



DESTINATARIOS

ALUMNADO DE
EDUCACIÓN PRIMARIA

El intercambio de siluetas



TIEMPO ESTIMADO

30 a 40

MINUTOS

FICHA

8

PROPÓSITO

Que las niñas y los niños:

- Conozcan el concepto de empatía y su importancia para el cuidado de sí mismos y del otro.

RECURSOS

- ▶ Patio escolar.
- ▶ Gises de colores.



APUNTES PARA EL DOCENTE¹

La empatía es una competencia social básica para el desarrollo de la afectividad de una persona, puesto que permite percibir, entender e incluso sentir las emociones, sentimientos y pensamientos de otra persona, diferenciándolos de los propios pero sin ser indiferente a ellos.

La empatía puede representar una herramienta clave para generar en el alumnado actitudes de cooperación y solidaridad, que incluso faciliten la práctica de valores como el respeto, la tolerancia, la generosidad, entre otros. Las personas empáticas son más sensibles a identificar las necesidades de las personas con las que conviven; de ahí que generen más aceptación y valoración entre sus pares, quienes sienten confianza y apoyo al relacionarse con ellos.

El desarrollo y fortalecimiento de la empatía implica que el alumnado tenga la capacidad de identificar y reconocer sus propias emociones, para posteriormente poder imaginar el sentimiento ajeno y vincularlo con las manifestaciones conductuales de la persona, dándoles una interpretación con base en su propia vivencia o en el conocimiento de la persona que manifiesta el sentimiento. Por ello, es una habilidad que necesita ejercitarse con actividades dentro y fuera de la escuela.

¹ Para mayor información puede consultar a Repetto, E. (1992). *Fundamentos de Orientación (La empatía en el proceso orientador)*. Madrid: Ediciones Morata.





DESTINATARIOS

ALUMNADO DE
EDUCACIÓN PRIMARIA

El intercambio de siluetas



TIEMPO ESTIMADO

30 a 40

MINUTOS

FICHA

8

DESARROLLO DE COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES

Pasos a seguir...

1

CON LOS ALUMNOS

Previo a la actividad solicitar a los alumnos gises de colores.

1. Organice al grupo por parejas e invítelos a salir, en orden, al patio de la escuela, donde dibujarán sus siluetas con ayuda de sus compañeros, eligiendo diferentes posturas para el remarcado de ellas. Al finalizar, cada alumno le colocará a su silueta su nombre y le dirá a su compañero tres características de él (que no sean físicas).
2. Solicite a los alumnos que se coloquen en la silueta de su compañero, no en la propia, tratando de imitar su postura, de tal forma que los niños traten de ajustarse a la silueta de su pareja.
3. Pídeles que se mantengan en ellas unos segundos y cierren los ojos, tratando de



imaginar cómo sería ser su compañero (pueden ayudarse con las características que escucharon de ellos), posteriormente solicíteles que realicen dos respiraciones profundas (inhalan y exhalan en 4 tiempos), que abran sus ojos y se pongan de pie, poco a poco, para formar un círculo entre todos.

4. Cuando los niños estén en el círculo, pregúnteles ¿Les gustó hacer su silueta? ¿Cómo se sintieron al no ocupar su silueta, sino la de su compañero? ¿Fue fácil estar al interior de otra persona? ¿Pudieron imaginarse ser su compañero? ¿Cómo lo hicieron?
5. Indíqueles que poder imaginar y comprender cómo se siente o piensa otra persona, es lo que se conoce como empatía, la cual ayuda para poder brindar apoyo a las personas cuando lo necesitan.





DESTINATARIOS

ALUMNADO DE
EDUCACIÓN PRIMARIA

El intercambio de siluetas



TIEMPO ESTIMADO

30 a 40

MINUTOS

FICHA

8

DESARROLLO DE COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES

Pasos a seguir...

PRIMERA VARIANTE

Utilice la lectura de cuentos, donde el alumnado se identifique con los personajes, y las representaciones teatrales, donde ellos vivan las situaciones planteadas en los cuentos y en las obras de teatro, para posteriormente reflexionar sobre las emociones que sintieron, cómo actuarían si fueran el personaje de la historia, si cambiarán el final y qué desenlaces alternativos le pondrían a la historia.

Puede encontrar algunos cuentos para trabajar la empatía en la siguiente liga:

<https://www.mundoprimary.com/cuentos-infantiles-cortos/cuentos-de-empatia>

SEGUNDA VARIANTE

Para trabajar con los niños más grandes, se sugiere realizar un debate donde se analicen situaciones como, por ejemplo: *Carolina le dejó de hablar a Fernanda porque su mamá es trabajadora doméstica.*

La mitad del grupo justifica y defiende la actitud de Carolina, la otra mitad la rechaza, el debate termina cuando las argumentaciones se repiten. Para finalizar, el docente debe preguntar a los niños si estuvieron de acuerdo con la postura que les tocó defender y si no cómo le hicieron para poder mostrar empatía aun cuando no estaban de acuerdo con la situación que les tocaba defender.

PARA CERRAR

- Solicite a los alumnos que, de manera voluntaria, compartan con sus compañeros algunas situaciones donde hayan sido empáticos con alguien, por ejemplo: cuando dan las gracias a su mamá por prepararles sus alimentos, cuando ayudan a un compañero si se cae en el patio de la escuela, cuando guardan silencio si el maestro les está explicando algo, etc.
- Enfatice la importancia de que la empatía permite que reconozcan y respeten las emociones, opiniones y formas de ser de las personas con las que conviven, para de esta forma poder establecer relaciones cordiales y de cuidado entre ellos.





DESTINATARIOS

ALUMNADO DE
EDUCACIÓN PRIMARIA

El intercambio de siluetas



TIEMPO ESTIMADO

30 a 40

MINUTOS

FICHA

8

DESARROLLO DE COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES

Pasos a seguir...

2

ENTRE MAESTROS

- Reflexionen, en sesión de Consejo Técnico Escolar, ¿Cómo pueden ser empáticos con sus compañeros docentes? ¿Qué acciones puede hacer el directivo para ser empático con sus docentes y viceversa? ¿Qué acciones pueden hacer como colectivo docente para ser empáticos con los padres de familia y con su alumnado?
- Responder estas preguntas genera ideas para ser usadas como compromisos que promuevan la empatía en su escuela.
- Se sugiere realizar algún cartel o decoración en la puerta o barda de su escuela, o en un árbol, donde la comunidad escolar colocará algunos frutos, elaborados previamente por los alumnos con hojas de color o cartulina, en los cuales escribirán acciones para fomentar la empatía al interior y exterior de la escuela.
- Algunas de las acciones que pueden colocar son: "Cuando alguien habla conmigo la escucho con atención, sin estar mirando el celular"; "Si noto que alguien está triste puedo preguntarle qué le pasa y si puedo ayudarlo en algo"; "Cuando un compañero moleste a otro, es mi deber informarlo a mi maestra (o)"; "Cuando mis hijos lleguen de la escuela es agradable preguntarles cómo les fue, qué aprendieron y de qué forma puedo ayudarles en su tarea."

3

CON LAS FAMILIAS

- Para que desde la convivencia familiar se apoye el desarrollo de la empatía de los alumnos se les puede proponer a las familias elaborar junto con sus hijos un diario de recuerdos familiares, donde vayan coleccionando aquellos momentos donde existieron muestras de empatía entre los integrantes de la familia y qué aprendieron con ello.
- Posteriormente, los alumnos traerán junto con algún integrante de su familia, si es posible, algunos de sus recuerdos familiares para compartirlos con sus compañeros.

