

# Cariñoso

Esta es la tercera semana en la unidad de cuidado. Los estudiantes se centrarán en la empatía y en encontrar puntos en común con los demás, independientemente de su origen y ubicación.

Comience la unidad con la lección de toda la clase y luego intente completar al menos dos de las mini lecciones con sus alumnos durante la semana. Cada mini lección está diseñada para presentar elementos de la lección principal en formas nuevas y atractivas.

## Lección principal

**Lección para toda la clase**  
30 minutos



### Elige tu empatía

Esta es la tercera semana en la unidad de cuidado. Los estudiantes se centrarán en la empatía y en encontrar puntos en común con los demás, independientemente de su origen y ubicación. *(Consulte la página 2 para ver los detalles de la lección.)*

## Mini lecciones

**Para Grupos Pequeños**  
15 minutos



### Luchas comunes

Divida la clase en grupos de 6-8. Con su pequeño grupo, seleccione un escenario común que otros adolescentes experimenten en todo el mundo, independientemente del dinero, el entorno, etc. Escriba su idea y enumere 3 detalles de apoyo para respaldar su respuesta. Comparta su terreno común con el grupo grande.

**Para Socios**  
15 minutos



### Terreno común

Haga que los estudiantes se asocien con alguien de quien no sean amigos o que no conozcan muy bien. Crea una lista con tu pareja destacando 10 cosas que tienen en común. NO puede incluir atributos obvios como apariencia, grado, género, etc. ¡Profundice!

**Para individuos**  
15 minutos



### Bienvenido a casa

Cree un cartel de bienvenida a casa para un veterano que regresa a casa en su comunidad. Hable con su VFW local para obtener más información sobre cuándo podrían llegar y cómo entregar su banner. También puede crear una pancarta de bienvenida a casa para todos los veteranos de Vietnam que no recibieron un feliz regreso a casa.

**Centrado en la tecnología**  
15 minutos



### Conciencia extendida

Divídanse en pequeños grupos. Identifique una campaña reciente que usted se cuenta de a través de la tecnología específicamente. Los ejemplos pueden incluir los derechos de los animales, la falta de vivienda, la intimidación, etc. ¿Cómo te ayudó la tecnología a tomar conciencia y cómo puedes usar la tecnología para ACTUAR y AYUDAR a difundir la conciencia ahora que sabes?

# Elige tu empatía

Esta es la tercera semana en la unidad de cuidado. Los estudiantes se centrarán en la empatía y en encontrar puntos en común con los demás, independientemente de su origen y ubicación.

**Plazo de la lección**

30 minutos

**Los materiales requeridos**

- ❑ No se requieren materiales para esta lección.

**Mapa de Normas**

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

**Objetivo de la lección**

Serán estudiantes:

- Explora la diferencia entre simpatía y empatía.
- Desarrollar una comprensión de la empatía tal como se aplica a ellos personalmente.
- Practique la empatía en una variedad de escenarios a lo largo de su rutina diaria.

**Conexión del maestro/autocuidado**

Cada estudiante con el que trabajas es único. Tal vez trabaje con estudiantes que provienen de entornos desafiantes. Tal vez trabaje con estudiantes que tienen hogares amorosos muy estables. Tal vez trabaje con estudiantes que están en hogares de guarda o que viven con la familia ampliada o que no tienen hogar. Tal vez trabaje con estudiantes que aman la escuela y les va bien. Tal vez trabaje con estudiantes a quienes no les gusta la escuela y están atrasados en su nivel de grado. Sea cual sea la situación, busque el terreno común que comparte con cada estudiante, tanto en sus desafíos como en sus triunfos. Ser capaz de empatizar con lo que están pasando fuera de su cuidado lo ayudará a ser más cariñoso y compasivo con ellos cuando estén a su cargo. Los estudiantes a esta edad están formando sus identidades y anhelan ser vistos y conocidos. Mostrar empatía hacia ellos como individuos contribuirá en gran medida a ayudarlos a enfrentar los desafíos y formar una imagen saludable de sí mismos.

**Compartir**

3-5 minutos

Estamos a la mitad de nuestra unidad sobre el cuidado y hemos cubierto tanto el cuidado personal como la gratitud. Esta semana nos centraremos en la empatía, lo que eso significa y cómo podemos realmente aprovecharla a lo largo de nuestra vida diaria.

¿En qué crees que se diferencian la simpatía y la empatía?



## Inspirar

15 minutos

La palabra empatía a menudo se usa a la ligera, pero muchas personas luchan por definirla realmente por sí mismos. Una forma de ayudarse a crear esta comprensión personal es observar la diferencia entre los dos conceptos que se intercambian con frecuencia pero que tienen significados muy diferentes: simpatía y empatía.

La simpatía se define como sentir lástima o pena por la situación de otra persona. Los bebés tan pequeños como un año les muestran esto a sus padres o hermanos cuando se lastiman. Los ves correr hacia la persona con cara de tristeza ofreciéndole un abrazo y un poco de amor porque reconoce su dolor. Sin embargo, hay una gran diferencia entre sentir lástima por alguien y comprender realmente cómo se siente.

La empatía es la capacidad de comprender verdaderamente las emociones de otra persona y ver las cosas desde su perspectiva. Somos capaces de ponernos en sus zapatos y sentir lo que sienten, ver lo que ven y, en última instancia, comprender la situación desde su punto de vista. A menudo sentimos que este concepto es fácil cuando hemos tenido una situación similar (¡o incluso exactamente la misma!) en nuestras vidas. Si bien esto es algo exacto, la verdadera empatía nos empuja a ver las cosas desde la perspectiva de la otra persona, que es el verdadero desafío. La forma en que interpretas una situación podría (y a menudo es) muy diferente a la de los que te rodean.

Exploremos esta situación con una actividad común que todos hemos experimentado en la escuela:

- Cierra los ojos e imagina que acabo de anunciar que hoy tenemos una asamblea durante la clase. Nos iremos en los próximos 3 minutos.
- Está bien, abre los ojos.
- Levante la mano si se siente emocionado por este cambio repentino.
- Ponte de pie si te sientes molesto/ansioso por este cambio repentino.
- Permanezca sentado si se siente molesto por este cambio repentino.
- Ahora todos miren a su alrededor; hay una variedad de respuestas a la situación exacta. Todos hemos experimentado una asamblea en algún momento. Sin embargo, el tipo de asamblea, el tema de la asamblea y nuestras preferencias personales influyen en nuestra perspectiva de la actividad. Cuando realmente muestra empatía, lo primero que piensa es ponerse en el lugar de la otra persona en función de lo que pueda estar sintiendo hacia la situación. Observar el lenguaje corporal, las expresiones faciales y el tono de las palabras que usa puede ayudarte a sentir empatía.



## Autorizar

15 minutos

Explique que la clase ahora practicará cómo mostrar empatía usando las habilidades anteriores. El maestro leerá dos escenarios en voz alta. Cada estudiante debe elegir la situación con la que mejor puede empatizar. Seleccione varios estudiantes para compartir las razones de su elección después de cada ronda.

#### Direcciones:

- Divida la habitación en Escenario A (frente) y Escenario B (atrás).
- Explique que leerá dos escenarios en voz alta. Cada alumno debe plantearse con qué situación puede empatizar mejor.
- Una vez que han tomado su decisión, cada estudiante debe caminar hasta el área correspondiente de la sala.
- Repita de 3 a 5 veces y asegúrese de que cada alumno explique su elección al menos una vez.

#### Escenarios:

- Llegar tarde a la escuela versus perder el autobús escolar
- Olvidar tu almuerzo vs. olvidar tu tarea
- Ser intimidado versus ser ignorado
- Reprobar una prueba frente a no saber la respuesta cuando se le solicita
- Caminar solo a casa y alguien te sigue versus estar solo en casa y un extraño llama a la puerta



### Reflejar

5-7 minutos

Los escenarios elegidos hoy son situaciones de la vida real que pueden suceder y suceden todos los días a estudiantes de séptimo grado como usted. Es extremadamente importante tomarse el tiempo para considerar a la otra persona antes de compartir su comprensión de su experiencia.

- ¿Qué podría pasar si no piensa en la perspectiva de la otra persona antes de compartir su comprensión?
- ¿Cómo se puede ser más cauteloso a la hora de mostrar empatía?

Recuerda, algunos temas te causan pánico mientras que otros te emocionan. Sin embargo, lo contrario puede ser cierto y usted podría ofenderlos accidentalmente con su reacción positiva a una situación que les causó mucha ansiedad.