



Tarea N° 19 Asignatura Religión 7° Básico.

Nombre:

Curso:

Unidad 2

Objetivo: Reconocer la empatía como uno de los signos de madurez en la etapa de la preadolescencia.

Mi experiencia.

En medio de nuestras prisas y preocupaciones, las personas tendemos a volvernó egoístas y a olvidarnos que los demás también tienen algo importante que comunicarnos. Llamaremos empatía a la actitud de abrirnos a escuchar y estar atentos a los sentimientos de los demás. La preadolescencia, entre otras características, es una edad propicia para desarrollar la empatía

Actividad 1:

Para reflexionar

- ¿Qué puede aportar ser empático/a con alguien?
- ¿Cuándo fue la última vez que fuiste empático/a?
- La creencia en Dios o la religiosidad, ¿contribuyen para ser empático? ¿Por qué?
- ¿Qué enseñanzas de Jesús están a la base de la empatía?

Profundicemos

La empatía es una valiosa capacidad que pueden desarrollar las personas y que les permite ponerse en el lugar de los otros, a fin de comprender su punto de vista y hasta sentir como los demás. Esta actitud se facilita en la medida que conocemos a las personas. La relación frecuente facilita descubrir los motivos de enojo, alegría o desánimo de los otros y su consecuente modo de actuar. Este valor ayuda para superar ciertos obstáculos como el cansancio, el mal humor, el dolor de cabeza y las preocupaciones propias de nuestras responsabilidades. Lo contrario sería, justamente, buscar ser entendidos sin intentar comprender a los demás. Por tanto, la empatía implica generosidad y genuina comprensión: para olvidarnos de nosotros mismos y hacer el esfuerzo de “ponernos en los zapatos del otro”.

En definitiva, la empatía es un valor indispensable en todos los aspectos de nuestra vida, sin él, sería muy difícil enriquecer las relaciones interpersonales. Quien se preocupa por vivir este valor, cultiva simultáneamente otros, por ejemplo, confianza, amistad, comprensión, generosidad, respeto y comunicación.

Actividad 2: Lee los siguientes consejos para ser empáticos y luego agrega otros a la lista que te parezcan pertinentes.

	Consejos para empatizar
1	No evaluar, juzgar o descalificar.
2	Considerar igualmente importantes los asuntos de los demás.
3	Evitar los juicios prematuros hacia las personas.
4	Disculparte con cortesía y amabilidad cuando no tienes tiempo de escuchar a alguien.
5	Aprender a escuchar, evitando la prisa, el aburrimiento, el cansancio, las respuestas tajantes o distraerte en otras cosas.
6	Esforzarte por comprender otros puntos de vista.
7	
8	
9	
10	