

# 1.5

## Somos comunidad

*“Amor y respeto por la comunidad nos ha unido en la esperanza, en la posibilidad”.*

*Neema Namadamu.*

¿Cómo es tu relación con la comunidad a la que perteneces? ¿Quiénes la conforman? ¿Se apoyan unos a otros? En ocasiones las personas que integran nuestra comunidad parecen no ser tan importantes en nuestra vida. Otras veces, formamos lazos fuertes con ellas. En cualquier caso, pueden convertirse en verdaderos aliados y aportar valiosos aprendizajes. Exploremos su papel en tu forma de experimentar y entender el mundo.

**El reto es** describir la importancia de la empatía en el establecimiento de relaciones interpersonales constructivas.

### Actividad 1.

Llena la siguiente tabla con una lista de tres de las personas que conforman la comunidad escolar a la que perteneces y a quienes conoces poco, anota a continuación un problema o situación desagradable que percibiste que les sucedió, posteriormente describe si hiciste algo para apoyarlos.

Contesta lo que se solicita aquí o en tu cuaderno:



¿Quién es?	¿Qué problema enfrentó?	¿Hiciste algo para ayudarlo? Descríbelo.
1.		
2.		
3.		

a. Lee con atención lo que escribiste y contesta aquí o en tu cuaderno.

1. ¿Cómo te sentiste al ayudar a esas personas? Y si no las ayudaste, ¿cómo te sentiste al no hacerlo?

---



---

2. ¿Consideras que ser empático te permitirá establecer relaciones constructivas?

---



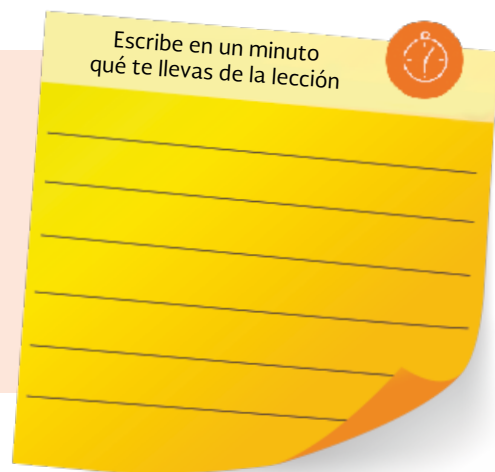
---

**Actividad 2.**

Compartan con el grupo sus reflexiones. Platiquen sobre cómo la empatía te permitirá establecer relaciones constructivas con personas de tu comunidad (conocidas o desconocidas) y cómo eso puede aportar que son importantes en tu crecimiento personal.

**Reafirmo y ordeno**

Ser empático no siempre resulta fácil, sin embargo, te ayuda a tener relaciones constructivas, incluso con aquellas personas que consideras ajenas a ti, te conforma como individuo. Considerar siempre qué piensan y sienten los demás, es decir, ponerse en el lugar del otro, también te generará placer, alegría y satisfacción.

**Para tu vida diaria**

Relacionarte desde la empatía con quienes conforman tu comunidad, te permitirá conocerlos de una manera personal y profunda. Empieza a conocer a las personas que te rodean, escúchalas con atención, mira sus rostros y trata de comprender sus formas de actuar. Verás que esto te hará sentir en armonía con los demás.

**¿Quieres saber más?**

Te compartimos este video titulado “El valor de la empatía”, lo puedes encontrar en el siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=4Hgmfkg-UTk>

en donde podrás ampliar tu concepto de empatía:

<https://youtu.be/cV-QA3u-TVDO>

**CONCEPTO CLAVE****Empatía:**

Habilidad de comprender las emociones y experiencias del otro desde su perspectiva.