

Habilidades Socio - Emocionales

Empatía
la llave que abre la Conciencia Social

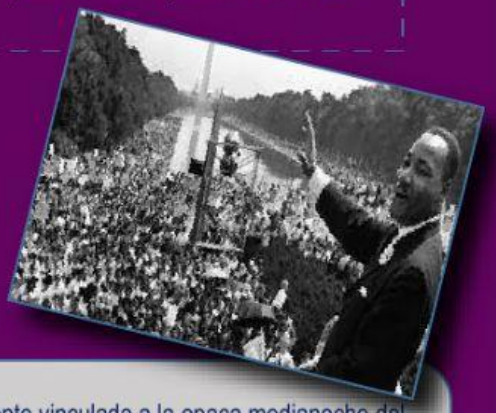
Nombre del alumno			Fecha		
Apellido Paterno	Apellido Materno	Nombre(s)	Día	Mes	Año

Datos del grupo			Escribe una "X" en el tipo de alumno que te identifica	
			Regular	
Grado	Grupo	Especialidad	Repetidor	

¿Por qué hay grupos sociales que se agreden entre sí? ¿De qué dependen los lazos de amistad? ¿Cómo podemos contribuir a que haya paz y bienestar en el mundo? ¿Qué necesitamos desarrollar para establecer relaciones constructivas y armoniosas? En el curso de **conciencia social** exploramos algunas de estas preguntas.

Actividad 1

a) Lee los siguientes fragmentos del discurso que pronunció Martin Luther King Jr. al recibir el Premio Nobel de la Paz en 1964, como reconocimiento a su lucha por los derechos civiles en Estados Unidos de América.



...“Me niego a aceptar la idea de que la humanidad está trágicamente vinculada a la opaca medianoche del racismo y de la guerra, que hacen imposible alcanzar el amanecer de la paz y la fraternidad.”

...“Tengo la audacia de creer que los pueblos de todo el mundo pueden tener tres comidas al día para sus cuerpos, educación y cultura para sus mentes, y dignidad, igualdad y libertad para sus espíritus. Creo que lo que los hombres egocéntricos han derribado, los hombres centrados pueden levantarlo”.

CONOCER MÁS ...

LIVEWORKSHEETS

Actividad 1

b) Lee la definición de conciencia social" en el concepto clave, reflexiona y responde brevemente:

¿Cómo se relaciona la conciencia social con la visión que expresa en su discurso MartinLuther King Jr.?

CONCEPTO CLAVE

Conciencia social.

Es la habilidad para entender, considerar y apreciar los puntos de vista de otras personas con el fin de establecer relaciones interpersonales constructivas y ejercer acciones responsables y comprometidas en favor de la sociedad.

Actividad 2

a) Ve el video con duración de 30 segundos que trata de la Conciencia Social. Además, ve o lee la transcripción que trata de la empatía.

https://www.youtube.com/watch?v=vd51O2if5Uw

clic aquí

para leer la transcripción o ver el video sobre EMPATÍA

Actividad 2

b) En la siguiente lista, encierra las palabras que se relacionan con el desarrollo de la Conciencia Social

Atención	Bienestar	Entender la perspectiva de otros	Apreciar los puntos de vista de otras personas
Lenguaje emocional	Inclusión	Habilidades para escuchar	Aprecio a la diversidad
Empatía	Responsabilidad	Agilidad física	Expresar sus puntos de vista
Respeto	Habilidad matemática	Entender la interdependencia	Disposición para ayudar a otros

LIVEWORKSHEETS

Actividad 2

c) Contesta lo que se te solicita.

De acuerdo al video o su transcripción de Empatía.

1) Sólo podemos ponernos en lugar del otro si primero lo hemos podido _____ y hemos podido advertir que _____, que _____, que _____ y que _____ y a _____; si hemos podido _____ realmente _____ **por esa diferencia** _____ sus problemas

2) La empatía es, entonces, ... (*transcribe literalmente la definición de empatía, hasta su primer punto)*

3) Es importante tener en cuenta que quienes no tienen idea de lo que sienten es muy difícil que puedan percibir los sentimientos de los demás.

☐ Verdadero ☐ Falso

4) La empatía _____ al otro

5) Observar consiste en estar mirando al otro.

☐ Verdadero ☐ Falso

6) Observar tiene que ver con ... *(transcribe literalmente hasta su primer punto)*

LIVEWORKSHEETS

7) La empatía nos permite _____ qué es lo que _____ y _____ otras personas, _____ para _____ y _____, para hacerlas _____ porque se sienten _____ y _____. La **empatía funciona como nuestro radar social**. En algunas oportunidades, uno percibe casi intuitivamente qué es lo que le puede estar sucediendo al otro y esto nos permite actuar en consecuencia.

TÉCNICAS PARA EMPATIZAR

Prestar atención al lenguaje corporal | Tomar conciencia | Coherencia | Preguntar directamente | Escucharlo

Requisito 1		De su presencia, de su emocionalidad y decidir analizar lo que le pasa y cómo se siente.
Requisito 2		Para tratar de conocer, entender y conectar con lo que está sintiendo, no sólo con lo que piensa, sino con lo que está sintiendo
Requisito 3		Las expresiones de su rostro, los movimientos de sus piernas, qué hace con las manos, los brazos, la actitud corporal como un todo. Se puede profundizar en aprender la lectura del lenguaje corporal, captar y leer los mensajes no verbales, el tono de voz, los gestos, la expresión facial; es la clave que nos permite acceder a las emociones de los demás. El tono de voz siempre es muy revelador del estado de nerviosismo o no en el que se encuentra una persona.
Requisito 4		Es importante ver si la hay entre gestos, actitud corporal y palabras o las palabras nos transmiten un mensaje y el rostro otro.
Requisito 5		A las personas sobre lo que están sintiendo: ¿qué te provoca tal o cuál situación?, ¿cuáles son tus necesidades o preocupaciones? Una vez que conoces lo que está pasando la otra persona, tienes que conectar con lo que le pasa al otro.

Finalmente, ¿qué te llevas para tu vida, para tu convivencia cotidiana? ***Escribe brevemente ....***

Referencias
http://construyet.sep.gob.mx/resources/pdf/simplificado/Conciencia_Social_Cuaderno_de_trabajo_estudiantes.pdf
https://es.linkedin.com/learning/como-desarrollar-la-inteligencia-emocional/conciencia-social-empatia

LIVEWORKSHEETS