



FICHA DE APLICACIÓN DOMICILIARIA N° 09

"VIVENCIAMOS EL ESPIRITU MARISTA"

TEMA: EMPATIA PARA SOLIDARIZARNOS

ÁREA: DPCC	NIVEL: SECUNDARIA	GRADO Y SECCIÓN: 1° A-B-C-D
DOCENTE: ROSA SANTA MARIA – MARIA LUISA AYALA – CARLA LINAJA GONZALES		
COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
CONSTRUYE SU IDENTIDAD	AUTORREGULA SUS EMOCIONES	<ul style="list-style-type: none"> <li>- VALORAMOS LA EMPATÍA COMO UNA ACTITUD PARA SOLIDARIZARNOS CON LOS DEMÁS.</li> <li>- ARGUMENTAMOS SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA REGULACIÓN DE LAS EMOCIONES</li> </ul>

Hay muchas personas y familias que ya no perciben ingresos económicos como antes, producto del cierre de empresas y negocios por la situación de emergencia generada por el COVID-19 y no pueden cubrir sus necesidades básicas. **¿Qué emociones sentimos al conocer la situación que están pasando? ¿Cómo la regulación de nuestras emociones y la empatía contribuirán a solidarizarnos con ellas?**

Habrás visto y escuchado cómo muchas personas están siendo empáticas y solidarias con aquellas que no tienen recursos para afrontar el aislamiento social.



La empatía nos permite entender a las y los demás y de ese entendimiento nace la solidaridad. La empatía nos permite empezar a comprender las situaciones que viven otras personas, su forma de pensar y actuar de acuerdo con sus experiencias vividas y sus valores.

Por eso para lograr relaciones sanas, es necesario ponernos en el lugar de la otra persona y buscar entender su forma de sentir, pensar y actuar.

**➡ Fortalecer la empatía crea lazos de entendimiento, una mejor comunicación y un compromiso entre todas y todos: de allí surge la solidaridad, que nos lleva a actuar en la búsqueda del bien común.**

**Si terminara la cuarentena:**

1.- ¿Estas **muestras** de empatía y solidaridad deberían seguir siendo parte del comportamiento de las personas?, ¿Por qué?

.....

.....

.....

2.- ¿Qué propondrías para que estas acciones sean parte de la sociedad?

.....

.....

.....



- Qué importante es regular nuestras emociones, sobre todo cuando nos enfrentamos a situaciones difíciles en este periodo de emergencia. Ponernos en el lugar de otras personas cuando se encuentran tristes, preocupadas, frustradas, etc., nos hace empáticos y así podemos solidarizarnos con ellas.

- En el siguiente ejemplo te darás cuenta ¿porque es importante regular nuestras emociones y porque la solidaridad contribuye a alcanzar el bien común?

**“Recuerdo que mi mamá estaba en la cola, para ingresar a la tienda, y entró una señora que demoró mucho tiempo. Ella, sintió cólera porque esta no salía, entonces vi que la señora preguntaba pacientemente los precios de cada producto y comprendí que era porque estaba tratando de que el dinero le alcanzé para todas sus compras. En ese momento, me puse en su lugar y comprendí su situación y le dije a mi mamá que se calmara.”**

### **Actividad:**

1. Elabora un afiche sobre la EMPATIA, relacionando todos los temas que hemos tratado en estas últimas sesiones, imágenes relacionadas al tema y un mensaje motivador, en formato A-4.



**“TOMA MI MANO YO TE SOSTENGO Y ME PONGO EN TU LUGAR”**