

2.4

Convivir desde la empatía

Introducción

Cuando las actividades en el aula se orientan a la generación de vínculos empáticos se crea un clima de cooperación, solidaridad y apoyo mutuo que a la par genera condiciones favorables para el aprendizaje y el logro de objetivos comunes. Por eso, el énfasis de esta variación se encuentra en el reconocimiento de las ventajas de convivir desde la empatía.

¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes reconozcan la importancia de establecer **vínculos sanos** basados en la empatía y en la consideración a los demás.

¿Por qué es importante?

Para que la empatía se asimile de forma autónoma es necesario practicarla continuamente destacando sus ventajas y la importancia que tiene en la generación de vínculos de convivencia sanos y equitativos.

Concepto clave

Vínculos empáticos

Orientaciones didácticas

2 min. Grupal

Introducción para los estudiantes

- Solicite a los estudiantes que lean la introducción, la cita y “*El reto es*”.
- Si la actividad lo permite, pregunte al grupo si saben cómo se establecen vínculos sanos. Esto permitirá recuperar conocimientos previos.

7 min. Parejas

Actividad 1

Descripción de las características de una respuesta empática y una no empática a partir de un caso de acoso escolar.

- Pida a los estudiantes que se organicen en parejas e identifiquen cuál sería la respuesta empática y cuál la no empática por parte de un de un testigo de un caso de acoso escolar.
- Propicie la participación de dos parejas para que compartan sus conclusiones con el grupo.
- Recuerde que el acoso escolar es un acto intencional que puede presentarse una vez o ser recurrente, su intención es dominar, controlar, agredir o lastimar física, emocional o socialmente a otra persona vulnerando su integridad, dignidad y derechos.

Ciencias experimentales

2.4


Convivir desde la empatía

“Amar es encontrar en la felicidad del otro tu propia felicidad”.
Wilhelm Leibniz.

La convivencia se genera desde el momento en que dos o más personas se relacionan en una situación, espacio y tiempo determinados. La calidad de esa convivencia (nutritiva o tóxica) depende de las habilidades afectivas y sociales que cada uno muestre al momento de tratarse, por ejemplo: el respeto, el diálogo, la escucha activa, el reconocimiento de la validez de ideas y creencias, el manejo de emociones, la cordialidad y por supuesto la **empatía**.
El reto es reconocer la importancia de establecer vínculos sanos basados en la empatía y en la consideración a los demás.

Actividad 1.

a. En parejas, observen la imagen y escriban una respuesta empática y una no empática por parte del testigo:



Respuesta empática

Respuesta no empática

b. Analicen las ventajas y desventajas de cada respuesta para quien padece el acoso y para la persona que es testigo. Compártanlas con el grupo y al terminar escriban una conclusión aquí o en su cuaderno.

Actividad 2.

a. Completa la tabla aquí o en tu cuaderno escribiendo dos experiencias personales con la empatía. En el primero relata una situación en la que hayas sentido empatía con alguien y en el segundo una en la que alguien mostró empatía contigo:

CONSTRUYE T www.sems.gob.mx/construyet Conciencia social | 1

8 min. Individual

Actividad 2

Descripción de una experiencia personal relacionada con la empatía.

- Solicite a los estudiantes que individualmente realicen la actividad, completen la tabla en su material o en su cuaderno y lean las preguntas.
- Propicie participaciones voluntarias para responder las preguntas finales de la actividad.

1 min. Grupal

Lectura del texto y conclusión

- Pida a un alumno que lea en voz alta el texto, y al resto del grupo que siga la lectura en silencio. Si el tiempo se lo permite puede comentar una conclusión breve.

1 min. Individual

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

- Solicite que escriban en su cuaderno o en el material lo que consideraran más relevante de la lección

1 min. Individual

Para tu vida diaria, ¿Quieres saber más?, Concepto clave

- Invite a sus estudiantes a leer y a realizar las actividades de las secciones. En *¿Quieres saber más?* Encontrarán información sobre la importancia de la empatía en las relaciones interpersonales.

Lección 2. Nuestros vínculos con los demás Convivir desde la empatía

1. Experiencia personal en donde sentí empatía por alguien	2. Experiencia personal en donde alguien mostró empatía conmigo
¿Cómo te sentiste?	
¿Pasó algo en tu relación con esa persona? ¿Qué?	
¿Qué aprendiste de esa experiencia?	

b. Pensando en tus compañeros de escuela y tus maestros, identifica las ventajas de relacionarte empáticamente con los demás, para ti y para la convivencia. Compártelas brevemente con el grupo.

Reafirmo y ordeno

Para sentir empatía necesitamos sincronizarnos con las emociones, ideas y situación de la otra persona evitando juzgarla, minimizar lo que le pasa, pensar que hace las cosas mal y que nosotros las haríamos bien, porque de lo que se trata es de comprender y si es posible, de apoyar. Cuando nos vinculamos a partir de la empatía establecemos una conexión con todas las personas, como si yo estuviera en el otro y el otro en mí, lo que hace que se genere la idea de comunidad y unión. Las relaciones empáticas fortalecen el afecto y la confianza entre las personas, favorecen el manejo de conflictos, el aprendizaje colaborativo y el logro de objetivos individuales y colectivos.

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

Para tu vida diaria

Conversa con tu familia lo que has aprendido sobre la empatía y analiza qué tanto la aplican en sus relaciones, los momentos en los que no han sido empáticos y la forma en que pueden mejorar a partir de las tareas de casa y las actividades que realicen juntos.

¿Quieres saber más?

Para que fortalezcas tus conocimientos sobre la empatía y su importancia en las relaciones interpersonales, consulta el video "¿Qué es la empatía?" disponible en: https://youtu.be/s4dfy22j_I_E

CONCEPTO CLAVE

Vínculos empáticos: Son relaciones basadas en el respeto mutuo y la consideración recíproca. Fomentan lazos afectivos y emocionales sólidos entre las personas que los experimentan.

2 | Conciencia socialwww.sems.gob.mx/construyet

Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Para el aula:

En el aula, procure destacar las acciones empáticas que sucedan en las actividades de su asignatura.

En caso de crisis emocional:

Si los temas o actividades de las variaciones provocan en los estudiantes emociones desagradables y/o reacciones de llanto, alzar el tono de voz o deseos de no continuar con las actividades, le sugerimos detenerse un momento, preguntar al estudiante ¿qué le serviría en ese momento? y brindarle las opciones de continuar con la actividad o salir del salón a tomar aire fresco y realizar respiraciones profundas, escribir en su diario de emociones o atender las sensaciones en el cuerpo, con el fin de que pueda mantener la calma. Si detecta que se trata de un caso difícil que usted no puede manejar, es deseable que lo canalice a las autoridades escolares competentes, orientador o psicólogo escolar.

Inclusión:

Se recomienda incluir por igual a todos los estudiantes en las actividades de las variaciones, poniendo énfasis en aquellos con discapacidad, alumnos en situación de calle, con aptitudes sobresalientes, con enfermedades crónicas, entre otras condiciones. Si tiene dudas puede consultar el documento *Equidad e Inclusión (Modelo educativo. México: SEP, 2017)* y el Artículo primero de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, disponibles en los siguientes enlaces:

Equidad e Inclusión:

<http://www.sems.gob.mx/work/models/sems/Resource/12302/1/images/equidad-e-inclusion.pdf>

Artículo primero: http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/1_150917.pdf

Para su vida diaria:

Realice las actividades de esta lección y comparta con sus colegas docentes sus experiencias, próngales un plan para trabajar la empatía en todas las asignaturas del grado.

Evaluación de la lección

De acuerdo con las siguientes afirmaciones, seleccione la opción que refleje su opinión.

Rubro	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Al menos 50% de los estudiantes reconocieron la importancia de establecer vínculos sanos basados en la empatía y en la consideración a los demás.					
Los estudiantes mostraron interés y se involucraron en las actividades.					
Se logró un ambiente de confianza en el grupo.					
¿Qué funcionó bien y qué efectos positivos se observaron al realizar las actividades?					
Dificultades o áreas de oportunidad					
Observaciones o comentarios					