

ESCUELA
**GLO
BAL**

El impacto de la conexión en nuestro bienestar

Objetivos: Fomentar el bienestar emocional, la empatía y la construcción de relaciones positivas en el curso.

Video 1: "Cuerdas"



https://www.youtube.com/watch?v=4INwx_tmTKw&t=11s

Reflexionemos...

1. ¿Cómo describirías la relación entre María y Nicolás? ¿Qué elementos hacen que su amistad sea especial?
2. ¿De qué manera la amistad entre María y Nicolás impacta en la vida de ambos personajes?
3. ¿Has tenido alguna experiencia personal en la que la amistad haya tenido un impacto significativo en tu vida? ¿Cómo puedes relacionarla con lo que viste en el cortometraje?
4. ¿Qué acciones crees que podríamos tomar para mostrar empatía y apoyo hacia aquellos que enfrentan desafíos o dificultades similares a los personajes del cortometraje?
5. ¿Cómo crees que la amistad puede ayudarnos a superar obstáculos y adversidades en la vida, como se muestra en "Cuerdas"?

Video 2: "Paraguas"



<https://www.youtube.com/watch?v=Bl1FOKpFY2Q>

Reflexionemos...

CADA PERSONA QUE
VES, ESTÁ LUCHANDO
UNA BATALLA DE LA
QUE TU NO SABES
NADA.

SÉ AMABLE SIEMPRE.

1. ¿Qué emociones experimentaste al ver el cortometraje "Paraguas"? ¿Por qué crees que te sentiste así?
2. ¿Qué enseñanza o mensaje crees que nos transmite el cortometraje sobre la importancia de la empatía en las relaciones humanas?
3. ¿Cómo relacionas la frase de la imagen con el mensaje transmitido en el video? ¿Qué reflexiones te surgen al respecto?
4. ¿Cómo crees que pequeños gestos de cuidado y amabilidad, como los mostrados en el cortometraje, pueden tener un impacto significativo en la vida de las personas?
5. ¿Cómo podemos aplicar el mensaje de "Paraguas" en nuestras vidas diarias con nuestros compañeros en la escuela? ¿De qué manera aplicarlo aumentaría nuestro bienestar y mejoraría nuestra convivencia?

ACTIVIDAD

Conociendo a mis compañeros y compañeras

Reglas para la actividad:

1. Escucha atentamente las instrucciones de tu profesor o profesora y cumple con los pasos acordados.
2. Escucha activamente a tus compañeros y compañeras, eso significa: guardar silencio mientras otro habla, mirarlo a los ojos, no interrumpir, esperar mi turno, guardar mi celular u otros distractores.
3. Confidencialidad y respeto: puede que tus compañeros o compañeras compartan emociones o experiencias íntimas. Una regla de oro es que no puedes comentarlas con nadie fuera de este espacio.



Impresiones

- ¿Qué te pareció esta actividad?
- ¿Qué sentiste al poder conectar más profundamente con tus compañeros y compañeras?
- ¿Cómo crees que podríamos generar más espacios de escucha activa y empatía en nuestro curso?

Ticket de Salida

Completa la ficha “3 cosas que aprendí hoy” y entrégala como Ticket de Salida.

ESCUELA

GLO

BAL[•]

ESCUELA
GLO
BAL

escuelaglobal.org