

3.3

Entender a los demás.

Introducción

Todos tenemos la capacidad de desarrollar nuevas habilidades, aunque no siempre somos conscientes de ello. En este sentido, cuando los estudiantes se saben capaces de desarrollar habilidades como la empatía hacia los demás, entonces asumen que pueden modificar su forma de relacionarse consigo mismos y con quienes les rodean. El que los estudiantes sean considerados con las necesidades de los otros, no implica que se olviden de las propias. Más bien se trata de que comprendan que su felicidad no debe ser a costa de la de los demás, y que el hecho de no tener una actitud autocentrada en exceso, los ayudará a conformar relaciones constructivas que serán benéficas para todos los involucrados porque están basadas en el respeto y en la igualdad.

¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes establezcan una acción que considere a los demás con el fin de construir relaciones constructivas.

¿Por qué es importante?

Porque para establecer relaciones constructivas, los estudiantes pueden ser considerados con los demás y capaces de ver más allá de sí mismos.

Concepto clave

Ser considerado

Orientaciones didácticas

3 min. Individual

Introducción para los estudiantes

- Solicite a los estudiantes que lean la introducción, la cita y “*El reto es*”.
- Si la actividad lo permite, pregunte al grupo si consideran a los demás cuando una situación lo amerita. Esto permitirá recuperar conocimientos previos.

7 min. Individual

Actividad 1

Leer el caso y responder preguntas.

- Con la descripción del caso en el cual ningún compañero de Andrea fue considerado con ella, se busca que los alumnos vean las consecuencias.
- Asimismo, el objetivo es que los estudiantes reflexionen sobre la viabilidad o no de desarrollar su habilidad de entender y considerar a los demás.
- Al finalizar, puede pedir una participación voluntaria.

Comunicación

3.3

Entender a los demás

“Lo más importante en cualquier relación no es lo que obtienes, sino lo que das”.

Eleanor Roosevelt.


Rubén observó la gran angustia que tenía Andrea cuando le asignaron el control del dinero de la graduación; él sabiendo que la organización no era el fuerte de su amiga, pudo entender su reacción. Para evitar complicaciones, se le ocurrió proponer que mejor Andrea colaborará con él haciendo las invitaciones. Gracias a la empatía y a la habilidad de Rubén para comprender a su compañera, al final todo salió bien y se evitó que el equipo tuviera problemas de convivencia. Por el contrario, fortalecieron sus lazos de amistad.

Así como Rubén mostró ser empático con su amiga y consideró sus necesidades, tú ¿has contribuido en alguna situación ayudando a evitar problemas y, colaborando para mejorar la convivencia?

El reto es establecer una acción que considere a los demás con el fin de construir relaciones constructivas.

Actividad 1.
De forma individual, lee el caso y, aquí o en tu cuaderno, responde a las preguntas que se te plantean.


Tomando el ejemplo de Rubén y de Andrea, hagamos otra historia: Andrea, a pesar de su angustia, tiene que administrar el dinero. Ella se queja y lo expresa, pero nadie la entiende ni toma en consideración su sentir. Como era de esperarse, no cuadran las cuentas, y llegado el final del evento, varios están molestos con ella por el desorden en la administración de los recursos lo que provoca que la armonía entre los miembros del equipo se fracture porque hay quienes la defienden y quienes la critican. Al grupo, le costó varias semanas poder volverse a poner en paz, e incluso, hubo algunos compañeros que permanecieron peleados.



a. Piensas que, a pesar de que los compañeros de Andrea en ese momento no fueron empáticos, ¿pueden desarrollar su habilidad de entender y considerar a los demás?

1. En caso de que tu respuesta sea negativa, explica ¿por qué?

2. En caso de que tu respuesta sea positiva, responde ¿cómo?



www.sems.gob.mx/construyet

Conciencia social | 1

6 min. Grupal

Actividad 2

Reflexionar y responder preguntas.

- Se espera que los alumnos piensen sobre las características que tienen las relaciones constructivas. Se sugiere reflexionar con ellos que éstas son aquellas relaciones sanas en las cuales se sienten seguros y en confianza.
- Asimismo, se propone invitarlos a reflexionar que las relaciones constructivas se facilitan si son considerados los demás, y que si bien, no siempre se comparten los mismos puntos de vista, si pueden ser comprensivos respecto a los sentimientos de los demás.
- Le sugerimos poner especial atención en aquellos estudiantes que no logren contactar de inmediato con un compañero, en esos casos puede formar usted las parejas.
- En esta actividad promueva un ambiente de respeto y escucha activa.
- Para la reflexión final, pida una participación voluntaria.

2 min. Individual

Reafirmo y ordeno

- Pida a un alumno que lea en voz alta el texto, y al resto del grupo que siga la lectura en silencio. Si el tiempo se lo permite puede comentar una conclusión breve.

1 min. Individual

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

- Pida que escriban en su cuaderno lo que consideran más relevante de la lección.

1 min. Individual

Para tu vida diaria, ¿Quieres saber más?, Concepto clave

- Invite a sus estudiantes a leer y a realizar las actividades de las secciones. En ¿Quieres saber más? pueden ampliar su perspectiva respecto a cómo considerar al otro mediante el video *Persona que ayuda a otros*

Lección 3. La posibilidad de contribuir a un mundo mejor Entender a los demás

Actividad 2.
En binas, respondan las siguientes preguntas.

1. Para ustedes, ¿qué características debe tener las relaciones constructivas?
2. ¿Qué relación hay entre entender y comprender a los demás, y establecer relaciones constructivas?

Reafirmo y ordeno
Como hemos visto en otras lecciones, la empatía es un aspecto fundamental para establecer relaciones constructivas con los demás; es decir, relaciones saludables que provocan armonía social. La empatía marca la diferencia entre ser descaudados e indiferentes ante los otros o reconocer su sufrimiento y sus anhelos generando así un vínculo de cuidado y respeto hacia ellos. La empatía es un buen punto de partida para abrir el corazón y ser considerado son los demás. La buena noticia es que, a través de la empatía, tú puedes desarrollar tu habilidad para entender y considerar a los demás y establecer así, relaciones constructivas.

Para tu vida diaria
Con tu familia, reflexionen alguna situación en la cual uno de ustedes haya sido empático y comprensivo con el otro y cómo este acto benefició su relación? También reflexionen sobre la relación que existe entre comprender a los demás y establecer relaciones constructivas.

¿Quieres saber más?
Con el objetivo de entender mejor lo beneficioso que es comprender a los demás y ser empático en pro del bienestar propio, de los otros y de la construcción de relaciones constructivas, te recomendamos ver el video: *Algun día el mundo será así*. Para ello, haz clic en: https://youtu.be/1_b8Bu8DkUk

CONCEPTO CLAVE
Ser considerado: Implica estar pendiente de los sentimientos de los demás, ser empático y amable con quienes te rodean, abanderar a sus necesidades y ser agradado cuando muestran algún gesto de apoyo hacia ti persona.

2 | Conciencia social www.sems.gob.mx/construyet

Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Para el aula:

Es indiscutible que los aspectos afectivo, físico y social influyen en el desempeño individual y grupal de los estudiantes. Por ello, es indispensable establecer ambientes de aprendizaje que favorezcan el crecimiento personal sin descuidar la interacción social. En este sentido es importante promover que los estudiantes se esfuercen por entender a los demás y sean considerados con ellos en pro de favorecer relaciones constructivas que contribuyen al desarrollo de habilidades, actitudes y valores.

En caso de crisis emocional:

Si los temas o actividades de las variaciones provocan en los estudiantes emociones desagradables y/o reacciones de llanto, alzar el tono de voz o deseos de no continuar con las actividades, le sugerimos detenerse un momento, preguntar al estudiante ¿qué le serviría en ese momento? y brindarle las opciones de continuar con la actividad o salir del salón a tomar aire fresco y realizar respiraciones profundas, escribir en su diario de emociones o atender las sensaciones en el cuerpo, con el fin de que pueda mantener la calma. Si detecta que se trata de un caso difícil que usted no puede manejar, es deseable que lo canalice a las autoridades escolares competentes, orientador o psicólogo escolar.

Inclusión:

Se recomienda incluir por igual a todos los estudiantes en las actividades de las variaciones, poniendo énfasis en aquellos con discapacidad, alumnos en situación de calle, con aptitudes sobresalientes, con enfermedades crónicas, entre otras condiciones. Si tiene dudas puede consultar el documento *Equidad e Inclusión (Modelo educativo. México: SEP, 2017)* y el Artículo primero de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, disponibles en los siguientes enlaces:

Equidad e Inclusión:

<http://www.sems.gob.mx/work/models/sems/Resource/12302/1/images/equidad-e-inclusion.pdf>

Artículo primero: http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/1_150917.pdf

Para su vida diaria:

En las últimas lecciones se ha hablado reiteradamente de las desventajas de una mente autocentrada en exceso y de las ventajas de una mente empática; asimismo, en la presente lección, se ha reflexionado sobre la importancia de que los estudiantes sean capaces de desarrollar sus habilidades para comprender y considerar a los demás con el objetivo de establecer relaciones constructivas. Todas estas enseñanzas son muy interesantes y evidentemente muy enriquecedoras para su vida diaria, sin embargo, si se quedan en conocimientos conceptuales, entonces se convierten en algo de poca utilidad. Por lo tanto, le sugerimos que trate de relacionarlas y ponerlas en práctica en su vida cotidiana. Lograr que estos conceptos se pongan en práctica en su vida diaria, sin duda es todo un reto, pero si se logra, implicaría un beneficio enorme para la construcción de relaciones sanas y armónicas.

Evaluación de la lección

De acuerdo con las siguientes afirmaciones, seleccione la opción que refleje su opinión.

Rubro	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Al menos el 50% de los estudiantes establecieron una acción que considere a los demás con el fin de construir relaciones constructivas.					
Los estudiantes mostraron interés y se involucraron en las actividades.					
Se logró un ambiente de confianza en el grupo.					
¿Qué funcionó bien y qué efectos positivos se observaron al realizar las actividades?					
Dificultades o áreas de oportunidad					
Observaciones o comentarios					