



EMPATÍA

Conexión Familiar de Tercer Grado



Purpose **FULL**
People

Visión General

El enfoque de este mes es la Empatía. Una forma de pensar en la Empatía es “comprender y conectarse con los sentimientos de otras personas”. La Empatía es una práctica que puede ayudarnos a desarrollar relaciones sólidas.

La Empatía es 1 de los 3 rasgos en los que nos centraremos durante todo el año que ayuda a los estudiantes a Ser Amables. A lo largo de la escuela, los estudiantes desarrollarán habilidades como la toma de perspectiva, la resolución de conflictos y el liderazgo.

En el Salón

Mirar el punto de vista de otra persona es una forma importante de entender a los demás. Junto con Empatía, nuestro enfoque en 3er grado este mes es ver desde otra perspectiva. Poder ver desde otra perspectiva es la capacidad de considerar una situación desde el punto de vista de otra persona.

Las habilidades para ver desde otra perspectiva que estamos desarrollando incluyen:

- Trabajar para comprender lo que otros pueden estar viendo, pensando o sintiendo en diferentes situaciones.
- Considerar la mejor manera de responder después de comprender los puntos de vista de otras personas.

Una forma de practicar ver desde otra perspectiva con tu estudiante es hacer preguntas como: “¿Cómo fue eso para ti?” o “¿Qué crees que te hizo sentir de esa manera?”

Pensar:

Iniciadores de conversación



- ¿Puedes compartir o mostrar lo que significa ver desde otra perspectiva?
- ¿Por qué crees que es importante ver desde otra perspectiva al practicar la Empatía?



EMPATÍA

Actividades Intencionales

Purpose **FULL**
People



Diviértanse conectando en familia este mes mientras practican Empatía. Aquí hay 3 "Actividades Intencionales" para que completen juntos. ¿Cuántas puedes hacer este mes?

Actividad Intencional #1

En la escuela, usamos Los Elementos de la Emoción para representar diferentes emociones. Para nosotros...

- *El Viento representa emociones como nerviosismo, distracción, diversión o ser juguetón/as.*
- *El Agua representa emociones como tristeza, soledad, cansancio o vergüenza.*
- *El Fuego representa emociones como enojo, frustración, entusiasmo o miedo.*
- *La Tierra representa emociones como la calma, la concentración, el orgullo o la felicidad.*

En familia, creen su propio cartel que muestre diferentes emociones. **Por ejemplo:** podrían usar emojis para representar diferentes emociones y etiquetarlas. Cuelguen el póster en una ubicación central. Cada día, designa un momento en el que tu estudiante haga un registro de emociones y toque el sentimiento que más sintió en ese día. Esto le recuerda a tu estudiante el vocabulario emocional que está aprendiendo en la escuela y le da una idea de cómo se siente. Comprender los sentimientos de otras personas puede ayudarnos a crecer en empatía.

Actividad Intencional #2

¡Revisa la Empatía en familia! Recuerda que Empatía es comprender y conectar con los sentimientos de otras personas. Programa una noche de cine familiar para que puedas observar específicamente los sentimientos y las emociones. Hazles saber a todos que te gustaría que señalen cómo se sienten los personajes del programa y que harás una pausa periódicamente para hablar sobre Empatía. A medida que se identifiquen las emociones, invita a que compartan si sintieron Empatía en algún momento o si se imaginaron cómo se sentirían en ese momento.



Actividad Intencional #3

Encuentra un momento para sentarse juntos en un círculo y celebrar todas las formas en que han visto practicar la Empatía. ¡Turnense para compartir las respuestas a las siguientes indicaciones o inventen las suyas propias! Recuerden practicar la Empatía mientras se escuchan unos a otros.



Mensajes de celebración:

- ¿Cuál es 1 forma en que un miembro de la familia te ha mostrado Empatía últimamente?
- Comprender los sentimientos de otras personas puede ayudarnos a crecer en Empatía.

