

FOMENTAR LA EMPATIA HACIA LOS ESTUDIANTES Y ENTRE ELLOS/ AS

Es muy importante el reconocimiento e identificación de todas y cada una de las emociones que como seres humanos tenemos, el saber que todas son importantes y que cada una tiene una razón de ser. Pero sobre todo el conocernos a nosotros mismos, para poder trabajar aquellas emociones que de alguna manera nos rebasan, ya sea por nuestro temperamento propio o por alguna circunstancia que se nos presente o situación que estemos atravesando.

La empatía es una de las capacidades más sobresalientes del ser humano por lo que es considerada como un don o virtud. Que debemos cultivar día con día con nuestros alumnos promoviendo la resolución de casos en donde ellos tomen el lugar de la otra persona y reflexionen. ¿Tu que hubieras hecho?

¿Cómo lo hubieras resuelto?, ¿Tu qué piensas respecto a lo que paso?, en los libros que se trabajaban antes con el programa nacional de convivencia escolar (PNCE), se realizaban mucho este tipo de reflexiones que promueven la empatía en los alumnos.

También se nos doto de un fichero del mismo programa que trae muchas actividades para el trabajo de las emociones, incluida la empatía. Y que aplico con mis alumnos, obteniendo resultados muy buenos porque hay respeto y comunicación asertiva en mi aula. Ahora con la oportunidad de este taller retomo la importancia de seguir practicándolas, para seguir apoyando a los alumnos en su desarrollo integral.

El trabajo con las emociones es constante y permanente, de nosotros depende el que accionemos y despertemos en nosotros y nuestros alumnos esa inquietud por saber manejar de manera asertiva los conflictos que se nos presentan en nuestro diario vivir, entender y hacerles entender que de nosotros depende el vivir con esa chispa de alegría o con la amargura de permanecer pasivos y molestos sin hacer nada.

El autoconocimiento de uno mismo nos hace comprender y entender a los demás, reconocer lo que está sintiendo, percibiendo o experimentando el otro ante tal o cual circunstancia. La empatía es vital para la vida social, pues, aunque no implica en si misma motivación de ser ayuda, puede volverse una base para la solidaridad o angustia personal, lo que podría resultar una acción positiva en un bienestar común.

Pongamos nuestro granito de arena en bien de nuestro y de la sociedad.