las preguntas. Después de que todos los grupos hayan terminado, volveremos a reunirnos como un grupo grande para analizar cada escenario y la respuesta de su grupo. Por lo tanto, debe elegir un lector, un tomador de notas y al menos un presentador.

Puede hacer que los estudiantes tomen notas en papel de cuaderno, en su hoja de escenario o en un bloc de notas adhesivo grande que pueden colgar detrás de ellos en la pizarra como una mini presentación visual.

Use el "¿Qué es lo amable que hacer?" hoja de trabajo incluida a continuación. Dé a los estudiantes unos 10 minutos para leer su escenario y discutir sus respuestas.



Reflejar

5 minutos

Tome tiempo para que cada grupo presente. Esto puede ser al final del día como parte de la estrategia de cierre o ticket de salida. Al presentarse, los estudiantes pueden ganar un boleto de salida.

Asegúrese de resaltar la empatía en la discusión; cada escenario pregunta a los estudiantes si han estado en una situación similar. Pregunte, "¿Cómo se sintió? ¿Qué marcó la diferencia para ti?". Abra esto a otros en el grupo más grande.



Ideas de extensión

- Los estudiantes pueden dramatizar las ideas en las tarjetas de situaciones (en lugar de presentarlas), o pueden dramatizar y luego hacer que un estudiante del grupo haga preguntas a la audiencia o explique su interpretación.
- Los estudiantes pueden escribir otros escenarios que vean o hayan experimentado y usted puede guardarlos para futuras dramatizaciones, indicaciones para diarios y refuerzo de conceptos generales.
- La sección Compartir podría convertirse en una "Red de solidaridad" donde, en lugar de que todos griten a la vez, los estudiantes se paran en un círculo, una persona sosteniendo un ovillo. Cuando ese estudiante dice el nombre de una persona que lo cuida, le tira la lana a otra persona que dice el nombre de alguien que lo cuida. Sostienen su trozo de hilo y luego se lo tiran a otra persona que hace lo mismo. ¡Esto continúa hasta que todos han hablado y queda una gran red de cariño!



DESIGNADO POR CASEL
COMO PROGRAMA
RECOMENDADO PARA EL
APRENDIZAJE SOCIAL Y
EMOCIONAL.

El Colaborativo para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional (CASEL) ha estado revisando programas SEL basados en evidencia desde 2003. Kindness in the Classroom® cumple con el Programa SElect de CASEL y está incluido en el Guía CASEL para programas efectivos de aprendizaje social y emocional.

Kindness in the Classroom® cumplió o superó todos los criterios de CASEL para una programación SEL de alta calidad. Kindness in the Classroom® recibió la designación más alta de CASEL por programación SEL de alta calidad.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

¿Qué es lo amable que hacer?

Escenario 1:

A Melissa, Joe y Christina no les gusta hacer tareas en casa. Cuando sus padres les piden que saquen la basura y saquen a pasear al perro, se quejan y no quieren ayudar.

- ¿Cómo pueden los niños mostrar cuidado y respeto a sus padres? ¿Cómo responderías en esta situación?
- A veces no hacemos lo correcto aunque sabemos que deberíamos hacerlo. ¿Por qué no?
- ¿Qué puedes hacer para responder a tus padres de la manera que tú y ellos quisieran?

Escenario 2:

Alicia está muy emocionada con una falda nueva. Cuando lo usa para ir a la escuela al día siguiente, algunas chicas se burlan de él. Monique es la mejor amiga de Alicia y ve que las chicas se burlan de Alicia.

- ¿Cómo puede Monique mostrarle cariño y respeto a Alicia?
- ¿Cómo responderías si fueras Monique? ¿Si fueras Alicia? ¿Alguna vez has estado en esta situación?
- ¿Qué puedes hacer para defender a tus amigos de una manera cariñosa y respetuosa?

Escenario 3:

La hermana menor de Gwen, Isabel, quiere jugar con Gwen todo el tiempo. Cuando vienen los amigos de Gwen, Isabel no los deja solos y Gwen se enfada mucho.

- ¿Cómo puede Gwen ser amable con Isabel?
- ¿Cómo responderías si fueras Gwen? ¿Si fueras Isabel? ¿Alguna vez has estado en esta situación?
- ¿Cómo podrías ser más paciente e inclusivo con tus hermanos o con tus amigos?

Escenario 4:

La Sra. Martínez siempre está haciendo cosas amables por los niños del vecindario; especialmente para Josie y sus amigos. Les hace galletas, los recoge después de la escuela cuando sus padres están trabajando y los escucha cuando tienen un problema.

- ¿Cómo pueden Josie y sus amigos mostrar gratitud a la Sra. Martínez?
- ¿Alguna vez has estado en una situación similar a la de Josie y sus amigos? ¿Qué hiciste?
- ¿Cuáles son algunas formas en que podemos estar agradecidos con los demás cuando hacen cosas amables por nosotros?

Escenario 5:

Michael está en cuarto grado en su escuela. Constantemente pincha y molesta a otros niños en la clase, es irrespetuoso con el maestro y es un payaso de la clase. Los estudiantes tienen dificultades para concentrarse y quieren que Michael se detenga, pero le tienen miedo. Antonio es su mejor amigo y decide hablar con él sobre los problemas.

- ¿Cuáles son algunas formas respetuosas en las que Antonio puede hablar con Michael sobre la forma en que está actuando?
- ¿Cómo responderías si fueras Antonio? ¿Si fueras Miguel? ¿Alguna vez has estado en esta situación?
- Puede ser tentador tratar a Michael de la misma manera que trata a los demás. ¿Cómo puedes ser amable incluso cuando puede ser difícil hacerlo?

Escenario 6:

Eric juega en un equipo de béisbol de las ligas menores y no le gusta toda la basura que la gente deja en el campo de béisbol después de los partidos.

- ¿Qué pueden hacer Eric y sus amigos para ayudar con el problema de la basura en el campo de béisbol?
- ¿Cómo responderías si fueras Eric y sus amigos? ¿Alguna vez has visto un problema como este y no sabías exactamente qué hacer?
- No siempre nos tomamos el tiempo para descubrir qué podemos hacer para resolver los grandes problemas. ¿Qué nos impide hacerlo?

