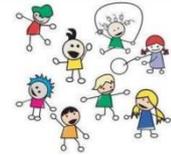




Guía de Orientación

ORIENTACIÓN-CUARTOAB-OA4-GUÍA9-SEMANA12

Profesores responsables: Carlos Arriagada Mercado-Nelidad Becerra Bascuñán



Nombre:	Curso:	Fecha:
<p>Objetivo: Demostrar a través de ejemplos y experimentaciones una situación idéntica a la que se encuentra otra persona, identificando las propias emociones.</p> <p>OA 6 Manifestar actitudes de solidaridad y respeto, que favorezcan la convivencia, como: actuaren forma empática (poniéndose en el lugar del otro); utilizar un buen trato (por ejemplo, saludar, despedirse, pedir por favor); evitar y rechazar toda forma de violencia y discriminación ya sea por etnias, género, religión, nacionalidad, etc.; respetar el derecho de todos a expresar opiniones y pensar diferente; prestar ayuda especialmente a quien lo necesite; respetar el ambiente de aprendizaje.</p>	4°Año A-B	Semana 12



¡¡Hola, un gusto poder saludarte hoy, esperando que tú y familia estén muy bien!!

Retroalimentación: En las semanas anteriores, hemos aprendido que son las emociones y como reconocerlas y así, darles un nombre.

Contenido: Esta semana, aprenderemos sobre la empatía.

A pensar... ¿La gallina o el huevo?



➤ Primero, nos apoyaremos en el siguiente video:

<https://www.youtube.com/watch?v=tQm4iiaYAtg&feature=youtu.be>

➤ **Ahora, definiremos qué es la empatía:**



La **empatía** es la capacidad que nos permite observar lo que otra persona siente y ponernos en sus zapatos. Se trata de un concepto complejo que implica ser receptivo a las emociones de las personas que nos rodean y tener la capacidad de identificarlas a través de sus gestos y palabras, comprender lo que el otro siente y apreciar la situación sin juzgar al implicado. Seguramente te estés preguntando si eso es todo. Pues no, la empatía no se relaciona solamente con el descubrimiento y entendimiento de las emociones del prójimo sino también con nuestra propia sensibilidad en relación con esas emociones

Ejercicios para poner en práctica nuestra empatía:

- ✓ Debes fortalecer tu habilidad a la hora de ser compasivo.
- ✓ Debes practicar la atención plena a lo que te rodea.
- ✓ No debes culpar a los demás de todo lo que te sucede.
- ✓ Siempre actúa sin hacer distinciones frente a los demás.
- ✓ Debes ser más receptivo a los sentimientos de los demás.
- ✓ Debes mantener una actitud positiva y agradecida ante la vida.
- ✓ Para complementar tu aprendizaje:



**TE INVITO A NUESTRA CLASE QUE SERÁ EL
DÍA 25 DE JUNIO**

Por mientras...

