

# Cariñoso

Esta es la cuarta semana en la unidad de cuidado. Los estudiantes se enfocarán en la compasión como la progresión natural del cuidado una vez que se identifique la empatía.

Comience la unidad con la lección de toda la clase y luego intente completar al menos dos de las mini lecciones con sus alumnos durante la semana. Cada mini lección está diseñada para presentar elementos de la lección principal en formas nuevas y atractivas.

## Lección principal

**Lección para toda la clase**  
30 minutos



### Muro de compasión

Esta es la cuarta semana en la unidad de cuidado. Los estudiantes se enfocarán en la compasión como la progresión natural del cuidado una vez que se identifique la empatía..

*(Consulte la página 2 para ver los detalles de la lección.)*

## Mini lecciones

**Para Grupos Pequeños**  
15 minutos



### Juegos de rol

Divida la clase en grupos de 4-6. Proporcione a cada grupo un escenario y concédales de 5 a 7 minutos para crear un juego de roles que demuestre compasión. (Los escenarios se encuentran a continuación).

**Para Socios**  
15 minutos



### Efecto dominó

Con un compañero, identifique un ejemplo personal de compasión. Discuta cómo eso lo hizo sentir y qué hizo de manera diferente debido a esa experiencia. ¿Cómo ese acto de compasión te cambió a ti y a tu experiencia durante ese momento?

**Para individuos**  
15 minutos



### Hacer un cambio

En tu diario, escribe sobre lo siguiente: ¿Qué es algo en nuestra escuela, comunidad, país o incluso en el mundo que te gustaría ayudar a cambiar? ¿Cómo puedes usar tus habilidades para marcar la diferencia?

**Centrado en la tecnología**  
15 minutos



### Compasión Disminuida

¿Cómo limita el uso de la tecnología nuestra capacidad de compasión? Como grupo, guíe una discusión sobre la lucha por sentir compasión cuando la única fuente de información es a través del texto. ¿Cómo impulsan nuestras suposiciones nuestra capacidad de empatizar y mostrar compasión? Como clase, hagan una lluvia de ideas sobre una solución a este problema..

# Muro de compasión

Esta es la cuarta semana en la unidad de cuidado. Los estudiantes se enfocarán en la compasión como la progresión natural del cuidado una vez que se identifique la empatía.

**Plazo de la lección**

30 minutos

**Los materiales requeridos**

- ☐ papel de envolver
- ☐ Marcador
- ☐ Bolígrafos/Lápices
- ☐ Notas post-it grandes

**Mapa de Normas**

Esta lección se alinea con las Competencias CASEL, los Estándares Nacionales de Educación para la Salud, los Estándares de la Sociedad Internacional para la Tecnología en la Educación, cuando corresponda, y los Estándares Estatales Básicos Comunes. por favor refiérase a [Mapa de Normas](#) para más información.

**Objetivo de la lección**

Serán estudiantes:

- Utilice la empatía como una herramienta de motivación para aumentar la compasión en su vida cotidiana.
- Practique la compasión tanto a escala local como nacional.

**Conexión del maestro/autocuidado**

En nuestra Unidad de Atención, la emoción culminante es la compasión: el deseo de ayudar a los necesitados. ¿Cómo te necesitan tus alumnos hoy? ¿Cómo te necesitan tus compañeros? ¿De qué manera puede mostrar compasión mientras mantiene los límites profesionales y personales? Recuerda que ser compasivo no significa que eres responsable de resolver los problemas de todos. No se puede cambiar la vida hogareña de un estudiante. No puedes mejorar mágicamente las habilidades de gestión del aula de otro maestro. ¿Qué puedes hacer para mostrar compasión cuando ves a otros luchando? Puede proporcionar un entorno de aula estable y saludable para que los estudiantes prosperen mientras están bajo su cuidado. Puede ofrecer estrategias, si se le solicita, para ayudar a su colega a realizar cambios pequeños y positivos en la gestión del aula. La compasión se trata de ayudar en lo que puedas y ser solidario mientras reconoces que no todos los problemas son tuyos para resolverlos. Estar presente, escuchar, empatizar y actuar cuando sea posible son buenos pasos para mostrar compasión hacia sus alumnos y compañeros de trabajo.

**Compartir**

3-5 minutos

Hemos llegado a nuestra última semana en la unidad de cuidado. La última pieza del rompecabezas del cuidado es la compasión. La compasión se define como sentir empatía y querer ayudar a otro que lo necesita.

Piense en un momento en que haya tenido compasión por otra persona. Doblarto tu vecino y comparte ese ejemplo.

**Inspirar**

3-5 minutos

¿Recuerdas la semana pasada? Discutimos la empatía y cómo encontrar puntos en común con cualquiera, incluso aquellos que viven en otras partes del mundo. El siguiente paso natural es la compasión. Nuestra empatía nos

permite sentir por alguien y ver las cosas desde su perspectiva, lo que a su vez nos motiva a querer ayudarlo en su momento de necesidad. ¡Esto es compasión!



## Autorizar

15 minutos

Explique que la clase ahora identificará formas en que pueden mostrar más compasión en la escuela a través de compromisos independientes. Luego invitarán al resto de la comunidad escolar a que también se comprometan a agregarse al Muro de la Compasión a medida que pasan.

**Paso 1:** En papel de estraza, escriba la frase: "Muestro compasión al..." Esto se convertirá en su Muro de Compasión que se exhibirá en el pasillo fuera de su salón de clases. (Si tiene un tablón de anuncios, también puede usarlo para configurarlo). Escriba el título "Muro de la compasión" en la parte superior, con el comienzo de la oración, "Muestro compasión al..."

**Paso 2:** Usando una nota adhesiva, cada estudiante escribirá una promesa personal identificando una forma en que pueden mostrar compasión en la escuela este año.

**Paso 3:** Al final de la clase, use las promesas como boleto de salida. Pida a cada estudiante que lea su promesa en voz alta y colóquela en el Muro de la Compasión fuera de su salón de clases.

**Etapa 4:** ¡Proporcione notas adhesivas y rotuladores adicionales para invitar a los transeúntes a tener la oportunidad de agregar su propia respuesta a lo largo de esta unidad! Si lo desea, mantenga el Muro de la Compasión durante todo el año. Si el tiempo lo permite, lea en voz alta a las nuevas incorporaciones a su clase para mantener el tono afectuoso y compasivo después de que termine la semana.



## Reflejar

5-7 minutos

Como clase, discuta ejemplos de compasión que haya observado en su escuela en lo que va del año. ¿Qué experiencias te afectaron más? ¿Cómo puedes tomar esto y cambiarlo para ser compasivo con los demás?

Consulte con cada estudiante al menos una vez esta semana para medir su nivel de compasión en la escuela. ¿En qué áreas están luchando? ¿Cómo pueden usar la empatía como catalizador para mostrar compasión?

# Escenarios de compasión

## Escenario 1

Un niño nuevo comienza la escuela a mediados de año. No conoce a nadie y se viste muy diferente a los demás. Entra a tu salón de clases por primera vez pero se ve muy nervioso. ¿Cómo puedes mostrar compasión?

## Escenario #2

La niña sentada a tu lado en clase recibió una calificación baja en su examen. Ella bajó la cabeza y obviamente está molesta. ¿Cómo puedes mostrar compasión?

## Escenario #3

Ves a una mujer que habla otro idioma y parece confundida mientras mira a un lado y otro de la calle. Reconoces el idioma y puedes hablar un poco de él. ¿Cómo puedes mostrar compasión?

## Escenario #4

Tu amigo acaba de escuchar algunos chismes sobre sí mismo y está muy molesto por eso. ¿Cómo puedes mostrar compasión?

## Escenario #5

Tu amigo llega a la escuela muy molesto. Ella te dice que sus padres se están divorciando y que su padre se ha mudado de casa. ¿Cómo puedes mostrar compasión?

## Escenario #6

Su compañero de equipo acaba de lesionarse la pierna durante su juego de campeonato y debe sentarse por el resto del juego. ¿Cómo puedes mostrar compasión?