

Puedes personalizar los temas de reflexión para satisfacer las necesidades de los estudiantes y las limitaciones de tiempo. Crea una experiencia de ejercicio única cada vez que regreses a esta lección eligiendo diferentes temas: ¡cada ejercicio puede revelar algo nuevo para los estudiantes!

EMPATÍA

La capacidad de comprender y compartir los sentimientos de otra persona

Conexión cuerpo-mente

Cuerpo

¿Cómo se siente tu cuerpo después de completar el ejercicio?

Mente

¿Cómo se siente tu mente después de completar el ejercicio?

Definición

¿Qué significa EMPATÍA para ti en este momento?

Auto-conexión

Pasado

¿Alguna vez has visto una película y has sentido que entendías por lo que estaban pasando los personajes? ¿Cómo pudiste empatizar con ellos?

Presente

¿Cómo puedes saber que alguien te está escuchando?

Futuro

¿Cómo puedes mejorar tus propias habilidades de escucha?

Conexión del mundo real

Familia

Pretende ser un miembro de tu familia haciendo un dibujo de él/ella e imaginando lo que podría estar sintiendo en este momento.

Ambiente de aprendizaje

¿Cómo puedes mostrarle a un/a compañero/a de clase que estás escuchando cuando está compartiendo?

Comunidad

¿Crees que la gente muestra empatía más fácilmente con los que están dentro de su comunidad o con los que están fuera de su comunidad, y por qué?

Conexión académica**Artes del lenguaje inglés**

¿Qué podría aprender alguien si caminara en tus zapatos por un día? Dibuja el contorno de un zapato y rellénalo con palabras que representen quién eres.

Estudios Sociales

Elige una figura histórica que estés estudiando actualmente y practica la empatía histórica imaginándote a tí mismo/a como esa persona. ¿Qué podría haber estado sintiendo esta persona durante este tiempo de la historia?

CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas)

¿Cómo puedes mostrar empatía con alguien cuando te comunicas en las redes sociales?

Dato curioso

Los elefantes, delfines, ballenas, chimpancés y un puñado de otros animales pueden sentir empatía, según una parte de su cerebro que es similar al cerebro humano.