

Conectando Corazones: Descubriendo la Empatía y la Simpatía

Persona y sociedad | Habilidades Socioemocionales | Aprendizaje Basado en Casos

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que estudiantes de primaria (6 a 11 años) aprendan a distinguir entre empatía y simpatía, comprendan la importancia de la empatía en las relaciones interpersonales, reconozcan y comprendan las emociones de los demás y valoren la escucha activa como una herramienta fundamental para la comunicación y el entendimiento mutuo. A través de situaciones reales y actividades basadas en casos, los niños desarrollarán habilidades socioemocionales que les ayudarán a convivir mejor con sus compañeros, familiares y amigos. Este aprendizaje es relevante porque fomenta un ambiente escolar positivo, mejora la colaboración y reduce los conflictos, además de preparar a los estudiantes para interacciones respetuosas y afectuosas en su vida cotidiana.

Objetivos de Aprendizaje

- Distinguir entre empatía y simpatía mediante ejemplos concretos.
- Analizar la importancia de la empatía en las relaciones interpersonales.
- Identificar y comprender las emociones de otras personas en situaciones cotidianas.
- Ejercitar la escucha activa para mejorar la comunicación y el entendimiento entre pares.

Recursos Necesarios

- Tarjetas con ilustraciones de expresiones emocionales (al menos 20 tarjetas).
- Cartulinas y marcadores de colores para actividades grupales.
- Video corto animado sobre empatía y simpatía (3-5 minutos).
- Hojas con casos breves escritos (adaptados a la edad) para análisis en grupo.
- Reproductor multimedia (computadora o proyector).
- Cuadernos y lápices para anotaciones y dibujos.
- Espacio amplio para dinámicas grupales y juegos.

Requisitos Previos

- Conocimiento básico de emociones comunes (alegría, tristeza, enojo, miedo).
- Habilidades básicas para expresar ideas en grupo y escuchar a los compañeros.
- Experiencias previas en actividades grupales y juegos cooperativos.
- Familiaridad con reglas básicas de convivencia escolar.

Actividades

Plan de Sesiones para "Conectando Corazones: Descubriendo la Empatía y la Simpatía"

Sesión 1: Introducción a la Empatía y la Simpatía

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Que los estudiantes comprendan que existen diferentes maneras de relacionarnos con las emociones de los demás y se preparen para distinguir entre empatía y simpatía.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Muestra imágenes de caras con distintas emociones (alegría, tristeza, enojo) y pregunta: "¿Cómo creen que se siente esta persona? ¿Alguna vez ustedes se han sentido así?"
- **Estudiantes:** Responden con palabras o gestos sobre cómo se sienten o han sentido en situaciones similares.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Cuenta una breve anécdota personal donde alguien mostró empatía y otra donde mostró simpatía para que los niños se interesen en el tema.
- **Estudiantes:** Escuchan atentos y expresan si alguna vez les ha pasado algo parecido.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que aprenderán a entender mejor sus emociones y las de los demás para ser mejores amigos y compañeros.
- **Estudiantes:** Relacionan la idea con su experiencia en la escuela y familia.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se introduce la diferencia entre empatía y simpatía usando ejemplos simples y casos cortos. El docente presenta un video animado que explica estos conceptos en lenguaje sencillo.

Actividades de aprendizaje activo:

Actividad 1: ¿Qué harías tú?

- **Objetivo:** Distinguir entre empatía y simpatía con ejemplos prácticos.
- **Instrucciones:** El docente presenta 3 pequeñas historias en tarjetas donde un niño/a siente tristeza o alegría. Por grupos de 3-4, los estudiantes discuten qué harían y si su respuesta es empatía o simpatía.
- **Organización:** Grupos pequeños (3-4 estudiantes).

- **Producto:** Lista corta de acciones que demuestren empatía o simpatía.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol del docente:** Guía preguntas como: “¿Cómo crees que se siente esta persona? ¿Qué podrías hacer para ayudarle?” Observa y apoya a grupos que tengan dificultad.

Actividad 2: Juego de emociones

- **Objetivo:** Reconocer emociones propias y ajenas para fomentar la comprensión emocional.
- **Instrucciones:** El docente reparte tarjetas con expresiones faciales y emociones y pide a los niños que imiten la expresión y digan una situación en la que se hayan sentido así. Luego, en plenaria, se relaciona con cómo responder con empatía.
- **Organización:** Individual y plenaria.
- **Producto:** Participación oral y mímica de emociones.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol del docente:** Motiva la participación y hace preguntas tipo: “¿Qué sentiste? ¿Cómo te gustaría que alguien te ayudara en esa situación?”

Diferenciación

- Para estudiantes que terminan antes: Crear una mini-historia ilustrada donde muestran empatía o simpatía.
- Para estudiantes con más dificultades: Trabajar con el docente en ejemplos más simples y hacer preguntas guiadas para identificar emociones.

Transición: El docente conecta la comprensión de emociones con la necesidad de escuchar bien a los demás, preparando la siguiente sesión.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** En plenaria, todos mencionan una palabra que aprendieron y explican brevemente si es sobre empatía o simpatía.
- **Reflexión metacognitiva:** “¿Cómo puedo saber si estoy siendo empático o solo simpático?”, “¿Por qué es importante entender cómo se siente otro?”, “¿Qué puedo hacer para escuchar mejor a un amigo?”
- **Retroalimentación:** El docente refuerza respuestas correctas y corrige suavemente confusiones.
- **Transferencia:** Se invita a los niños a prestar atención a sus amigos en la escuela y en casa para practicar empatía.
- **Tarea o reto:** Observar en casa o escuela una situación en la que alguien necesite ayuda emocional y pensar qué harían para mostrar empatía o simpatía.

Sesión 2: Profundizando en la Empatía y la Simpatía

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Recordar lo aprendido y preparar a los estudiantes para analizar casos más complejos sobre empatía y simpatía.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: “¿Quién recuerda la diferencia entre empatía y simpatía? Cuéntenlo con sus palabras.”
- **Estudiantes:** Responden en plenaria con ejemplos.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta una situación real adaptada sobre un niño que necesita apoyo y pregunta “¿Qué harías tú?”
- **Estudiantes:** Expresan ideas y expectativas.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que hoy trabajarán con casos para aprender a decidir cuándo usar empatía o simpatía.
- **Estudiantes:** Se preparan para actividades grupales.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se presentan 4 casos cortos escritos que muestran diferentes emociones y reacciones. Los estudiantes analizan en grupos qué tipo de respuesta es más adecuada y por qué.

Actividades de aprendizaje activo:

Actividad 1: Analizando casos

- **Objetivo:** Analizar la importancia de la empatía en situaciones reales.
- **Instrucciones:** En grupos de 4, leen un caso, discuten qué sienten las personas involucradas y qué tipo de respuesta (empatía o simpatía) sería mejor.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Cartulina con resumen del caso y respuesta propuesta.
- **Tiempo:** 25 minutos.
- **Rol del docente:** Facilita la discusión, hace preguntas como: “¿Por qué es importante entender cómo se siente esta persona?”, “¿Qué cambia si respondemos con empatía?”

Actividad 2: Role-play - Practicando respuestas

- **Objetivo:** Ejercitar la expresión de empatía y simpatía mediante dramatizaciones.
- **Instrucciones:** Cada grupo prepara una pequeña dramatización del caso leído, mostrando una respuesta empática y una simpática. Luego presentan al grupo grande.
- **Organización:** Grupos de 4.

- **Producto:** Dramatización y reflexión grupal.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol del docente:** Motiva a expresar emociones verbal y corporalmente, guía la reflexión posterior a cada dramatización.

Diferenciación

- Para estudiantes avanzados: Elaborar un breve texto explicando por qué la empatía es mejor en determinadas situaciones.
- Para estudiantes con dificultades: Participar en la dramatización con roles simples y apoyo del docente.

Transición: Se conecta la importancia de entender emociones con la herramienta para lograrlo: la escucha activa.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Crear un mural colectivo con las palabras “Empatía” y “Simpatía” y frases o dibujos que expliquen cada una.
- **Reflexión metacognitiva:** “¿Cómo me siento cuando alguien me escucha de verdad?”, “¿Qué aprendí sobre escuchar a los demás?”, “¿Cómo puedo ser un buen amigo con empatía?”
- **Retroalimentación:** El docente reconoce las aportaciones y aclara dudas.
- **Transferencia:** Invita a practicar la escucha activa en casa y en la escuela.
- **Tarea o reto:** Observar en la semana cómo escuchan sus amigos y familiares.

Sesión 3: Reconociendo y Comprendiendo Emociones de los Demás

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Refrescar conocimientos y motivar a la observación de emociones en el entorno cercano.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Juego rápido: “Adivina la emoción” usando tarjetas con expresiones faciales.
- **Estudiantes:** Imita y nombra la emoción mostrada.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Cuenta una historia breve donde entender la emoción de un amigo ayudó a resolver un problema.
- **Estudiantes:** Escuchan y comentan si han vivido algo parecido.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que reconocer emociones es clave para ser empáticos y buenos compañeros.
- **Estudiantes:** Se preparan para actividades de observación y análisis.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se explican señales que indican cómo se sienten las personas (gestos, tono de voz, postura).

Actividades de aprendizaje activo:

Actividad 1: Observa y describe

- **Objetivo:** Identificar emociones en compañeros y situaciones cotidianas.
- **Instrucciones:** En parejas, observan imágenes de situaciones cotidianas y describen qué sienten los personajes, apoyándose en pistas visuales.
- **Organización:** Parejas.
- **Producto:** Lista de emociones y señales observadas.
- **Tiempo:** 25 minutos.
- **Rol del docente:** Facilita, pregunta: “¿Qué te hace pensar que está triste?”, “¿Cómo se ve cuando alguien está feliz?”

Actividad 2: Diario de emociones

- **Objetivo:** Reflexionar sobre emociones propias y de otros usando la escucha activa.
- **Instrucciones:** Cada estudiante escribe o dibuja una emoción que observó en alguien esa semana y cómo reaccionó.
- **Organización:** Individual.
- **Producto:** Diario de emociones (dibujo o texto corto).
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol del docente:** Apoya a quienes tienen dificultad para expresar emociones con preguntas guía.

Diferenciación

- Para estudiantes que avanzan rápido: Describir también cómo cambiaría la situación si se responde con empatía o simpatía.
- Para estudiantes con más apoyo: Trabajar con imágenes más simples y acompañamiento individual.

Transición: Se introduce la escucha activa como herramienta para comprender mejor estas emociones.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Los estudiantes comparten en círculo una emoción que reconocieron y cómo la escucharon o comprendieron.

- **Reflexión metacognitiva:** “¿Por qué es importante escuchar para entender a los demás?”, “¿Qué aprendí sobre las emociones de mis amigos?”
- **Retroalimentación:** El docente valora las participaciones y destaca ideas clave.
- **Transferencia:** Proponen usar la escucha activa en sus relaciones diarias.
- **Tarea o reto:** Practicar escuchar sin interrumpir y notar cómo se siente la otra persona.

Sesión 4: La Escucha Activa como Puente de la Empatía

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Introducir la escucha activa y su relación con la empatía.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: “¿Qué significa escuchar? ¿Es lo mismo que oír?”
- **Estudiantes:** Comentan y comparten experiencias cuando no se sintieron escuchados.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un pequeño juego de “Teléfono descompuesto” para mostrar la importancia de escuchar bien.
- **Estudiantes:** Participan y observan cómo cambia el mensaje.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que la escucha activa nos ayuda a comprender mejor a los demás y a ser empáticos.
- **Estudiantes:** Se preparan para practicar habilidades de escucha.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se enseñan técnicas básicas de escucha activa: mirar a los ojos, no interrumpir, repetir con palabras propias, hacer preguntas.

Actividades de aprendizaje activo:

Actividad 1: Parejas en diálogo

- **Objetivo:** Practicar la escucha activa en conversaciones reales.
- **Instrucciones:** En parejas, un estudiante cuenta una experiencia personal (puede ser inventada) y el otro escucha activamente usando las técnicas aprendidas. Luego cambian roles.
- **Organización:** Parejas.
- **Producto:** Retroalimentación mutua oral sobre la experiencia.
- **Tiempo:** 25 minutos.
- **Rol del docente:** Observa, guía con preguntas: “¿Qué hiciste para escuchar bien?”, “¿Cómo se sintió tu compañero?”

Actividad 2: Señales de escucha activa

- **Objetivo:** Identificar y practicar señales no verbales de escucha activa.
- **Instrucciones:** En grupos de 3, un estudiante habla, otro escucha y el tercero observa y anota las señales de escucha activa usadas.
- **Organización:** Grupos de 3.
- **Producto:** Lista oral y escrita de señales.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol del docente:** Acompaña las observaciones y completa la lista si es necesario.

Diferenciación

- Estudiantes avanzados: Proponer ejemplos de cuándo no se practica la escucha activa y cómo corregirlo.
- Estudiantes con dificultades: Recibir apoyo directo para recordar las técnicas y practicar con el docente.

Transición: Se vincula la escucha activa con la empatía para preparar la aplicación práctica en las siguientes sesiones.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Los estudiantes mencionan una técnica de escucha activa que usarán en la escuela o en casa.
- **Reflexión metacognitiva:** “¿Qué aprendí sobre escuchar?”, “¿Cómo puedo ayudar a mis amigos escuchándolos mejor?”
- **Retroalimentación:** El docente felicita los esfuerzos y recuerda la importancia de la escucha activa.
- **Transferencia:** Se invita a practicar la escucha activa diariamente.
- **Tarea o reto:** Observar y anotar una ocasión donde escucharon activamente a alguien.

Sesión 5: Aplicando la Empatía y la Escucha Activa en la Vida Diaria

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Reconectar aprendizajes previos y preparar para aplicar empatía y escucha activa en situaciones cotidianas.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: “¿Recuerdan cuándo escucharon muy bien a un amigo? ¿Qué pasó después?”
- **Estudiantes:** Comparten experiencias en pequeño grupo y luego en plenaria.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un caso real adaptado donde la empatía y la escucha activa ayudaron a resolver un conflicto.
- **Estudiantes:** Escuchan y comentan qué harían.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que practicarán estas habilidades con ejemplos concretos en la escuela y la familia.
- **Estudiantes:** Se preparan para actividades prácticas en grupos.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se presentan situaciones comunes en la escuela y familia para analizar y practicar respuestas empáticas y escucha activa.

Actividades de aprendizaje activo:

Actividad 1: Resolviendo conflictos con empatía

- **Objetivo:** Aplicar la empatía y la escucha activa para resolver problemas.
- **Instrucciones:** En grupos de 4, reciben una situación conflictiva y deben decidir cómo resolverla usando empatía y escucha activa. Preparan una breve dramatización.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Dramatización y explicación de la solución.
- **Tiempo:** 30 minutos.
- **Rol del docente:** Facilita, guía con preguntas: “¿Cómo escucharon a la otra persona?”, “¿Qué sintieron al ponerse en su lugar?”

Actividad 2: Compromiso de empatía

- **Objetivo:** Reflexionar y comprometerse a practicar empatía y escucha activa.
- **Instrucciones:** Cada estudiante escribe en una tarjeta un compromiso personal para practicar la empatía y escucha activa.
- **Organización:** Individual.
- **Producto:** Tarjeta de compromiso personal.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol del docente:** Acompaña y refuerza la importancia del compromiso.

Diferenciación

- Estudiantes avanzados: Pueden elaborar un compromiso grupal para mejorar la convivencia.
- Estudiantes con dificultades: Reciben apoyo para expresar su compromiso verbalmente o con dibujos.

Transición: Se prepara a los estudiantes para consolidar y reflexionar sobre todo lo aprendido en la sesión final.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Discusión en círculo sobre cómo se sintieron practicando empatía y escucha activa.

- **Reflexión metacognitiva:** “¿Qué aprendí hoy?”, “¿Cómo puedo ayudar a mis amigos con lo que aprendí?”
- **Retroalimentación:** El docente reconoce los avances y motiva a continuar practicando.
- **Transferencia:** Invita a compartir el compromiso con la familia.
- **Tarea o reto:** Practicar el compromiso durante la semana y contar la experiencia.

Sesión 6: Síntesis, Reflexión y Celebración del Aprendizaje

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Recordar y preparar a los estudiantes para reflexionar sobre todo lo aprendido y compartir experiencias.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: “¿Cuál fue la parte que más te gustó o aprendiste sobre empatía y simpatía?”
- **Estudiantes:** Comparten en voz alta o por escrito.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Muestra un collage con imágenes y frases de las sesiones anteriores para motivar la reflexión.
- **Estudiantes:** Observan y comentan.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que hoy harán una síntesis y celebrarán su aprendizaje.
- **Estudiantes:** Se preparan para actividades de cierre.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 40 minutos

Actividades de aprendizaje activo:

Actividad 1: Mapa mental colectivo

- **Objetivo:** Sintetizar conocimientos sobre empatía, simpatía y escucha activa.
- **Instrucciones:** En círculo, los estudiantes aportan palabras o frases que el docente escribe en una cartulina formando un mapa mental.
- **Organización:** Plenaria.
- **Producto:** Mapa mental visual.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol del docente:** Facilita la organización de ideas, pregunta: “¿Qué es la empatía?”, “¿Por qué es importante escuchar?”

Actividad 2: Ticket de salida - “Mi aprendizaje estrella”

- **Objetivo:** Reflexionar individualmente sobre el aprendizaje más importante.
- **Instrucciones:** Cada estudiante escribe o dibuja en una tarjeta cuál fue su aprendizaje favorito y por qué.
- **Organización:** Individual.
- **Producto:** Ticket de salida.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol del docente:** Recoge las tarjetas y proporciona retroalimentación general.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

- **Reflexión metacognitiva:** “¿Cómo me siento ahora que sé más sobre empatía?”, “¿Qué puedo hacer para seguir siendo empático?”, “¿Cómo me ayudará escuchar a los demás en mi vida diaria?”
- **Retroalimentación:** El docente resume los logros, felicita a todos y destaca la importancia de seguir practicando.
- **Transferencia:** Se invita a compartir lo aprendido con la familia y amigos.
- **Celebración:** Breve reconocimiento grupal y cierre positivo.

Evaluación

Tipo de evaluación: Se aplican evaluaciones diagnóstica al inicio de la primera sesión (activación de conocimientos previos), formativa durante el desarrollo de cada sesión (observación directa, participación en actividades, retroalimentación continua) y sumativa en la última sesión (mapa mental colectivo y ticket de salida).

Criterios de evaluación:

- Distingue claramente los conceptos de empatía y simpatía en ejemplos y situaciones (Objetivo 1).
- Explica la importancia de la empatía en las relaciones interpersonales usando casos (Objetivo 2).
- Identifica correctamente emociones en otros y describe señales emocionales (Objetivo 3).
- Demuestra habilidades de escucha activa en actividades orales y de role-play (Objetivo 4).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observación directa durante dramatizaciones y actividades orales.
- Rúbrica sencilla para evaluar análisis de casos y compromisos escritos.
- Portafolio con evidencias como diarios de emociones, tarjetas de compromiso y tickets de salida.
- Autoevaluación guiada con preguntas sobre su propio aprendizaje y participación.

Evidencias de aprendizaje:

- Participación activa en discusiones y dramatizaciones que muestren comprensión de empatía y simpatía.
- Listas o cartulinas con análisis de casos y emociones identificadas.
- Diarios de emociones y tarjetas con compromisos personales para practicar habilidades.
- Mapa mental colectivo y tickets de salida que resumen el aprendizaje logrado.

