

Empatía | Entorno de aprendizaje KIDS4ALLL

 learn.kids4all.eu/es/tg1/know-what/empathy

12. Dezember 2022

Primary tabs

Empatía

¿Sabes cómo se sienten y piensan realmente los demás?

A menudo es muy difícil, pero con un poco de práctica puedes entender mejor a las personas que te rodean y, además, reaccionar mejor ante ellas.

¡Aprende sobre la empatía y sobre un método muy concreto para conocer mejor a los demás!

Antes de sumergirnos en los sentimientos de los demás, ¡veamos qué sabes de ti mismo a través de este breve calentamiento!

Diríjete a tu compañero y conversar sobre el siguiente tema:

¿Alguna vez has querido ocultar lo que sientes?

¿Qué hiciste cuando no querías mostrar a los demás que estabas triste (o feliz)?

¿Por qué ocultaste tus sentimientos?



Junto a tu compañero, mira el video sobre empatía o lee su extracto.

Explica qué es la empatía, por qué es importante y da consejos para ser más empático.

Qué es la empatía

¡Y ahora comencemos con las actividades!

Ahora, ambos debéis tomar una hoja de papel o abrir un documento en línea.

Uno de vosotros responderá estas dos preguntas:

- 1: ¿Qué significa empatía?
- 2: ¿Por qué sería bueno para ti ser empático?

Y el otro responderá a estas preguntas:

- 1: ¿Por qué es importante la empatía?
- 2: ¿Cuáles son las 4 cosas que puedes practicar para ser más empático?

Mira el video o lee el texto **nuevamente** y escribe las respuestas a tus preguntas.

Cuando terminéis, compartid vuestras respuestas entre vosotros. Si no pudiste pensar en una respuesta a una pregunta, discútela con tu compañero y mira lo que piensa.



Piensa en alguien de tu escuela u organización.

1. Elija a alguien con quien tengas contacto regular PERO que no sea demasiado cercano. Puede ser un compañero, mentor, maestro, personal de cocina, miembro de su equipo deportivo, etc.
2. Dibuja tu mapa de empatía en un papel o en un documento en línea. Solo necesitas 4 cuadrantes para “hacer”, “decir”, “pensar” y “sentir”, y escribir el nombre de la persona en la parte superior.
3. ¡Ahora es el momento de la acción! Trata de hablar con la persona que eligiste en el paso 1 tanto como sea posible durante 3 días. No traigas tu mapa de empatía para las discusiones, pero complétalo después de cada vez que hablaste con esta persona o la observaste hablar con otros. ¡Escucha lo que dice la persona, observa lo que hace y trata de pensar lo que la persona está sintiendo y pensando también! Puede ser difícil al principio, pero no te preocupes, ¡para el último día lo lograrás! Dedica unos 20 minutos todos los días a completar tu mapa de empatía.

4. En el último día del experimento, compare tus mapas de empatía con tu compañero. Presentaros el uno al otro lo que habéis averiguado sobre la persona que observásteis. Comparte con los demás tus respuestas a estas preguntas: ¿Hubo ocasiones en que las palabras no coincidían con acciones, pensamientos o sentimientos? Si es así, ¿por qué crees que sucede esto? ¿Alguna vez has experimentado lo mismo?

Si desea que su contenido esté en la galería KIDS4ALLL, pídale a su educador que lo cargue en el área work.it. Saber más



¡Creemos una nube de palabras relacionadas con la empatía y enviémosla como una postal en línea!

Piensa cuáles son los elementos de la empatía, cómo puedes practicarla, por qué es bueno ser empático, etc. ¡Intenta escribir al menos 10 palabras y luego compártelas con tu compañero! ¡Tal vez mientras compartes, se te ocurran nuevas palabras! Ahora toma tu lista y dibuja una nube de palabras en un papel del que puedas tomar una foto, o crea la nube de palabras en línea, escribiendo tus palabras en el cuadro y luego haz clic en "generar nube".



Comparte tus respuestas con tu compañero sobre las siguientes preguntas:

¿Cuáles fueron las 3 cosas más importantes que aprendiste sobre la empatía?

¿Cómo puedes ser más empático en el futuro?

¡Descárgate la aplicación gratuita KIDS4ALLL y tu deseo se hará realidad!



Comparte postales

Files must be less than **2 MB**.

Allowed file types: **gif jpg jpeg png**.