

## EMPATÍA



### TÍTULO EL VALOR DE LA AMISTAD

#### AUDIOVISUAL

<http://hyperurl.co/thl0yb>



#### VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR

Empatía, Identificación y expresión emocional, Habilidades de autoafirmación

#### ÁREA CURRICULAR

Lengua Castellana y Literatura

#### CONTEXTO ESCOLAR

Convivencia

#### EDAD RECOMENDADA

De 12-14 años

#### SINOPSIS

Un grupo de chicos que rondan los quince años comparten un barrio muy peculiar: la planta de un hospital. Jorge necesita conocer lo antes posible los resultados de la biopsia para saber si tiene o no cáncer y le pedirá a sus amigos que le acompañen. Al conocer los resultados y, sin palabras, veremos cómo sus amigos comparan con él sus sentimientos.

**REFERENTE TEÓRICO:** Alegrarse sinceramente por lo bueno que le pasa a los demás es una clave que ayuda a determinar la capacidad de empatizar de las personas. La vida en grupo y el compartir emociones es uno de los aspectos más importantes en la vida de los adolescentes así como una fuente de bienestar personal. Ponerse en el lugar del otro y alegrarse por las cosas buenas de los demás es uno de los pilares más valiosos que sustentan la amistad entre los seres humanos.

**RAZÓN DE SER:** Se propone a los alumnos que primero reflexionen sobre el hecho de alegrarse o no por alguien y que practiquen su capacidad de empatía desde ese punto de vista positivo, para posteriormente adentrarse en el análisis del valor de la amistad.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

¿Habéis visto la película *4ª planta?*. En ella un grupo de adolescentes comparten su vida en un hospital porque tienen problemas de salud. La escena que vamos a ver tiene que ver con la amistad. Observad

lo que ocurre y decidid si los protagonistas son o no amigos de verdad y por qué.

Posteriormente, el profesor abre un debate a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Qué ha ocurrido en la escena que habéis visto? Al conocer los resultados de la biopsia los chicos se alegran por Jorge sinceramente a través de su comunicación no verbal y Jorge se acuerda de sus padres. Tanto los chicos como Jorge muestran empatía porque se ponen en el lugar de otros: a) Los chicos conectan con el alivio de Jorge y su felicidad y b) Jorge conecta con la angustia de su familia y les llama para alegrarles.
- ¿Son amigos de verdad? ¿Por qué?
- No usan palabras, no le dicen nada ¿es suficiente? (a veces las situaciones son tan intensas que no son necesarias las palabras, un gesto o una sonrisa son más poderosas para transmitir emociones).
- ¿Qué os aporta un amigo? ¿Por qué es importante tener amigos?
- ¿Qué pasaría si no se hubieran alegrado? ¿Cómo os sentiríais si al contarle una buena noticia a alguien no se alegra por ti?

### 2ª Fase

Con esta dinámica se pretende reforzar, con ejemplos sencillos, las ideas anteriores. El profesor divide el grupo en parejas y a cada una de ellas le entrega una tarjeta con una de las siguientes emociones: ENFADO, INDIFERENCIA, ENVIDIA, TRISTEZA, DESINTERÉS, ALEGRÍA, no importa que se repitan las emociones en varias parejas.

El profesor planteará diferentes situaciones ajustadas a cada una de las emociones que deberán ser representadas por uno de los miembros de cada pareja, respondiendo el otro a partir de la emoción que les haya tocado y tratando de ser lo más empático posible (podrán cambiar el papel entre ellos para que todos practiquen la empatía).

Al finalizar el trabajo en parejas, el profesor preguntará al grupo cómo se han sentido y qué dificultades han encontrado para ponerse en el lugar del otro.

### 3ª Fase

A continuación el profesor propone otra dinámica:

*Ahora vamos a pensar en cuál ha sido uno de los mejores momentos de nuestra vida. Pensad por qué, qué pasó, qué sentisteis, con quién estabais. Dedicadle unos minutos.*

Después, en las mismas parejas formadas en la fase anterior, cada uno va a contar su momento feliz. El otro tendrá que escuchar atentamente y tratar de sentir y pensar cómo se sintió su pareja en ese momento. Para ello, lo demostrará de tres maneras diferentes:

1. Con la cara y el cuerpo: mirar a los ojos, expresar la emoción acorde a la que estamos escuchando, el cuerpo en dirección al compañero e inclinado hacia adelante en posición de escucha.
2. Escuchando sin interrumpir: asintiendo con la cabeza en señal de escucha activa.
3. Parafraseando, es decir; repitiendo lo que ha dicho con sus palabras; "Si te he entendido bien, dices que..", "O sea que lo que sentiste fue, porque... etc."

La dinámica finalizará recogiendo impresiones y sensaciones vividas por los alumnos al finalizar el ejercicio.

### PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Sería muy interesante ampliar la actividad mediante una carta. La actividad recibe el nombre de "Por qué somos amigos". El profesor puede introducir la tarea de este modo:

*Vamos a escribir todos una carta. En ella nos vamos a sincerar con nuestro mejor amigo, y ¿por qué no? de paso, con nosotros mismos. Podemos empezar así:*

Querido colega,  
El día que nos conocimos pensé...  
Somos amigos porque...  
Me gusta de ti...  
Me alegré mucho cuando te pasó...

Para escribir la carta, es necesario crear un clima de intimidad suficiente para que los alumnos escriban; se puede poner música tranquila para facilitarlo. Muchos de ellos no están acostumbrados a poner por escrito lo que piensan o sienten por lo que al principio les puede costar. Es importante no presionar demasiado, e incluso dar opción a que la terminen en casa.

Finalmente se puede organizar una especie de intercambio de cartas, poniéndolas en un sobre todas y organizando una recogida especial. Podría acompañarse de un *muro de la amistad* en el que se invita a los alumnos a dejar notas positivas a sus amigos, aun siendo de otras clases.