



EMPATÍA

CÓMO SERÍA ESTAR EN SU LUGAR- EMPATÍA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 25 minutos aproximadamente.

2._-BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

Se le pide al alumno/a que lea el texto, relativo a un caso que refleja una situación cotidiana en la que se presenta un conflicto. Una vez que el alumno/a ha leído el caso, se le pide que lo vuelva a leer, pero ahora poniéndose en el lugar particular de uno de los personajes. Por último, se anima al alumno/a a hacer una reflexión sobre lo leído.

A modo de ejemplo se muestra un caso, éste puede ser adaptado o modificado según las situaciones puntuales (la idea es que el caso resulte significativo para los alumnos, pero sin provocar que alguno/os se sientan particularmente identificados o señalados).

Análisis de un caso

.Kevin, un joven peruano de 16 años, llega a Chile junto a su madre y sus hermanos, principalmente por razones económicas. Sus compañeros se muestran en un principio curiosos por la apariencia física de este nuevo compañero y por su manera de hablar, haciéndole miles de preguntas y queriendo estar cerca de él.

Pasado un tiempo el profesor escucha en un recreo a uno de sus alumnos, Carlos, discutiendo con Kevin, quien le grita: *¡De nuevo perdimos por tu culpa, por qué no mejor te vai de vuelta a tu país si acá no servi de nada!* Kevin le grita algo de vuelta y se va solo a otro lugar del patio. El profesor, quien en ese momento va a una reunión, pasa por alto el incidente, ya que además piensa que es bueno que los alumnos aprendan a defenderse por sí mismos. Sin embargo, se queda pensando que aunque es la primera vez que ve a un compañero agrediendo tan directamente a Kevin, no es la primera vez que lo ve solo en el patio y al parecer no tiene mayor relación con sus nuevos compañeros.

La mamá de Kevin, la señora Marta, en una reunión de curso le comenta al profesor que está muy preocupada por la situación de su hijo, ya que lo nota muy solitario y suele decir que “me quiero ir de vuelta a Perú, acá todos los

chilenos son unos racistas y me discriminan sólo por ser de otro país”. El profesor, le dice que él también nota que Kevin está algo aislado, pero le dice que los jóvenes son así, algunos se integran más fácilmente que otros, por lo que solo hay que esperar a que entre en confianza con los demás. En ese momento llegan otras mamás de los alumnos a reclamar por las notas de sus hijos por lo que el profesor no puede seguir hablando con la señora Marta.

Ahora vuelva a leer el caso imaginando que tú eres:_____

LA CARTA – EMPATÍA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 40 minutos aproximadamente.

2.-BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

El alumno/a debe escribir una carta, en la que debe imaginar que acaba de llegar a un nuevo colegio y un nuevo curso, donde no conoce a nadie y en donde se siente evidentemente diferente a la mayoría. La carta no debe ocupar más de una cuartilla y la deben escribir en un tiempo máximo de 20 minutos. Para facilitar la escritura de la carta se le entregarán ciertas preguntas o sugerencias. Finalmente, se realizará una reflexión sobre la actividad.

Para escribir la carta:

Imagina que acabas de llegar a un nuevo curso en donde te sientes evidentemente diferente a la gran mayoría, ya sea por tu apariencia física, por tu estilo, por tus ideas, por tu rendimiento académico, por tu pertenencia a un determinado grupo, etc.

Escoge una de estas razones o inventa una nueva. Luego escribe una carta, en donde plantees, entre otras cosas:

- ¿Cuáles son tus primeras sensaciones? ¿Cómo te sientes?
- ¿Cómo te han recibido tus compañeros y compañeras?
- ¿Qué te gustaría expresarles?
- ¿Qué sientes respecto a ti mismo (a)?

Para la reflexión:

- 1) ¿A quién fue dirigida la carta? ¿Qué tipo de emociones predominaron?
- 2) ¿La diversidad fue fuente de beneficios o dificultades? ¿Por qué crees que lo imaginaste así?
- 3) ¿Por qué escogiste determinada característica de diversidad?
- 4) ¿Cómo crees que afecta en el propio autoconcepto las actitudes de los otros hacia uno?
- 5) ¿Qué le encuentras de positivo a la diversidad?
- 6) ¿Qué le encuentras de negativo a la diversidad?
- 7) ¿Has vivido alguna situación que quieras compartir en la que te hayas sentido muy diferente al resto?

EL OTRO –EMPATÍA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 30 minutos aproximadamente.

2.-BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

Se presenta al alumno/a el texto titulado “¿Te has dado cuenta qué...?”. Se le pide que lo lea atentamente y se le proponen algunas cuestiones, que favorecen la reflexión.

¿TE HAS DADO CUENTA QUÉ...?

- Cuando otro actúa de esa manera, decimos que tiene mal genio;
pero cuando tú lo haces, son los nervios.
- Cuando el otro se apega a sus métodos, es obstinado;
pero cuando tú lo haces, es firmeza.
- Cuando al otro no le gusta tu amigo, tiene prejuicios;
pero cuando a ti no te gusta su amigo, sencillamente muestras ser un buen juez de la naturaleza humana.
- Cuando el otro hace las cosas con calma, es una tortuga;
pero cuando tú lo haces despacio es porque te gusta pensar las cosas.
- Cuando el otro gasta mucho, es un despilfarro;
pero cuando tú lo haces, eres generoso.
- Cuando el otro encuentra defectos en las cosas, es maniático;
pero cuando tú lo haces, es porque sabes discernir.
- Cuando el otro tiene modales suaves, es débil;
cuando tú lo haces, eres cortés.
- Cuando el otro rompe algo, es torpe;
cuando tú lo haces, eres enérgico.
- ¿Por qué te fijas en las astillas que tiene tu hermano en el ojo
y no te fijas en la viga que tienes en el tuyo?
- Veamos las virtudes de los demás, y dejemos de juzgar,
que conforme a nuestro juicio seremos juzgados.

Texto enviado por EL ÁNGEL DE LA WEB

PARA HACER:

1. Lee las diferencias que establecemos entre nosotros y los demás.
¿Estás de acuerdo?

¿Nos sucede eso con frecuencia?

2. Concretar más y mejor: aplicarlo a la vida diaria, concluyendo la frase
«Cuando el otro.....»,
yo.....».

¿QUÉ SIENTEN? – EMPATÍA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 30 minutos aproximadamente.

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

El alumno/a debe leer los textos y las reflexiones que aparecen en el primer lugar de la ficha de trabajo y a continuación deberá contestar a las cuestiones que se le plantean.

“Antes, Carla y Julia se insultaban. Ahora no lo hacen porque saben cómo se siente una de mal, cuando eso ocurre”.

“Teo es un chico muy tranquilo. Nunca se mete con nadie. Sus compañeros y compañeras le admiran”.

“Es importante saber lo que siente un compañero/a, cuando ha tenido un problema, cuando le ha ocurrido algo, cuando lo está pasando mal, cuando se han metido con él...Si somos capaces de saber qué siente y comprender su emoción o estado de ánimo, entonces estamos siendo inteligentes. Es importante distinguir en los demás cuando se encuentran: tristes, cariñosos, apenados, aburridos, alterados, molestos, asustados,...”.

Responde a las siguientes preguntas:

1. Carlos se ha burlado de Sandra. ¿Cómo se sentirá Sandra?
2. María ha aprobado una evaluación de Matemáticas. ¿Cómo se sentirá?

3. Has insultado a un compañero sin ningún motivo. ¿Cómo se sentirá tu compañero?
4. Pilar no le hace caso a Rosa, no le habla y no quiere saber nada de ella. ¿Cómo se sentirá Rosa?
5. Teresa le ha tirado del pelo a Isabel. ¿Cómo se sentirá Isabel?
6. ¿Cómo descubres que una persona está....APENADA?
7. ¿Cómo descubres que una persona está....FURIOSA?
8. ¿Cómo descubres que una persona está....ASUSTADA?

CAPERUCITA ROJA – EMPATÍA

1.-TIEMPO DE APLICACIÓN: 40 minutos aproximadamente.

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

Se presenta al alumno/a el texto titulado “Caperucita Roja y el Lobo”. Se le pide que lo lea atentamente y se le proponen algunas cuestiones, que favorecen la reflexión.

CAPERUCITA ROJA

Hola, me llamo Caperucita Roja. Vivo en la ladera de un gran bosque con mi mamá. Ayer ella me pidió que le llevara a mi abuelita, que vive al otro lado del bosque, unas galletas que había hecho. Bueno, pues yo estaba viendo uno de mis programas de televisión favoritos y le dije a mi mamá que iría más tarde. Ya se imaginarán lo que contestó ella. Cuando quiere que alguien le haga un favor, tiene que ser al instante, sin importarle lo que esté haciendo esa persona en ese momento.

Entonces tomé las tontas galletas y me fui. En el camino me encontré al Gran lobo malo. La verdad, no pasé a su lado, él saltó hacia mí. Os contaré que es horrible, pero él piensa que es fenomenal. Yo estaba de muy mal genio. Así que no me interesó saber nada de él. Por eso le dije que se quitara del camino y me dejara llevar las galletas a mi abuela. Creo que él pudo ver mis intenciones porque salió corriendo.

Pues bien, al llegar donde mi abuelita la encontré en la cama. Creí que estaba enferma o algo así. ¡OH. Abuelita!, ¡tu peluda cara me asusta! Tus ojos están aguados y tu nariz empapada. ¡Te ves feísima! Ella me dijo que se sentiría mejor después de que se comiera el postre. Repentinamente, me di cuenta de que el postre era yo. Fue la forma corno lo dijo lo que me hizo entender. Supe que tenía razón cuando saltó de la cama y se abalanzó sobre mí. Y ví que no era mi abuelita.

El Gran Lobo Malo había tomado un atajo hacia la casa de la abuela. A pesar de que no tuve una gran cantidad de tiempo para pensar acerca de eso, me pregunté qué estaría pasando con mi abuelita. Después de todo, aunque no

quería hacerle el favor a mi mamá en mitad de mi programa de televisión, la abuelita es uno de mis personajes favoritos.

Repentinamente, ella apareció y parecía muy contenta. Había estado pisando uvas para hacer el vino de Navidad. Creo que ella se debió caer encima de las uvas, porque estaba púrpura de la cabeza a los pies. Creo que el Gran Lobo Malo debió haber pensado que ella era un monstruo, lanzó un alarido y desapareció. Yo corrí y la abracé fuertemente. ¡Mi abuelita es increíble!.

EL LOBO

El bosque era mi hogar. Yo vivía allí y me gustaba mucho. Siempre trataba de mantenerlo limpio y ordenado. Cuando...

Un día soleado mientras yo estaba recogiendo la basura dejada por unos excursionistas, sentí pasos. Me escondí detrás de un árbol y ví venir a una niña vestida en forma muy divertida, toda de rosa y con su cabeza cubierta, como si no quisiera que la vieran.

Naturalmente, me puse a investigar. Le pregunté quien era, a dónde iba, de dónde venía, etc. Ella me dijo, cantando y bailando, que iba a casa de su abuelita con una canasta para el almuerzo. Me pareció una persona honesta, pero estaba en mi bosque y, ciertamente parecía sospechosa con esa ropa tan extraña.

Así que decidí darle una lección y enseñarle lo serio que es meterse en el bosque sin anunciarse antes y vestida en forma tan extraña. Le dejé seguir su camino, pero corrí a la casa de su abuelita. Cuando llegué, vi a una simpática viejita y le expliqué el problema y ella estuvo de acuerdo en que su nieta merecía una lección. La viejita estuvo de acuerdo en permanecer oculta hasta que yo la llamara. Y se escondió debajo de la cama.

Cuando llegó la niña, la invité a entrar al dormitorio donde estaba acostado, vestido con la ropa de la abuelita. La niña llegó sonrojada y me dijo algo desagradable acerca de mis grandes orejas. He sido insultado antes, así que traté de ser amable y le dije que mis grandes orejas eran para oírla mejor. Me gustaba la niña y trataba de-prestarle atención, pero ella hizo otra observación

insultante acerca de mis ojos saltones. Comprenderéis que empezará a sentirme mal; la niña tenía una bonita apariencia; pero era muy antipática.

Sin embargo. Seguí la política de poner la otra mejilla, y le dije que mis ojos me ayudaban a verla mejor.

Su siguiente insulto si que me encolerizó. Siempre he tenido problemas con mis dientes tan grandes, pero esa niña hizo un comentario muy desagradable. Sé que debía haberme controlado, pero salté de la cama y le gruñí enseñándole mis dientes y le dije que eran grandes para comerla mejor.

Ahora seamos serios; ningún lobo puede comerse a una niña. Todo el mundo lo sabe. Pero esa niña loca empezó a correr alrededor de la habitación gritando. Y yo también corría detrás de ella tratando de calmarla. Como tenía puesta la ropa de la abuelita, me la saqué. Pero fue peor.

De repente la puerta se abrió y apareció un leñador con un hacha enorme. Yo le miré y comprendí que corría peligro, así que salté por la ventana y escapé.

Me gustaría decirles que éste es el final de la historia. Pero, desgraciadamente no es así, pues la abuelita jamás contó mi parte de la historia. Y no pasó mucho tiempo sin que se corriera la voz de que yo era un lobo malo. Y todo el mundo empezó a evitarme.

No he vuelto a saber nada de esa pequeña niña antipática y vestida en forma tan rara, pero yo nunca más he podido ser feliz...

- a) ¿Cuáles eran tus sentimientos hacia el Lobo antes de haber oído este cuento?

Ahora que conoces el punto de vista del Lobo. ¿Cómo te sientes respecto a él?

- b) ¿Cuáles eran tus sentimientos respecto a Caperucita Roja antes de oír este cuento?

- c) ¿Qué piensas ahora de Caperucita Roja?

d) ¿Ha existido en tu vida una situación en que has pensado de una manera y has cambiado de opinión al escuchar el punto de vista de la otra persona?

e) ¿Qué has aprendido de esta historia y de su discusión?

SEMEJANZAS / DIFERENCIAS – EMPATÍA

1.-TIEMPO DE APLICACIÓN: 50 minutos aproximadamente

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

Se le entregan fichas al alumno/a con distintos nombres: Abdul, Fara, Miguel y Nicole. Estas fichas incluirán datos sobre el lugar de nacimiento (ciudades, países, continentes) de algún miembro de la familia (padre, madre, hermano/a), o del titular de la ficha. Los grupos formados deberán completar los datos que figuran en blanco. Se dará como información que todos los personajes de las fichas viven en España. Una vez completadas las fichas, se realizará una pequeña reflexión. El profesor/a estará atento a los modelos de familias que se plantean en las fichas, para incidir en la posibilidad de familias multiculturales, así como para buscar las similitudes y diferencias en lo que implica a actividades y sentimientos.

	NOMBRE	EDAD	LUGAR DE NACIMIENTO
TITULAR FICHA	ABDUL	IGUAL QUE EL ALUMNO/A	
MADRE			
PADRE			
HERMANO/A			BARCELONA

ABDUL

En qué obtiene mejores notas	
Juegos que le gustan	
Cómo festeja su cumpleaños	
Cómo festeja la Navidad	
Comida que más le gusta	
Comida que menos le gusta	
Por qué cosas pelea con su hermano	
Qué cosas le ponen contento	

Qué cosas le ponen triste	
Qué programa de televisión ve	
Nombre de su mejor amigo/a	
Qué quiere ser de mayor	

	NOMBRE	EDAD	LUGAR DE NACIMIENTO
TITULAR FICHA	FARA	IGUAL QUE EL ALUMNO/A	
MADRE			MELILLA
PADRE			
HERMANO/A			

FARA

En qué obtiene mejores notas	
Juegos que le gustan	
Cómo festeja su cumpleaños	
Cómo festeja la Navidad	
Comida que más le gusta	
Comida que menos le gusta	
Por qué cosas pelea con su hermano	
Qué cosas le ponen contento	
Qué cosas le ponen triste	
Qué programa de televisión ve	
Nombre de su mejor amigo/a	
Qué quiere ser de mayor	

	NOMBRE	EDAD	LUGAR DE NACIMIENTO
TITULAR FICHA	NICOLE	IGUAL QUE EL ALUMNO/A	
MADRE			
PADRE			ESTADOS UNIDOS
HERMANO/A			

NICOLE

En qué obtiene mejores notas	
Juegos que le gustan	
Cómo festeja su cumpleaños	
Cómo festeja la Navidad	
Comida que más le gusta	
Comida que menos le gusta	
Por qué cosas pelea con su hermano	
Qué cosas le ponen contento	
Qué cosas le ponen triste	
Qué programa de televisión ve	
Nombre de su mejor amigo/a	
Qué quiere ser de mayor	

	NOMBRE	EDAD	LUGAR DE NACIMIENTO
TITULAR FICHA	MIGUEL	IGUAL QUE EL ALUMNO/A	
MADRE			
PADRE			
HERMANO/A			MADRID

MIGUEL

En qué obtiene mejores notas	
Juegos que le gustan	
Cómo festeja su cumpleaños	
Cómo festeja la Navidad	
Comida que más le gusta	
Comida que menos le gusta	
Por qué cosas pelea con su hermano	
Qué cosas le ponen contento	
Qué cosas le ponen triste	
Qué programa de televisión ve	
Nombre de su mejor amigo/a	
Qué quiere ser de mayor	

¿CÓMO SE SIENTEN LOS DEMÁS? – EMPATÍA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 30 minutos aproximadamente.

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

El alumno/a debe leer los textos y las reflexiones que aparecen en el primer lugar de la ficha de trabajo y a continuación deberá contestar a las cuestiones que se le plantean.

“Si insultamos a alguien, hacemos que esa persona se sienta ofendida. Si sonreímos a alguien, hacemos que se sienta bien. Si le hablamos bien, hacemos que se sienta a gusto con nosotros. ¿Haces tú todo eso?”

“Para comprender bien lo que sienten los demás es necesario aprender a escuchar las palabras que dicen.

También hay que fijarse en su cara, en los gestos que hacen, en la manera de decir las palabras, en los ojos,...

¿Te gustaría que los demás comprendieran cómo te sientes en algunas situaciones? ¿Te gustaría comprender a los demás?”

Contesta a las siguientes situaciones:

IMAGINA QUE....

1. Alguien te ayuda. Entonces tú te sientes....

2. Tú ayudas a alguien. La otra persona se siente....

3. Tú insultas a alguien. La otra persona se siente....

4. Te insultan a ti. Tú te sientes....

5. Le dices a tu amigo José: ¡ Eres un estúpido!

¿Por qué le dices eso?

¿Cómo se sentirá José?

6. Tu amigo José te dice: ¡Eres un estúpido/a!

¿Por qué te dice eso?

¿Cómo te sentirás?

7. Te has reído de Pedro delante de todos.

¿Por qué has podido hacer eso?

¿Cómo se sentirá Pedro?

8. Un compañero de clase se ha reído de ti delante de toda la clase.

¿Por qué te habrá hecho eso?

¿Cómo te sentirás?

ALGO EN COMÚN – EMPATÍA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 40 minutos aproximadamente.

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

Se presentan al alumno/a fichas de personas ficticias que representan prototipos de inmigrantes en Europa. Se le pide que analice las distintas situaciones que se dan en cada caso, buscando las similitudes o diferencias, así como posibles soluciones. Se les facilita para esto una guía de preguntas.

FICHA 1

País de origen Brasil

Idioma materno Portugués

Nombre Edson

Profesión Futbolista

País de destino España

Situación legal Tiene permiso de trabajo y residencia

Por qué emigra Le ofrecen más dinero que en el club en el que está jugando

En qué trabajará Tiene una oferta de 1.000.000 € hecha por un club español

Medios para viajar El club le paga el billete

Qué sabe del país de destino Conoce la liga española

Familia que deja en su país Viene con toda su familia

Planes para el futuro Ser el mejor jugador de la Liga española

FICHA 2

País de origen Marruecos

Idioma materno Árabe

Nombre Alí

Profesión No tiene

País de destino Cualquier país de la Comunidad Europea

Situación legal No tiene permiso de residencia ni de trabajo

Por qué emigra Falta de trabajo en su aldea

En qué trabajará En lo que consiga

Medios para viajar Ha pagado a un patrón de patera para cruzar el Estrecho

Qué sabe del país de destino Sabe de otros compatriotas que han venido y tienen trabajo

Familia que deja en su país Padres, esposa y tres hijos

Planes para el futuro Trabajar y ganar dinero para mandarle a su familia y, más tarde, poder traerlos.

FICHA 3

País de origen España

Idioma materno Español

Nombre Encarnación

Profesión Enfermera

País de destino Inglaterra

Situación legal Puede trabajar y residir en Inglaterra

Por qué emigra No tiene trabajo en su país

En qué trabajará Buscará trabajo de su profesión; mientras tanto, trabajará de camarera

Medios para viajar Tenía dinero ahorrado para el viaje

Qué sabe del país de destino Sabe que en Inglaterra hacen falta enfermeras

Familia que deja en su país Sus padres, hermanos y su pareja

Planes para el futuro Volver a España si hay trabajo, o que su pareja se reúna con ella

FICHA 4

País de origen Colombia

Idioma materno Español

Nombre Efraín

Profesión Biólogo

País de destino Francia

Por qué emigra Tiene una beca para completar sus estudios superiores

En qué trabajará Trabajaré de lo que encuentre, para poder cubrir los gastos que no incluye la beca y el dinero que pidió en el banco

Medios para viajar Ha pedido un crédito bancario en su país y tiene que pagarlo

Qué sabe del país de destino Sabe que es el mejor sitio para estudiar lo que quiere. No sabe que no puede trabajar siendo estudiante

Familia que deja en su país Padres, hermanos y novia

Planes para el futuro Terminar sus estudios y regresar a su país

FICHA 5

País de origen Ecuador

Idioma materno Español

Nombre Alberto

Profesión Albañil

País de destino España

Situación legal Viaja sin permiso de trabajo

Por qué emigra Para reunir a la familia, puesto que su esposa vive en las afueras de Madrid

En qué va a trabajar En su profesión

Medios para viajar Su esposa le envió el dinero para el billete de avión

Qué sabe del país de destino Sabe que hay trabajo para su profesión

Familia que deja en su país Sus padres y los de su esposa, puesto que viaja con sus dos hijos

Planes para el futuro Que sus hijos se críen y estudien en España.

FICHA 6

País de origen Rumania

Idioma materno Rumano

Nombre Ion

Profesión Músico

País de destino España

Situación legal Viaja sin permiso de trabajo

Por qué emigra Para reunir a su familia, puesto que su esposa vive en Mataró

En qué va a trabajar En su profesión

Medios para viajar Su esposa le envió el dinero para los billetes de avión

Qué sabe del país de destino Sabe que hay trabajo para su profesión

Familia que deja en su país Sus padres y los de su esposa, puesto que viaja con sus dos hijos

Planes para el futuro Poder establecerse en España, tener trabajo y aprender el idioma.

Guía de preguntas

- ¿Emigrar es una elección o es una imposición? ¿En qué casos ha sido una elección?
- ¿Cuál es la situación que más se repite entre los que quieren emigrar?
- ¿Son 'realistas' sus expectativas?
- ¿Qué situaciones negativas no contemplan los emigrantes en relación a su situación legal?
- ¿Qué problema o problemas acarrearán el tema del idioma?
- ¿En busca de qué emigran?

PONTE EN MI LUGAR – EMPATÍA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 40 minutos aproximadamente

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

Se le pide al alumno/a que explique en un folio una situación que le ha sido difícil afrontar y resolver. A continuación, el profesor/a guarda esta ficha en los materiales del aula de convivencia, para su futura utilización con otro alumno/a, y le entrega una ficha que ya fue escrita por otro alumno/a sobre esta temática. Se le pide que lea detenidamente el problema y explique qué haría él en esa situación. Debe resaltarse la importancia de dar respuestas realista y prácticas. Se resaltarán la idea de que no hay una solución válida, que es más fácil encontrar soluciones a problemas que no afectan a uno mismo/a y que para cada solución que se da normalmente habrá algún inconveniente.

Explica una situación que te haya resultado difícil afrontar y resolver. A continuación, lee detenidamente la ficha que te entregará el profesor/a, con un problema de otro compañero/a. Ponte en su lugar y explica qué harías tú en esa situación.

LO IMPORTANTE DE PONERSE EN EL LUGAR DEL OTRO-EMPATIA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 45 minutos.

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

De forma individual rellenan las diferentes situaciones “Lo importante de ponerse en el lugar del otro”

(Dibujan una cara y completa las frases, siendo lo más descriptivos posible).

Elige distintas situaciones de las hipotéticas presentadas en las hojas, así como las dos reales del final, y las representan. Al final, cada uno/a explicará cómo cree se debe haber sentido la otra persona.

Lo importante de ponerse en el lugar del otro

Situación 1: Tú insultas a otro

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 2: Tú eres insultado por otro

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 3: Llamas a tu compañero por un mote que le disgusta mucho

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 4: Tu compañero te llama por un mote que te disgusta mucho

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 5: Dices algunas tonterías para hacerte el gracioso en la mesa y molestan a

tu madre

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 6: Tu madre dice algunas tonterías para hacerse la graciosa en la mesa y te

molestan

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 7: Estás molestando con empujones a tu compañero

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 8: Tu compañero te está molestando con empujones

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 11: Después de una breve discusión, comienzas a pegar a tu hermano

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 12: Después de una breve discusión, tu hermano comienza a pegarte

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 13: Amenazas a un compañero con “ajustar cuentas” a la salida de clase

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 9: Te has burlado del novio de tu hermana porque se ha caído en la puerta de casa

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 10: El novio de tu hermana se burla de ti porque te has caído en la puerta de casa

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 14: Un compañero te amenaza con “ajustar cuentas” a la salida de clase

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 15: Cuentas a la vecina un secreto de tu madre

Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 16: Tu madre ha contado a tu mejor amiga un secreto tuyo
Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 17: Desobedeces a tu padre
Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación 18: Tu padre no te hace caso
Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación en la que tú haces algo a alguien:
Tú te sientes... El otro debe sentirse...

Situación en la que alguien te hace algo:
Tú te sientes... El otro debe sentirse...

LOS DOS PÁJAROS-EMPATIA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 45 minutos.

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

Leer la historia y reflexionar varias preguntas. Finalmente establecer un compromiso.

Os contaré una historia que es real:

“Dos pájaros estaban muy felices sobre el mismo árbol, que era un sauce. Uno de ellos se apoyaba en una rama en la punta más alta del sauce; el otro estaba en la parte de abajo donde empiezan las ramas.

Después de un rato, el pájaro que estaba en lo alto dijo para romper el hielo:

-¡Oh, qué bonitas son estas hojas tan verdes!

El pájaro que estaba abajo lo tomó como una provocación y le contestó cortante:

-¿Pero estás cegato? ¿No ves que son blancas?

Y el de arriba, molesto, contestó:

-¡Tú eres el que está cegato! ¡Son verdes!.

Y el otro, desde abajo, con el pico hacia arriba, respondió:

-¡Te apuesto las plumas de la cola a que son blancas. Tú no entiendes nada!

El pájaro de arriba notaba que se iba enfadando, y sin pensarlo dos veces, se precipitó sobre su adversario para darle una lección.

El otro no se movió. Cuando estuvieron cercanos, uno frente a otro, con las plumas de punta por la ira, tuvieron la idea de mirar los dos hacia la misma dirección antes de comenzar el enfrentamiento.

El pájaro que había venido de arriba se sorprendió:

¡Oh, qué extraño!. ¡Fíjate que las hojas son blancas!

E invitó a su amigo:

-Ven hasta arriba adonde yo estaba antes.

Volaron hacia la rama más alta del sauce y esta vez dijeron los dos a coro:

-¡Fíjate que las hojas son verdes!” Para imaginar cuáles son los sentimientos

de los dos pájaros en cada momento de la historia podemos teatralizar la situación. Una escalera o pupitre facilitará el lugar más alto; o simplemente el otro pájaro se agacha.

Reflexión:

¿Qué título le pondríais a esta historia? ¿Qué les ocurría a los dos pájaros?

¿Por qué discutían los pájaros? ¿Por qué creéis que cada uno veía las hojas de un color?

¿Qué descubrieron los pájaros cuando se pusieron en la misma rama?

¿Quién estaba diciendo la verdad? ¿Quién tenía razón?

¿Qué os parece esta historia? ¿Qué conclusión podemos sacar?

¿Habéis discutido alguna vez? ¿Te has parado a pensar si la otra persona puede tener razón?

¿Es posible que dos personas discutan y las dos tienen razón? Buscad algún ejemplo.

Compromiso:

¿Qué compromisos te gustaría tomar para entender mejor a los demás?

Procura ponerte en el lugar de otras personas.

EN BUSCA DE LO PROFUNDO- EMPATIA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 45 minutos.

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

Leer la siguiente reflexión, después escribir diez preguntas. Una vez escritas las preguntas cada uno se las llevará y tendrá que realizárselas a algún compañero/a seleccionado anteriormente por el/la tutor/a (a ser posible con alguien que haya tenido algún problema de convivencia en el centro); procurando conocer al otro como "amigo/a íntimo/a" con sus sentimientos, valores, virtudes y defectos. Después de ello deberá entregar al tutor/a las cuestiones y explicarle como es el compañero/a entrevistado.

Reflexión

Nunca acabamos de conocernos suficientemente. El conocimiento de otra persona o de uno mismo no es algo cerrado ni un acto puntual, sino un proceso continuado y siempre nuevo. Cada persona humana es una constante sorpresa. Un conocimiento que no lleve al compromiso puede ser peligroso, egoísta y hasta superficial. La intercomunicación es fundamental para el conocimiento del otro y de uno mismo. Por lo general, sólo conocemos a los demás por su nombre, procedencia y dedicación, y nos comunicamos con ellos exclusivamente en un nivel secundario. Reflexiona sobre ¿qué es lo que verdaderamente me interesa de los demás? Lo normal es que nos quedemos en su nombre y su ubicación social (edad, profesión,...) sin profundizar en sus sentimientos. Para corregir esto, ¿cuáles serían las preguntas realmente importantes que deberíamos hacer para conocer mejor al compañero como persona humana con la que relacionarnos?

Ejercicio

A) Escribe 10 preguntas realmente importantes que deberíamos hacer para conocer mejor al compañero como persona humana intentando ser lo más profundo posible y abarcando todas las esferas vitales (familia, orientación profesional, amigos, sexualidad, creencia religiosa,...):

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-
- 7.-
- 8.-
- 9.-
- 10.-

SOMOS DIFERENTES-EMPATIA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 30 minutos.

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

De forma individual, escriben en la hoja “Lo que más me cuesta aceptar de los demás / También nosotros podemos ser rechazados porque somos diferentes” las cosas que soportan peor de los demás y qué pueden hacer para aceptarlas, así como las cosas de uno mismo que los demás aceptan peor y cómo pueden favorecer que se las acepten. Se pone en común y todos ayudan a encontrar soluciones adecuadas.

Lo que más me cuesta aceptar de los demás

A. Listado de las cosas que soporto peor de los demás:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

B. Qué puedo hacer para aceptarlas:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

También nosotros/as podemos ser rechazados porque somos diferentes

A. Listado de las cosas de uno mismo que los demás aceptan peor:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

B. Cómo puedo favorecer que me las acepten:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

LAS CAJAS-EMPATIA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 30 minutos.

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

Se colocan a la vista del alumno/a 6 cajas con las siguientes etiquetas:

Lo que más me gusta de mis compañeros/as...

Lo que menos me gusta de mis compañeros/as...

Un problema mío es...

Una virtud mía es....

¿Qué buscas en un amigo/a?...

¿Prefieres que vuestros/as amigos/as tengan gustos iguales o diferentes al vuestro?

Se trata de terminar las mismas frases en papeletas. Se pueden escribir todas las papeletas que se desee. Una vez hayan terminado todas sus papeletas, el profesorado que este en el aula de convivencia debe leer las papeletas y comentarlas con el alumno/a aportando soluciones, dando consejos. Las papeletas se irán depositando en seis cajas de forma anónima y antes de acabar cada trimestre, se podrá trabajar las aportaciones que han ido haciendo cada alumno/a en cada caja. Para ello el orientador/a hará un escrutinio de las papeletas y posteriormente se las entregará a los/as tutores/as, para tratar las diferentes cuestiones en horas de tutoría.

HACER AMIGOS/AS-EMPATIA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 30 minutos.

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

Se realiza una lluvia de ideas de palabras que a cada uno le sugiere el término “amistad”.

Se lee la hoja “Cómo encontrar amigos/as”. Reflexionar sobre lo importante que es tener amigos/as para el crecimiento moral.

“Cómo encontrar amigos/as”

La amistad es una necesidad vital:

“Se puede vivir sin hermanos, pero no sin amigos”. Ninguna persona puede autoestimarse y tener confianza en sí misma, si no tiene amigos y se siente amada. Hay quien dice que “en la vida no importa quién eres, sino que alguien te aprecie por lo que eres, y te acepte y te ame incondicionalmente”.

La ciencia de la amistad necesita ser aprendida. Como dice Erich Fromm:

“Sólo en contadas ocasiones nuestra cultura trata de aprender el arte de amar; dedicamos casi todas nuestras energías a otras cosas y muy pocas a aprender el arte de amar”.

Para encontrar amigos lo primero es buscarlos. ¿Dónde buscar? Allí donde encuentres comunicación de sentimientos, ideas y aspiraciones. Así, es fácil vivir experiencias de comunicación y amistad en grupos culturales, deportivos o religiosos. Apúntate, pues, a un club de actividades de tiempo libre, a un grupo scout, un club de baloncesto o de danzas, un equipo teatral, un conjunto de guitarras o un grupo parroquial.

Hecho esto, pon en práctica los siguientes consejos:

1. Cultiva los hábitos básicos de cortesía:

- Dar las gracias por cualquier favor que recibas.
- Pedir disculpas por una molestia que hayas causado.
- Recoger del suelo algo que se le cae a un compañero.
- Ceder el paso.
- Aguardar tu turno de intervención.
- No reír ante una equivocación cualquiera de un compañero.
- Ayudar al otro en una dificultad.
- Cerrar las puertas con cuidado para no molestar con ruidos.

- Pedir todas las cosas usando alguna fórmula como “por favor”.
 - Escuchar con gran atención cuando nos habla un compañero.
2. Destierra el uso de motes molestos.
 3. Adquiere el hábito de saludar amablemente.
 4. En los trabajos en grupo, no esperes pasivamente a que los demás hablen y te lo den todo hecho; prepárate bien antes y aporta todo lo que puedas. Así los demás te verán como un elemento positivo y no como un parásito.
 5. Ayuda a todo el que te necesite.
 6. Pide ayuda siempre que la necesites.
 7. Desarrolla la actitud de compartir tres dimensiones personales importantes:
 - a) tus cosas o bienes propios;
 - b) tu vida interior, tus vivencias de alegrías, de sufrimiento, de ilusiones, de conocimientos adquiridos, tus sentimientos y deseos íntimos;
 - c) tus acciones o actividades de todo tipo.
 8. Expresa tu afecto hacia tus compañeros/as de grupo. No te quedes sin decir te quiero a los que quieres
 9. Agradece a tus compañeros/as de grupo sus expresiones de afecto hacia ti. Así se sentirán a gusto y las repetirán más veces.
 10. Sé tú mismo en todo momento. “Amigo es aquel que, a pesar de conocerte, te sigue queriendo”.
- Y, sobre todo, en toda relación, mira antes el dar que el recibir.

CARTA A UN PYGMALIÓN- EMPATIA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 60 minutos.

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

Se trata de escribir una carta a alguien que les hace o les ha hecho sentir inferior,
siguiendo las instrucciones de la hoja “Ejercicio: carta a un pygmalión negativo”.

Ejercicio: Carta a un pygmalión negativo

Todos/as nos hemos vistos obligados/as en alguna ocasión a tratar con gente que nos ha hecho sentir inferior: una madre o un padre que te han estado regañando a lo largo de toda tu vida, un amigo que continuamente se burla de ti o un profesor cocodrilo que cuando abre su boca es mejor que te prepares para recibir un mordisco.

1. Elige una de esas personas y escríbele una carta. Expón en dicha carta tu dolor y tus heridas. Pregúntale sus razones por las que actúa así contigo, pero no lo ataques ni abuses verbalmente. Expresa tus sentimientos para tratar de entender el comportamiento de esa persona (todo el mundo se comporta de la mejor manera que puede de acuerdo con el conocimiento, la comprensión y la conciencia que cada uno tiene en ese momento). Escribe abierta y honestamente, con buena fe y sinceridad, intentando restablecer líneas de comunicación. Sea la forma en que la persona a la que diriges la carta responda (a la defensiva, acusando, hostil, comunicativa, o abierta, deseosa de pedir excusas, compasiva e igual deseosa que tú de revitalizar vuestra relación), debes sentirte muy orgulloso/a de ti mismo/a por haber sido una gran persona con una mente abierta y un gran corazón para escribir la carta. Si esa persona resulta tan dañina para ti que ni siquiera vale la pena intentar salvar tu relación con ella no le mandes la carta, pero escríbela de todas formas: te puede servir para reflexionar sobre lo sucedido, ser sincero/a contigo mismo y un montón de cosas que te pueden ayudar a progresar en tu vida.

2. Expresar como te has sentido al escribir la carta.

COMO PODRÍA SER DIFERENTE SU VIDA- EMPATIA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 30 minutos.

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

En situación simulada el alumno/a tendrá que expresar por escrito como cree que se siente un compañero/a de clase, que le han diagnosticado una enfermedad degenerativa que le va a impedir jugar al fútbol.

“Manuel, un compañero de tu clase, es un chico que juega en el Equipo Profesional de fútbol. Es un gran jugador en el equipo y los ojeadores se están fijando en él para un posible fichaje en un gran equipo de fútbol andaluz. Hace un mes su médico le ha diagnosticado una enfermedad degenerativa que le impedirá jugar al fútbol”.

Describe cómo cambiará su vida esta noticia. ¿Cómo crees que se sentirá Manuel?, ¿Qué alternativas tiene?

EL TRUEQUE DE UN SECRETO-EMPATIA

1.- TIEMPO DE APLICACIÓN: 45 minutos.

2.- BREVE EXPLICACIÓN PARA LA REALIZACIÓN:

Se le pide al alumno/a que explique en un folio las dificultades que siente para relacionarse con las demás personas y que no les gustaría exponer. A continuación, el profesor/a guarda esta ficha en los materiales del aula de convivencia, para su futura utilización con otro alumno/a, y le entrega una ficha que ya fue escrita por otro alumno/a sobre esta temática. Se le pide que lea detenidamente y explique qué haría él en esa situación. Debe resaltarse la importancia de dar respuestas realista y prácticas. Se resaltarán la idea de que no hay una solución válida, que es más fácil encontrar soluciones a problemas que no afectan a uno mismo/a y que para cada solución que se da normalmente habrá algún inconveniente.

Explica las dificultades que sientes para relacionarte con las demás personas. A continuación, lee detenidamente la ficha que te entregará el profesor/a, con una dificultad de otro compañero/a. Ponte en su lugar y explica qué harías tú en esa situación.