

¿SABÍAS QUE...?

La empatía es una hermosa palabra que nos ayuda a acercarnos a los demás, ponernos en su lugar y comprender cómo se siente, por qué se puede sentir de esa manera y por qué actúa de esa forma.

Es una actitud que requiere dedicación, siendo importante ponerla en práctica para mirar al otr@ de un modo amable y comprensivo, y no desde el prejuicio.

Construir vínculos desde la empatía es un desafío para redescubrirnos y una posibilidad para transformarnos, cultivando la relación con l@s otr@s desde el pensar, sentir y actuar

Propuesta:

LA EMPATÍA QUE NOS TRANSFORMA...

Los invitamos a compartir juntos esta historia...



UNA CASA PATAS ARRIBA

Esta es la historia de Martín, un niño que vive junto a su familia en un barrio pequeño cercano al Puente del Sol.

Su familia está formada por su papá Julián, su mamá Lorena y sus dos hermanas menores, Juana y Romina.

En el barrio todos los conocen: el verdulero que siempre recibe a sus clientes con algún chiste y una gran sonrisa, la señora que vende flores en la esquina, el panadero que recorre todos los barrios de la ciudad entregando panes y facturas, y los demás vecinos.

A Martín le encanta andar en bicicleta, es su actividad favorita. Cada vez que lo hace recorre las calles con una sonrisa de oreja a oreja. Sin embargo, hace algunos días se encuentra preocupado y confundido. Su expresión alegre ya no es la misma de siempre y su sonrisa no brilla como de costumbre.

Josefina, una niña que vive en frente de la casa de Martín, notó que algo le sucedía, que no se encontraba como siempre. Es así que se acercó a él para preguntarle qué le pasaba. Martín se sintió agradecido por el gesto de su amiga, y sintió muchísimas ganas de charlar. Fue así, que sentados en el banquito de la plaza, le contó que se encontraba muy sorprendido y preocupado porque hace algunos días nota que, en su casa, las cosas no se encuentran en los lugares que siempre están.

Josefina intrigada y queriendo comprender mejor a su vecino le pidió que le cuente un poco más. Por ejemplo -dijo Martín- el otro día quería cepillarme los dientes y no encontraba el dentífrico; busqué por todos lados y estaba en la cocina, mi hermana Juana se lo había olvidado ahí. Hoy -siguió contándole Martín a su amiga- mi papá llegó del almacén del barrio y subió la bolsa con lo que había comprado a su pieza.

Josefina lo escuchó muy atentamente. Luego de pensar unos segundos, le propuso hablar con su familia y transmitirles cómo se sentía y por qué se sentía de esa manera. Además, a Josefina se le ocurrió que, en la conversación con su familia, Martín les consulte de qué manera pueden cambiar entre todos la situación para convivir mejor.

Y así fue, esa noche luego de cenar, Martín les contó que hace unos días se sentía preocupado y molesto, porque muchas veces no encontraba las cosas que buscaba. Su mamá, su papá y sus hermanas lo escucharon y le prometieron ordenar y cuidar los objetos de cada uno y también los que compartían, para que todos se sientan cómodos y tranquilos.

¡VAMOS A JUGAR!

¿Se animan a ayudar a Martín y a su familia a ordenar y organizar su casa?
Para eso les proponemos el siguiente juego.

Sentados en ronda, uno de los jugadores
comenzará diciendo la siguiente frase:

“EN LA HELADERA DE MARTÍN HAY...”

y nombrará algún alimento que pueda encontrarse ahí.

Luego continuará el siguiente jugador diciendo:



De esta manera continuarán todos los jugadores siguiendo la ronda.

La ronda continuará hasta que alguno de los jugadores no recuerde qué palabra decir o se confunda.

LES PROPONEMOS JUGAR TAMBIÉN CON LAS SIGUIENTES FRASES:

“EN EL PLACARD DE MARTÍN HAY...”

“EN LA ALACENA DE MARTÍN HAY...”

“EN EL BAÑO DE MARTÍN HAY...”

Y si quieren pueden inventar otros lugares de la casa de Martín y su familia.

Ahora hay más armonía en el hogar de Martín...
Él se siente más tranquilo, porque las cosas de su casa están en sus lugares y todos respetan el orden.
Julián, Lorena, Juana y Romina también descubrieron que se sentían más contentos y tranquilos cuidando lo que era de cada uno y lo que compartían como familia.

UNA INVITACIÓN PARA QUIENES ACOMPAÑAN EN LA CRIANZA:

Trabajar la propia empatía, mostrando acciones concretas de comprensión, respeto y tolerancia hacia los demás.

Ser empáticos con niños y niñas, escuchando y recibiendo sus palabras y gestos con paciencia y afecto.

Reconocer y trabajar las emociones propias y construir espacios de diálogo con empatía y, de esta manera, posibilitar que l@s niños y niñas puedan reconocer sus emociones, dando lugar a su expresión si así lo sienten.