

7.1

Más allá de lo evidente

*“Las etiquetas son para la ropa, no para las personas”.
Anónimo.*

¿Cómo reaccionas cuando alguien ofende a uno de tus amigos?, ¿actuarías de la misma manera si el afectado fuera un desconocido o alguien que no te cae bien? En esta lección, reflexionarás sobre la forma en que actúas ante una situación donde otra persona se ve afectada. ¿Será posible ayudar al otro más allá de la etiqueta de “amigo”, “desconocido” o “persona difícil”?

El reto es identificar qué emociones, pensamientos y conductas llevas a cabo hacia personas amigas, indiferentes y difíciles cuando los ves atravesar por alguna dificultad.

Actividad 1.

Lee las siguientes definiciones.

- 1. Amigos:** aquellas personas con las que establecemos una relación cercana y de afecto, basada en la confianza entre personas que no son de nuestra familia.
- 2. Personas difíciles:** aquellas personas que acorde a nuestro juicio, consideramos distantes a nosotros, tenemos desacuerdos, problemas y nos resulta complicado relacionarnos con estas al sentir que somos diferentes.
- 3. Extraños:** aquellas personas que no conocemos; pueden ser compañeros de la escuela o personas con las que no interactuamos cotidianamente o a quienes no prestamos atención.

Actividad 2.

Imagina que entras al salón de clases y ves lo siguiente: En la siguiente tabla o en tu cuaderno, escribe qué sentirías, pensarías y cómo actuarías si la persona que está siendo amenazada fuera tu amigo, un extraño y en la última fila, fuera alguien que te resulta difícil. Por el momento no contestes la columna 4.

	¿Qué sentirías?	¿Qué pensarías?	¿Cómo actuarías?	Emoción de la persona que se está siendo amenazada.
Amigos				
Personas difíciles				
Extraños				

...¿Y que te importa si copio o no?, al fin y al cabo esos no son tus apuntes, si dices algo me la vas a pagar



Ilustración de Cristian Villazón Valencia1

Después de contestar las primeras tres columnas, piensa ¿Cómo se siente una persona que está siendo amenazada? Y escríbelo en la columna 4.

Actividad 3.

En plenaria, compartan sus opiniones usando el habla y escucha atenta.

Al escribir la emoción de una persona que se está sintiendo amenazada, puedes darte cuenta que los tres (amigos, extraños y personas difíciles) sienten lo mismo. Comenten las siguientes preguntas:

1. ¿Qué es lo que hace que cambie tu reacción?

2. ¿Cómo crees que reaccionarías si sintieras empatía por las tres personas?

Escribe en un minuto
qué te llevas de la lección



Reafirmo y ordeno

Lo que sentimos, pensamos y la manera en que actuamos por alguien, depende del grado de cercanía que sentimos por este. Es fácil ayudar a aquellos que consideramos amigos, pero podríamos tener resistencia a ayudar a alguien extraño y más a alguien que nos cae mal o que nos es difícil. Los prejuicios que nos hacemos de las personas, se forman al etiquetar y clasificarlas, por ejemplo como difíciles o extraños. Esto, se vuelve un obstáculo para la empatía, nos impide conocer a la persona tal como es, comprender sus necesidades y anhelos.

Para tu vida diaria

1. Escribe una situación en que te diste cuenta que un desconocido necesitó ayuda.

2. Identifica y escribe:

¿Qué sentiste?	¿Qué pensaste?	¿Cómo actuaste?

3. ¿De acuerdo con tus respuestas, qué papel juega la empatía y/o los prejuicios en situaciones donde observamos que un extraño necesita ayuda?

¿Quieres saber más?

Trascender las etiquetas significa descubrir que, como humanos, compartimos mucho más de lo que solemos pensar, ¿será que tenemos al menos algo en común con cada persona a nuestro alrededor? Te invitamos a ver el video “All that we share (Todo lo que compartimos)” para reflexionar al respecto. Búscalo en tu navegador o entra a esta dirección: https://www.youtube.com/watch?v=__yFxL8MOIMO

CONCEPTO CLAVE

Obstáculos de la empatía:

Establecer distinciones entre sí mismo y los demás, distorsiona nuestra percepción de las personas y fomenta la formación de prejuicios, lo que nos impide ponernos en su lugar para comprender sus necesidades y anhelos.

1 Recuperado de <https://villazon.wordpress.com/2015/02/21/ilustracion-violencia-escolar/> consultado el 18 de julio del 2018