**LABORATORIO**

Cuando alguien que conocemos está teniendo problemas, hay varias cosas que podemos hacer. Mira la tabla a continuación y date cuenta que existen tres componentes para mostrar empatía:



Instrucciones: en base a los 3 componentes aprendidos, lee la situación y  llena la siguiente tabla:

|  |
| --- |
| Ejercicio de empatía |
|  Situación: *Una pandemia ha llegado a Guatemala y ha causado muchos problemas en la vida de Fernanda. Las clases virtuales se han vuelto aburridas y difíciles, ya no se puede juntar con sus amigas y el encierro la pone muy triste e irritada.*  |
| **Sentir** ¿Cómo te haría sentir esa situación a ti? ¿Cómo crees que se siente Fernanda?   |
| **Decir**¿Qué es algo que NO debes decirle a Fernanda en esta situación?  ¿Qué sí le puedes decir a Fernanda para ayudarla?  |
| **Hacer**Si tú fueras Fernanda, ¿cómo actuarías?  ¿Qué podrías hacer por Fernanda?  |
| **Reflexión**¿Cómo te sentirías tú si alguien hace todo eso por ti?  |