



EMPATÍA

Conexión Familiar de Kindergarten

PurposeFULL
People

Visión General

El enfoque de este mes es la Empatía. Una forma de pensar en la Empatía es “comprender y conectarse con los sentimientos de otras personas”. La Empatía es una práctica que puede ayudarnos a desarrollar relaciones sólidas.

La Empatía es 1 de los 3 rasgos en los que nos centraremos durante todo el año que ayuda a los estudiantes a Ser Amables. A lo largo de la escuela, los estudiantes desarrollarán habilidades como la toma de perspectiva, la resolución de conflictos y el liderazgo.

En el Salón

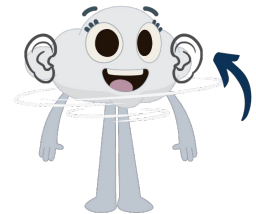
Escuchar a los demás es una habilidad importante para la vida, ¡y requiere práctica! En Kindergarten, nos estamos enfocando en las habilidades de escuchar este mes. Ser un buen oyente también es una forma importante de practicar la Empatía.

Aprenderemos y practicaremos en la escuela estas estrategias de Escuchar con Fuerza. ¡Pruébalas en casa con tu estudiante!

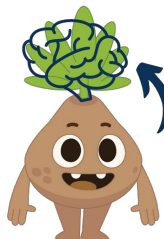
1. Los ojos están mirando (señala los ojos)
2. Los oídos están escuchando (señala los oídos)
3. El cerebro está enfocado (señala la cabeza)
4. El corazón es cariñoso (pon tu mano en el corazón)



Los ojos están mirando
(señala tus ojos)



Los oídos están escuchando
(señalar las orejas)



El cerebro está enfocado
(señalar la cabeza)



El corazón es cariñoso
(hacer un corazón con las manos)

Iniciadores de conversación



- ¿Puedes compartir o mostrar lo que significa escuchar con todo el cuerpo?
- ¿Por qué crees que es importante usar la estrategia “Escuchar con Fuerza” cuando se practica la Empatía?



EMPATÍA

PurposeFULL
People

Actividades Intencionales



Diviértanse conectando en familia este mes mientras practican Empatía. Aquí hay 3 "Actividades Intencionales" para que completen juntos. ¿Cuántas puedes hacer este mes?

Actividad Intencional #1

En la escuela, usamos Los Elementos de la Emoción para representar diferentes emociones. Para nosotros...

- *El Viento representa emociones como nerviosismo, distracción, diversión o ser juguetón/as o distraídas.*
- *El Agua representa emociones como tristeza, soledad, cansancio o vergüenza.*
- *El Fuego representa emociones como enojo, frustración, entusiasmo o miedo.*
- *La Tierra representa emociones como la calma, la concentración, el orgullo o la felicidad.*

En familia, creen su propio cartel que muestre diferentes emociones. **Por ejemplo:** podrían usar emojis para representar diferentes emociones y etiquetarlas. Cuelguen el póster en una ubicación central. Cada día, designa un momento en el que tu estudiante haga un registro de emociones y toque el sentimiento que más sintió en ese día. Esto le recuerda a tu estudiante el vocabulario emocional que está aprendiendo en la escuela y le da una idea de cómo se siente. Comprender los sentimientos de otras personas puede ayudarnos a crecer en Empatía.

Actividad Intencional #2

¡Revisa la Empatía en familia! Recuerda que Empatía es comprender y conectar con los sentimientos de otras personas. Programa una noche de cine familiar para que puedas observar específicamente los sentimientos y las emociones. Hazles saber a todos que te gustaría que señalen cómo se sienten los personajes del programa y que harás una pausa periódicamente para hablar sobre Empatía. A medida que se identifiquen las emociones, invita a que compartan si sintieron Empatía en algún momento o si se imaginaron cómo se sentirían en ese momento.



Actividad Intencional #3

Encuentra un momento para sentarse juntos en un círculo y celebrar todas las formas en que han visto practicar la Empatía. ¡Turnense para compartir las respuestas a las siguientes indicaciones o inventen las suyas propias! Recuerden practicar la Empatía mientras se escuchan unos a otros.

Mensajes de celebración:



- ¿Cuál es 1 forma en que un miembro de la familia te ha demostrado Empatía últimamente?
- Comparte acerca de un momento en que sentiste que alguien realmente te escuchó.

