

PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES

La empatía

Dirigido a docentes





MINISTERIO DE EDUCACIÓN

Programa de habilidades socioemocionales La empatía - Fascículo 2 (Inicial)

Editado por:

Ministerio de Educación

Calle del Comercio N° 193, San Borja

Lima 41, Perú

Teléfono: 615-5800

<https://www.gob.pe/minedu>

Agradecimiento: A las niñas, niños, docentes y directivos de la Institución Educativa Inicial Victoria Barcia Boniffatti de Surco por el compromiso, empeño y entusiasmo demostrados en la sesión fotográfica realizada para este fascículo.

© Ministerio de Educación del Perú

Se autoriza citar o reproducir la totalidad o parte del presente documento, siempre que se cite la fuente y no se utilice con fines lucrativos.

Depósito Legal N° 2025-15152

Primera edición digital: diciembre 2025

Lima - Perú

Libro digital disponible en: <https://www.perueduca.pe/#/home/tutoria>

Contenido

Presentación	4
1 Empatía	5
1.1 ¿Qué es la empatía?	6
1.2 ¿Cómo se desarrolla la empatía en los primeros años de vida?	6
1.3 ¿Qué esperamos que logren los estudiantes del nivel de educación inicial con relación a la empatía?	8
2 Prácticas pedagógicas	12
2.1 CICLO I	13
A De forma transversal o en situaciones emergentes	13
B De forma planificada	14
2.2 CICLO II	15
A De forma transversal o en situaciones emergentes	15
B De manera planificada	16
Referencias bibliográficas	26

Presentación

La educación socioemocional en la primera infancia constituye un pilar fundamental para el desarrollo integral de los niños. Como proceso educativo continuo y permanente, no solo acompaña el desarrollo socioemocional, sino que interactúa sinérgicamente con el desarrollo cognitivo. El cultivo intencionado de habilidades socioemocionales -como la conciencia emocional, la regulación, la empatía o la resolución de conflictos- funciona como factor protector del bienestar socioemocional. Además, sienta las bases para la formación de ciudadanos responsables, capaces de ejercer una gestión emocional saludable y de relacionarse positivamente con su entorno.

Por ello, el MINEDU promueve la implementación del **Programa de Habilidades Socioemocionales** para apoyar en ese proceso educativo con estrategias prácticas, lúdicas y flexibles que pueden incorporarse en la dinámica del aula.

Este segundo fascículo busca brindar información sobre cómo se **desarrolla la empatía** en los primeros años de vida, además de dar orientaciones para fortalecer las acciones del docente en el aula, quien es una pieza fundamental para el modelado y desarrollo de esta habilidad.

Como docentes, es importante que podamos tomar conciencia de que, al generar condiciones para contar con un ambiente de calma, seguridad y respeto en el aula, los niños podrán expresar lo que sienten y mostrar su mundo emocional en cualquier momento de la jornada diaria, ya sea de manera planificada o en situaciones emergentes.

Como adultos que acompañaremos la generación de esta habilidad socioemocional, debemos primero comprender cómo se desarrolla la empatía tanto en ciclo I como en el ciclo II. Y luego, tomar en cuenta que somos referentes, ejemplos y modelos de empatía para nuestros niños, quienes aprenden más por lo que ven en nuestras actitudes y por la forma en que interactuamos con ellos, que por lo que les decimos que deben hacer.

Este segundo fascículo es también una invitación a reflexionar sobre nuestra propia práctica socioemocional como docentes dentro del servicio educativo.



— 1 —

 **Empatía** 

1

Inicial
La empatía

1.1

¿Qué es la empatía?

Es reconocer y comprender las necesidades y puntos de vista de otras personas, aunque sean contrarios a los propios (**empatía cognitiva**), así como comprender sus emociones, sin juzgarlos, al grado de sentirlos y sentirlo en uno mismo (**empatía afectiva/emocional**), lo que motiva al deseo por ayudar (disposición empática) (SEP, 2017; UNICEF, 2021; National Research Council, 2012).

1.2

¿Cómo se desarrolla la empatía en los primeros años de vida?

Cuando los **recién nacidos** lloran como respuesta al llanto de otro bebé, solemos decir que "se contagiaron el llanto". Martin Hoffman manifiesta que este llanto, estas lágrimas, son precursoras de una temprana respuesta empática. El bebe aún no reconoce que ese llanto no es el suyo, ve llorar al otro bebé y llora porque existe un "contagio emocional": su cerebro se contagia de la tristeza. Es una reacción inmediata, como un "eco". Su propio sentimiento y el del otro están fusionados; no los pueden separar. Es la primera vez que el estado emocional de otra persona desencadena una respuesta afectiva en el niño. Este contagio es la base biológica y afectiva sobre la cual se construirá toda la habilidad empática posterior.

A los **tres meses de edad**, los bebés ya pueden imitar gestos y expresiones faciales de sus padres, un fenómeno temprano de simulación que también sienta las bases de la empatía (Meltzoff, 2007; Meltzoff & Moore, 1977).

Entre el **primer y segundo año de vida** existe una "preocupación empática", según Hoffman, que se comprende como un intento de consuelo frente a la necesidad del otro porque ya entiende que la emoción pertenece a otra persona (por ejemplo, cuando entregan su juguete para consolar a otro niño). Pero aún no puede imaginar la tristeza del otro porque aún está centrado en sí mismo. Entre los **tres y cuatro años de edad**, los niños comienzan a superar su egocentrismo y a entender que otras personas tienen sus propios sentimientos y perspectivas. Y finalmente, entre los **cinco y seis años de edad**, presentan una empatía hacia emociones complejas y comprenden que los demás tienen pensamientos y emociones diferentes a los suyos. Además, pueden inferir que existen causas indirectas de emociones.

Para que todo esto suceda como parte del desarrollo de los niños es necesario que en la crianza se encuentren con figuras que modelan la empatía. Y ¿por qué hacemos esta afirmación?, porque sabemos de la existencia de las **neuronas espejo**. Estas se activan cuando una persona realiza una acción y cuando la misma persona observa a otro realizar la misma acción. Es como si el cerebro "reflejara" la acción del otro, sin necesidad de realizar la acción físicamente. Vittorio Gallese las llamó las "neuronas de la empatía" porque con ellas se entienden las intenciones y las emociones ajenas.

Las **neuronas espejo** permiten entender la mente de nuestros semejantes y no a través de razonamiento conceptual, sino directamente, sintiendo y no pensando (Binkofski & Buccino, 2006; Gallese & Goldman, 1998; Rizzolatti, Fogassi & Gallese, 2001).

Estas neuronas crean un puente funcional en nuestro cerebro: cuando observamos una acción, nuestro sistema motor simula internamente ese mismo movimiento. Esta simulación nos permite comprender la intención detrás del acto de manera inmediata, sin necesidad de un razonamiento consciente y complejo. En esencia, este sistema nos capacita para "leer" las mentes ajenas, inferir sus sentimientos y deseos, y en definitiva, ponernos en el lugar del otro. Pero la base de este proceso está en la primera infancia.

Por ejemplo, un niño de dos años ve a otro caerse y empezar a llorar. Las neuronas espejo relacionadas con la tristeza y el dolor se activan en el cerebro del niño de dos años, y hacen que sienta una incomodidad o angustia similar. Esto puede llevarle a acercarse a consolar al otro niño o incluso a empezar a llorar él también.

Otro ejemplo: un niño de cuatro años ve la expresión de sorpresa en el rostro de su maestra. Su sistema espejo le ayuda a entender que algo inesperado ha ocurrido, incluso sin que nadie diga nada. Está comprendiendo un estado mental ajeno.

"La empatía en la primera infancia es la capacidad incipiente que desarrollan los niños pequeños para reconocer las emociones de otras personas y responder a ellas con gestos, palabras o acciones sencillas de consuelo o compañía." (Thompson, R. A., 2006. *The Development of the Person: Social Understanding and Personality in Early Childhood*. In W. Damon & R. Lerner, *Handbook of Child Psychology*).



1.3 ¿Qué esperamos que logren los estudiantes del nivel de educación inicial con relación a la empatía?

El Currículo Nacional de la Educación Básica (CNEB) plantea competencias que permiten responder a las demandas de nuestros tiempos. Para el desarrollo de la empatía encontramos en el nivel de educación inicial dos competencias importantes que nos dan las bases de esta habilidad socioemocional: por un lado, tenemos la competencia **“Construye su identidad”**, cuyo desarrollo se inicia desde que el niño nace, a partir de los primeros cuidados y atenciones que recibe de su familia, lo que le permite la construcción de vínculos seguros. En la medida que estos vínculos estén bien establecidos, el niño será capaz de relacionarse con otros con mayor seguridad e iniciativa (Minedu, 2016).

Por otro lado, tenemos la competencia **“Convive y participa democráticamente en búsqueda del bien común”**, que se visualiza desde el nacimiento del niño, durante su convivencia con los demás y a partir de la relación y el afecto que reciben de las personas que los atienden y del medio que los rodea. En estas circunstancias, se saben queridos e importantes para su adulto significativo. Este sentimiento los lleva a desarrollar el vínculo de apego que les permite interactuar con seguridad con otros tanto en casa como en el servicio educativo al que asisten, lo que amplía sus entornos sociales. (Minedu, 2016)

Miremos algunas descripciones de los estándares de aprendizaje para el nivel de educación inicial en relación con esta habilidad socioemocional:

Nivel del estándar	Competencia	Descripción del estándar
1	<p>Construye su identidad.</p>	<p>(...) participa en sus cuidados personales y en diversas actividades desde su iniciativa y posibilidades. Busca y acepta el consuelo y compañía de su adulto significativo cuando se siente vulnerado e inseguro, así como cuando algunas de sus acciones afectan a otro.</p>
	<p>Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.</p>	<p>(...) cuando se relaciona con niños y adultos de su espacio cotidiano desde su propia iniciativa. Manifiesta a través de movimientos, gestos o palabras las situaciones que le agradan o le incomodan. Colabora en el cuidado de los materiales y espacios comunes.</p>

Nivel del estándar	Competencia	Descripción del estándar
2	Construye su identidad.	(...) actúa de manera autónoma en las actividades que realiza y es capaz de tomar decisiones, desde sus posibilidades y considerando a los demás. Busca y acepta la compañía de un adulto significativo ante situaciones que lo hacen sentir vulnerable, inseguro, con ira, triste o alegre.
	Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	(...) cuando interactúa de manera respetuosa con sus compañeros desde su propia iniciativa, cumple con sus deberes y se interesa por conocer más sobre las diferentes costumbres y características de las personas de su entorno inmediato. Participa y propone acuerdos y normas de convivencia para el bien común. Realiza acciones con otros para el buen uso de los espacios, materiales y recursos comunes.

Además, se presentan **ejemplos de desempeños** que las niñas y niños son capaces de hacer de acuerdo al ciclo que se encuentra:

Ciclo	Competencia	Desempeño
Ciclo I	Construye su identidad.	<ul style="list-style-type: none"> • Colabora con agrado e iniciativa en los momentos de cuidado: higiene, alimentación y cambio de ropa. Lo manifiesta con acciones, gestos y movimientos frente a un adulto que lo atiende con respeto y afecto. • Participa con agrado e iniciativa en acciones de su cuidado cuando el adulto cuidador las realiza de forma amable y respetuosa. Muestra comodidad al estar en compañía de su adulto cuidador, de otros niños y de otras personas cercanas a él. • Expresa sus emociones a través de gestos, movimientos corporales o palabras, y reconoce algunas emociones en los demás cuando el adulto las menciona.

Ciclo	Competencia	Desempeño
Ciclo I	Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	<ul style="list-style-type: none"> • Colabora en el cuidado y orden de los materiales y espacios que utiliza.
Ciclo II	Construye su identidad.	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica sus emociones y las que observa en los demás cuando el adulto las nombra. • Reconoce las emociones en los demás y muestra su simpatía o trata de ayudar. • Reconoce las emociones de los demás y muestra su simpatía, desacuerdo o preocupación.
	Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	<ul style="list-style-type: none"> • Participa en la construcción colectiva de acuerdos y normas basadas en el respeto y el bienestar de todos considerando las situaciones que afectan o incomodan a todo el grupo. • Colabora en actividades colectivas orientadas al cuidado de los recursos, materiales y espacios compartidos.

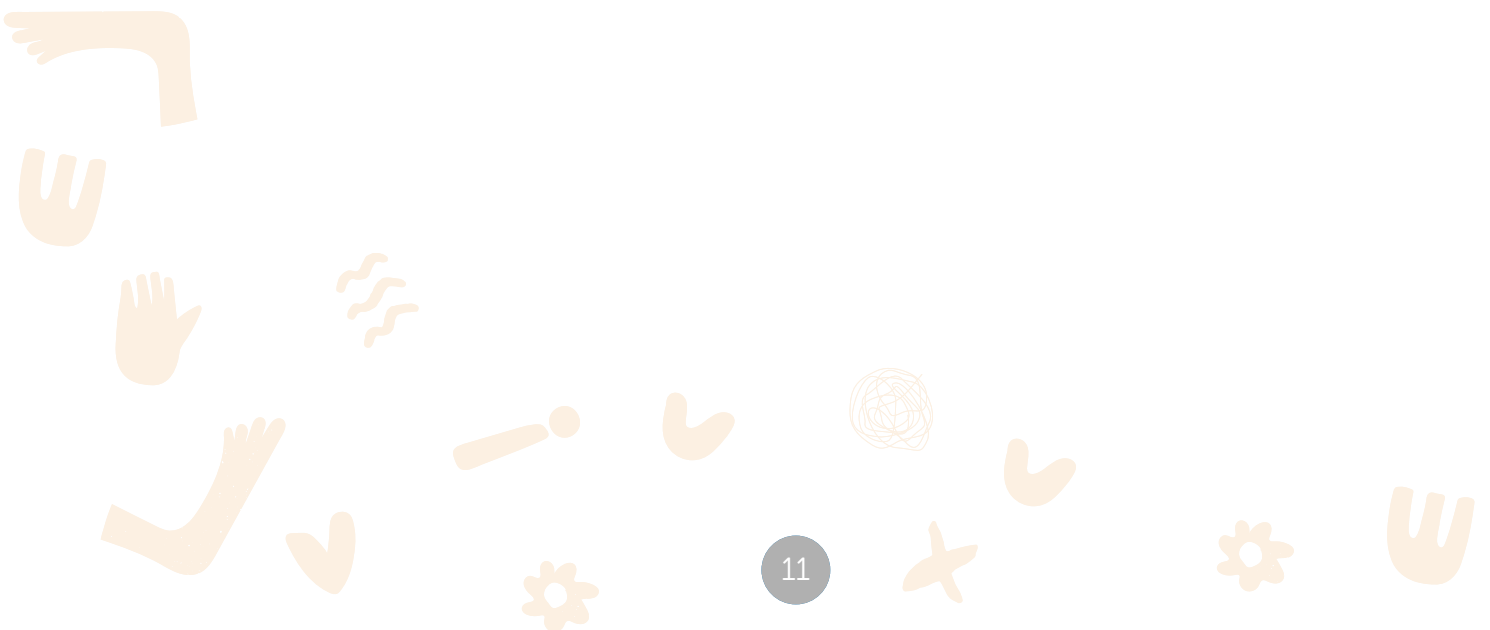
Destacamos estas dos competencias en el nivel de educación inicial porque encontramos que en ellas se da el primer desarrollo de la empatía. Entendemos que los niños aprenden más de lo que ven que de lo que les decimos. Ser un modelo de conducta calmada, respetuosa y empática es la mejor enseñanza.

En ciclo I, desde los cuidados que los adultos significativos brindan a los niños, existe una sintonía entre el cuidador y el bebé, que encuentra reciprocidad en las interacciones que se dan entre ambos (sonrisas, gestos, movimientos corporales y otras expresiones) que están mediadas por sistemas de reflejo. Las neuronas espejo no "son" la empatía, pero sí es la herramienta de simulación que la hace posible. Conforme va creciendo el niño, el sistema espejo se va "afinando" con la experiencia. El niño ahora puede reconocer emociones ajenas, las comprende, pero desconoce su causa profunda ni sabe qué puede hacer para aliviar esa emoción en el otro, por lo que su respuesta estará en función a lo que lo consuela a él. No obstante, podemos considerar esto como un avance porque ya hay un "otro" al cual dirige su acción.

1 Inicial
La empatía

En el ciclo II empieza a hacerse presente la “teoría de la mente”, y comienza a comprender que los demás tienen sus propios pensamientos, creencias y emociones, diferentes a las suyas. Los niños comprenden emociones más complejas (como la vergüenza o el orgullo) y pueden empatizar con grupos o situaciones abstractas. Por ejemplo: Un niño de cinco años puede sentir pena por un personaje de un cuento que ha perdido a su familia, aunque nunca lo haya visto llorar. Está utilizando su teoría de la mente para inferir el estado mental del personaje del cuento. Empieza a darse cuenta de que cada persona tiene sus propios pensamientos y sentimientos, diferentes a los de ellos.

La empatía es necesaria para lograr diversos aprendizajes que tienen que ver con nuestra relación con los demás, con la mirada hacia el otro, la comprensión, el respeto, la buena convivencia y la vida en democracia.





— 2 —

**Prácticas
pedagógicas**

The section header features the number '2' in a large, bold, brown font, centered between two horizontal green lines. Below the number, the words 'Prácticas pedagógicas' are written in a large, bold, orange font. Surrounding the text are four decorative icons: a green eye with black eyelashes on the left, a green hand on the right, a blue hand on the bottom left, and a pink heart on the bottom right.

Las actividades en este nivel pueden enfocarse en el reconocimiento de expresiones faciales, así como en los gestos y en la identificación de las emociones de los demás.

Los autores nos señalan que es importante la enseñanza de la empatía pero que no funciona si son actividades aisladas o desconectadas de su vida diaria. Al contrario, estas deben ser pensadas de manera transversal, en las interacciones cotidianas de la jornada y en las planificaciones integradas a su vida. Por ello, es importante crear o tomar oportunidades para que las niñas y niños puedan poner en práctica la escucha activa y la comprensión de la expresión de los demás. Esto es necesario y posible de realizar.

En su artículo "Apego y aprendizaje socioafectivo en el contexto de la educación pre-escolar", Lecannelier, F. (2008) defiende que la educación inicial debe ser un espacio de relaciones seguras y de crecimiento emocional, donde el niño se siente visto, atendido y contenido por la docente. Entonces, cuando ella atiende la angustia de algún niño, él aprenderá a través del modelado a atender a los demás. Y cuando la emoción se nombra o se verbaliza, él podrá entender y comprender las emociones de los otros, porque **la empatía emerge y se desarrolla naturalmente como resultado de la calidad del vínculo y de las interacciones** cotidianas que el adulto establece con el niño.

También hace énfasis en la actitud constante de la educadora. Los niños bajo este clima seguro y respetuoso aprenden que sus emociones son válidas y comprendidas, y a través del modelo del adulto van desarrollando la capacidad de hacer lo mismo con sus pares.

A continuación, les presentamos algunas ideas de actividades que se pueden incorporar en los diferentes momentos de la jornada diaria, y trabajar de manera transversal o planificada para fortalecer el desarrollo de la empatía. Estas ideas pueden tomarse, recrearse o mejorar según sus contextos:

2.1. Ciclo I

A. De forma transversal o en situaciones emergentes

Soy modelo

Sabemos que los adultos que se encuentran en el entorno de los niños son modelos referenciales de los primeros aprendizajes de las habilidades socioemocionales. En este caso, los padres y adultos cercanos en el hogar del niño son sus modelos inmediatos. Pero al estar en el sistema escolarizado, nace un nuevo modelo de empatía, al margen de lo que suceda en casa. En este escenario, el docente también se convierte en un referente. En el caso de los bebés (0 a 1 año), el modelado ocurre a través del **contacto afectuoso, el tono de voz calmado, las caricias, las miradas y la comunicación gestual de su adulto significativo o de su docente**. Al imitar estas respuestas, los bebés inician un proceso de aprendizaje emocional temprano que sienta las bases para el desarrollo de la empatía. Los maestros o docentes debemos mostrar comprensión, dar un buen acompañamiento y respeto

hacia las emociones de los niños y niñas. Además, los otros niños deben observar cómo consolamos a sus compañeros, cómo los tratamos, qué les decimos, qué gestos utilizamos, cuando les preguntamos "¿estás bien?". **Somos también modelos de consuelo.** Nuestro comportamiento permite desarrollar vínculos de afecto y, a su vez, debemos acompañar a las familias para que en los hogares los padres muestren también afecto y respeto a sus hijos, ya que las investigaciones sugieren que los niños cuyos padres muestran calidez hacia ellos tienden a ser más empáticos (Robinson *et al.* 1994; Zhou *et al.* 2002).



Respondo al llanto

Los bebés lloran por diferentes razones: el llanto que producen cuando tienen hambre es diferente del que realizan cuando están mojados, les duele algo o están enfermos. En cualquiera de las formas, atenderlos prontamente y de manera amorosa, les enseña que tienen un adulto cuidador que atiende sus necesidades y que el mundo es un lugar seguro porque hay alguien que se preocupa por ellos, que les habla con calma, sostiene sus espaldas, los mece, les canta y les explica lo que ocurre ante este primer llamado. Es el **primer modelo de "preocupación por el otro"**.

Atender a un bebé cada vez que llora no es engrairlo y **dejarlo llorar sin atenderlo no lo hace más fuerte**. Al contrario, lo hace vulnerable. Respondamos a su llanto, calmemos esa angustia y observemos qué sucede; con ello, sentemos las bases de la empatía.

B. De forma planificada

Lectura de cuentos

Existen en el medio diferentes libros de cuentos, pero también se pueden crear historias y elaborar cuentos desde los saberes y/o relatos orales que los propios niños y niñas traen consigo. Es importante que los personajes muestren diferentes emociones frente a determinadas situaciones y que, a partir de ese reconocimiento emocional, se evidencie cómo los amigos ayudan a resolverlas y/o empatizan con el o los protagonistas. Estas historias son ricas en sí mismas porque naturalizan la cooperación ante situaciones cotidianas que los niños también pueden experimentar.

1 Inicial
La empatía

Puedes plantear preguntas como: "¿A quién pidió ayuda para encontrar a su mamá? ¿Quién lo ayudo a encontrar su mantita preferida? ¿Qué cara puso Daniel cuando se molestó?".

2.2. Ciclo II

A. De forma transversal o en situaciones emergentes

Ante las ausencias de los compañeros

En las rutinas de bienvenida, siempre vemos quién ha venido y quién o quiénes han faltado. Podemos pensar en algunas hipótesis respecto al motivo de su inasistencia, pero luego de ello podemos dialogar sobre: "¿Qué podemos hacer para que Pedro o Karina se sienta mejor? ¿Quizás podemos hacerle un dibujo o una cartita para que se mejore pronto?". Con ello vamos incorporando una "preocupación" por la ausencia de los compañeros y el deseo de su pronta mejoría para poder estar juntos divirtiéndonos nuevamente.

Al intervenir en los conflictos

En el aula siempre ocurren y ocurrirán conflictos entre pares. Recordemos que los conflictos son parte de la convivencia, pero también son grandes oportunidades para aprender. En este caso, **la intervención del docente es clave porque los acompaña y ayuda a que vayan aprendiendo a resolver el conflicto que se generó**, mediante una mediación que permite encontrar soluciones para lo sucedido.



Es importante conversar con las partes involucradas y darles la oportunidad de que se calmen para que cada uno pueda explicar lo que pasó. Recordemos que estamos mediando y no juzgando. Una vez que puedan contar lo sucedido, podremos formular algunas preguntas clave para poder incidir en cómo se sintió el otro: “¿Cómo te hizo sentir que te quitaran tu cuento? ¿Cómo te sentiste cuando ella te tiró un manazo?”, etc. Con preguntas que aluden a cómo se sintieron ante la acción del otro, lo que hacemos es que puedan procesar y poner en palabras lo que sintieron y, a la vez, el otro puede escuchar lo que su acción provocó. Como mediadora, puedes enfatizar en lo que dice cada protagonista, como por ejemplo: “Marita, ¿escuchaste que le dolió el manotazo que le tiraste a Graciela?”, “Margarita, Rafael ha dicho que le molestó que le quitaras el cuento. ¿Lo escuchaste?”.

En el juego simbólico

En diversos momentos del día, las niñas y niños tienen la oportunidad de realizar juegos simbólicos. Como docentes, podemos acompañar este juego desde la observación y registro de lo que vemos y al final del mismo, preguntar: “¿Por qué el bebé lloraba tanto?” “Yo veía al perrito muy juguetón, ¿qué le gustaba hacer?”. Porque en el juego simbólico, cuando juegan a la casita, al doctor, al bebé y la mamá o al superhéroe, el niño se obliga a pensar y a sentirse como otra persona: como si fuese el bombero más valiente que salva al perrito, como si fuese la mamá del bebé, o como si la caja fuese un super camión.

B. De forma planificada

Actividad 1: El espejo

Momento/s para desarrollar esta actividad	<ul style="list-style-type: none"> • En los espacios de juego libre, como el recreo. • En una asamblea de aula.
Recursos	No requiere.
Competencia del CNEB	Convive y participa democráticamente en búsqueda del bien común.



Inicio

- Propón jugar **el juego del espejo**.
- Pide que se organicen por parejas; si queda un niño libre, entra tú al juego también.
- Explica en qué consiste el juego: se deben mirar frente a frente, uno es el espejo y el otro es quien propone los movimientos frente al espejo.



Desarrollo

- Menciona que el juego consiste en que el niño se mueva como él desea y el niño que hace de espejo imitará sus movimientos.
- Invita a iniciar el juego y cuando hayan jugado por un rato y explorado sus movimientos, propón mostrarse frente al espejo y tú les lanzas preguntas para provocar nuevos movimientos. Por ejemplo: "¿Cómo me movería si estoy muy feliz porque me prepararon mi comida favorita? ¿Cómo me pongo cuando me han dado una mala noticia? ¿Qué gestos haría si estoy muy molesto porque me golpearon?".
- Luego, pide que intercambien los jugadores: los que fueron espejos ahora serán los que se muevan como deseen y los que se movieron serán espejos.



Cierre

- Realiza una asamblea para conversar sobre el juego del espejo: pregúntales si les gustó moverse, qué movimiento les gustó imitar más, cuál no les gustó y por qué. Invita a que escuchen a sus compañeros, respeten sus opiniones y comenta cómo todos han podido decir lo que les gustó y lo que no porque todos tienen gustos, preferencias y pensamientos diferentes.

Este juego ayuda a las niñas y niños a observar con atención lo que hace el otro, y adecuarse a lo que realiza con las posibilidades que tiene. También exploran cómo se expresa el cuerpo cuando atravesamos por diferentes emociones. **Para ser empático es necesario poder darnos cuenta de cómo se siente el otro** y la primera manera de leerlo es a través del cuerpo.

Actividad 2: En los zapatos del otro

Momento/s para desarrollar esta actividad	En el recreo, como una actividad que propone el docente.
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> • Zapatos de adultos, dos pares por niño, de hombre y de mujer. • Música para moverse o un instrumento musical (pandereta, cajón, cajita, toc-tocs).
Competencia del CNEB	Convive y participa democráticamente en búsqueda del bien común.

Antes de la actividad: Pide a cada familia que envíe dos pares de zapatos de casa, uno de mujer y otro de hombre. Explícales que los tendrás unos días en el aula y que luego los regresarás a casa.



Inicio

- Pide en asamblea que cada uno muestre los zapatos que ha traído para compartir, de quiénes son y quién los usa en casa. Luego de la presentación, los coloca en el centro de la asamblea.



Desarrollo

- Explica el juego de los zapatos:
 - > Primero, cada uno debe sacarse los suyos y colocarlos de manera ordenada a un lado del salón.
 - > Luego, pide que se coloquen alrededor de los zapatos grandes y cuando suene la música podrán ponerse cualquier par de zapatos y caminar con ellos de manera libre, sintiéndolos, explorándolos.
 - > Cuando la música pare, deberán ponerse otro par de zapatos y caminar con ellos por todo el espacio.
 - > Cuando pare la música nuevamente, se detienen y cambian de nuevo a otros pares de zapatos que les gustaría explorar. Y así, algunas veces más continúan con el juego.
 - > Luego les pedimos que se quiten los zapatos y que se sienten para conversar sobre cómo será el siguiente juego.
- Explica a los niños que cuando suene la música, cada uno buscará el par de zapatos que trajo de casa y se lo pondrá. Luego, empezará a caminar como lo hace el dueño o la dueña del zapato.
- Propón algunas preguntas cuando finalice la música, por ejemplo: "¿Cómo caminan los dueños de esos zapatos cuando están tristes? ¿Y cuándo están felices? ¿Cómo caminan cuando están molestos? ¿Qué caras ponen mientras caminan? ¿Podemos caminar como ellos?". Les vamos haciendo estas preguntas para que los niños y niñas puedan ir explorando a través de los zapatos del otro, cómo se expresa su cuerpo.
- Propón que respiren profundamente: pídeles que imaginen que huelen una flor deliciosa y que soplan una vela. Pídeles repetir al menos tres veces hasta que estén más calmados del movimiento realizado.



Cierre

- Pregunta en asamblea: "¿Cómo creen que se siente la persona dueña de los zapatos cuando se molesta? ¿Cuándo se pone triste o cuándo está feliz?". Escucha con atención lo que van diciendo, y muestra interés en sus participaciones mediante una escucha activa.

Esta actividad ayuda a que las niñas y niños puedan pensar en cómo se sienten otras personas cercanas a ellos, al recordar su comportamiento y jugar a imitar sus gestos, su andar y sus movimientos. Pero también les permite darse cuenta que ellos tienen diferentes maneras de mostrar sus emociones (como molestarse o estar alegres), que se “ven” a través del movimiento corporal. **La empatía es también reconocer lo que siente el otro, aunque no lo diga con palabras.**

Actividad 3: Un cuento para sentir

Momento/s para desarrollar esta actividad	<ul style="list-style-type: none"> • En el momento del cuento. • En el juego libre. • En sectores. • En el momento de la lonchera.
Recursos	<p>El cuento “La pena de Oso” que se encuentra en el siguiente link: https://tinyurl.com/lapenadeoso</p> <p>Es un cuento que puedes utilizar para conversar sobre el comportamiento de los personajes de la historia.</p> 
Competencia del CNEB	Convive y participa democráticamente en búsqueda del bien común.

Antes de la actividad: Imprimir o dibujar el cuento en un formato en el que todos puedan ver. También lo puedes mostrar a través de diapositivas o descargarlo a través del enlace de arriba.

Inicio

- Organiza a los niños para que todos estén cómodos y sentados en un lugar en donde puedan ver las imágenes.
- Muestra a las niñas y niños la carátula del cuento y pregunta sobre lo que observan. Presta atención a lo que van diciendo y pregunta si saben de qué podría tratar el cuento. Escucha sus hipótesis e invítalos a seguir tu relato.



Desarrollo

- Lee el cuento directamente del libro impreso; también puedes aprenderte la historia y contarla a través de títeres, con siluetas de los personajes o con muñequitos sobre la mesa, entre otras maneras para captar el interés de los niños. También puedes leer más de una vez el cuento para que puedan seguir comentando lo que sucedió. O jugar a representar la historia, en donde cada uno elige qué personaje desea ser, y la docente va narrando la historia mientras los niños van dramatizando lo sucedido, y luego pueden volver a contar la historia para que los niños puedan elegir ser otro personaje.
- Plantea las siguientes preguntas: "¿Cómo se sentía Oso? ¿Algunas veces te has sentido así? ¿Qué hizo Oso cuando se dio cuenta cómo se sentía? ¿Qué hubieras hecho en su lugar? ¿Qué hicieron sus amigos? ¿Qué hubieras hecho tú como amigo de Oso? ¿De qué manera puedes ayudar a un amigo que se siente triste?".



Cierre

- Dialoga sobre las preguntas anteriores y ofréceles diversos materiales para dibujar, pintar, modelar, etc., sobre lo que deseen del cuento.

Esta actividad ayuda a las niñas y niños a pensar en cómo se siente el otro con algunas situaciones que les toca vivir. Poder empatizar con el otro desde el personaje es un ejercicio que pueden hacer desde pequeños. De igual manera, **buscar tomar acción para consolar, calmar, acompañar y acoger** es una práctica de preocupación por otro que con el tiempo se espera que lo hagan en su cotidianidad y no solo a través de la vivencia de los personajes de una historia.

Actividad 4: Abrazos que curan "Abrazamor"

Momento/s para desarrollar esta actividad	Como parte de las actividades permanentes de rutina.
Recursos	No requiere.
Competencia del CNEB	Convive y participa democráticamente en búsqueda del bien común.

Inicio

- Realiza el saludo de bienvenida y las actividades que normalmente promueves como permanentes: "¿Quiénes han venido? ¿Qué día estamos hoy? ¿Cómo está el día hoy?", entre otras preguntas e interacciones que entablan al iniciar el día.

Desarrollo

- Pregunta a las niñas y niños si a alguien le ha pasado algo que no le ha hecho sentir bien. Espera que te contesten y repregunta si desean contarlo al grupo. Si alguien desea, le damos el tiempo para que cuente lo que sucedió y luego le preguntamos "¿Deseas que te podamos dar un super remedio?". Si contesta que sí, le preguntamos "¿Cuánta cantidad?". Y él debe decir un número. Este número representa la cantidad de abrazos que siente que necesita para "curarse". Una vez que diga una cantidad, pedimos voluntarios para poder ofrecer la medicina solicitada. Si en caso no hay nadie que desee contar si algo le sucedió, se les puede preguntar "¿Alguien desea recibir Abrazamor... abrazos que curan con amor?". Si hay varios niños que desean recibir un abrazo, organiza a quienes quieran dar abrazos de manera que cada uno pueda brindar la "medicina".

Cierre

- Agradece a todos por participar en este momento especial, comenta con los niños y niñas cómo les pareció ese momento y si desean tenerlo todos los días o solo algunos. Dialoga con ellos y establezcan cuándo desean utilizar el "Abrazamor". Recuerda que estos momentos se van dando según la necesidad del grupo y en la frecuencia que ellos decidan.



Esta actividad plantea incorporar en la rutina el poder de los abrazos a quien lo necesite para calmar alguna dolencia, malestar físico o emocional, ya que ayuda a las niñas y niños a observar cómo se sienten (conciencia emocional), aceptar el consuelo del otro y valorarlo por ello.

Es saber qué necesito y aceptar la ayuda que me dan. Para el desarrollo de la empatía, es necesario ambas cosas: primero, reconocer cómo me siento y, por otro lado, darme cuenta de cómo se siente el otro y tomar acción, ofrecer ayuda o consuelo, en este caso a través del "Abrazamor".

Actividad 5: Palabras, palabras, palabras

Durante las rutinas de bienvenida o de despedida, podemos incorporar un espacio de juego de palabras. Este consiste en que tú inicias una frase y ellos deben completarla con lo que están pensando.

Momento/s para desarrollar esta actividad	<ul style="list-style-type: none"> • En una asamblea de aula. • En el momento de lonchera/ refrigerio. • En el momento de la rutina de bienvenida o despedida.
Recursos	Tener las frases elaboradas para poder proponerlas.
Competencia del CNEB	Convive y participa democráticamente en búsqueda del bien común.

▶ Inicio

- Explica el juego de las **“Palabras, palabras, palabras”** a los niños. Diles que tú dirás una frase y ellos deben terminarla, de tal forma que la frase completa tenga sentido. Ten en cuenta que:
 - > Las respuestas pueden ser varias, y todas son válidas.
 - > Puedes ayudarles a completar las frases para que vayan teniendo siempre un sentido positivo y empático con los demás.

⚙️ Desarrollo

- Empieza a jugar, puedes proponer frases como:
 - > Cuando veo a un amigo triste, yo...
 - > Si necesito ayuda, siempre...
 - > Me causa mucha emoción si mi amigo...
 - > Cuando estoy triste, mi profesora...
 - > Si un amigo llora, le digo...
 - > Cuando los amigos se pelean, yo...
 - > Pido ayuda a mi profesora cuando...
 - > A mí me gusta cuidar a...



◀ Cierre

- Conversa sobre las respuestas que vayan dando.

Este juego busca que las niñas y niños puedan responder a situaciones diversas **de manera positiva, asertiva y empática**. Este juego de palabras nos sirve también para observar lo que va pensando y entendiendo cada uno; por ello, es importante **registrar las respuestas** que les haya llamado la atención para luego poder conversarlas en privado con la niña o niño que la dijo.

Actividad 6: La hora del cuento

Momento/s para desarrollar esta actividad	<ul style="list-style-type: none"> • En una asamblea de aula. • En el momento de lonchera/ refrigerio. • En la hora del cuento.
Recursos	Elegir el cuento y haberlo leído antes.
Competencia del CNEB	Convive y participa democráticamente en búsqueda del bien común.

Antes de la actividad: Realizar una búsqueda de cuentos donde se muestren diversas emociones que viven los personajes y seleccionar aquellos que funcionan para el propósito. También puedes crearlos o buscarlos en bibliotecas o en la web.

Te presento los cuentos elaborados desde el MINEDU y que se encuentran alojados en su repositorio:



El regalo de Ratón

<https://tinyurl.com/elregalodelraton>



Los monstruos de Vizcacha

<https://tinyurl.com/losmonstruosdevizcacha>



Mono y su gran corazón

<https://tinyurl.com/monoyugrancorazon>



Carta a la luna

<https://tinyurl.com/cartaalaluna>



La furia de Otorongo

<https://tinyurl.com/lafuriadeotorongo>



Inicio

- Lee, narra, o dramatiza el cuento captando la atención de las niñas y niños.



Desarrollo

- Dialoga con las niñas y niños sobre el cuento que acaban de escuchar. Algunas preguntas que pueden ayudar a dar inicio a este intercambio pueden ser: "¿Les gustó el cuento? ¿Qué fue lo que les gustó? ¿Hay algo que no les gustó? ¿Cómo nos sentimos al escucharlo? ¿Con qué emociones nos encontramos en la historia? ¿Cómo ayudaron los amigos? ¿Qué hicieron para ayudarlo?". Y muchas otras preguntas más que puedes escribir y organizar para dialogar con el grupo según el cuento elegido.
- Utiliza el mismo cuento varias veces y realiza diferentes actividades con la historia.
- Uno de los beneficios que brinda usar este tipo de cuentos es que permiten que los niños expresen lo que sienten. Cuando le ocurre algo a un personaje, ellos pueden proyectarlo a sus propias vidas y así descubrir estrategias que los pueden ayudar a una mejor regulación de sus emociones, a copiar maneras de consuelo y acompañamiento a otro, a comprender que todas las emociones pueden expresarse y que eso está bien.
- Escucha lo que los niños desean compartir de manera libre. No hay respuestas correctas ni erradas, son libres de decir lo que sienten o piensan y eso debe ser respetado y valorado.



Cierre

- Propón una mesa con diversos materiales (crayolas, pinturas, plumones, papel, cartulina, cartón, retazos de tela, arcilla, plastilina, entre otros) que estarán a libre disposición para que puedan elegir con cuál desean realizar su representación.
- Realiza preguntas que los ayuden a pensar sobre el comportamiento de los personajes, como por ejemplo: "¿Alguna vez te pasó algo parecido al Otorongo? ¿Qué hiciste? ¿Qué consejo le hubieras dado a Vizcacha para sus miedos? ¿Qué hubieras hecho para ayudarla?". Dialoga con ellos y proponles representar lo que piensan.
- Cierra la actividad con los comentarios que realicen voluntariamente sobre sus representaciones.

Los cuentos son recursos muy potentes para poder trabajar con las niñas y niños diversos aspectos. En este caso, miramos las historias propuestas como una oportunidad para modelar el consuelo, la ayuda, la empatía, la expresión de las emociones y el reconocimiento de las emociones del otro.

Referencias bibliográficas

- Arón, A. M. & Milicic, N. (1999). *Clima social escolar y desarrollo personal. Un programa de mejoramiento*. Editorial Andrés Bello.
<https://valoras.uc.cl/images/centro-recursos/equipo/FormacionDeComunidad/Documentos/Clima-social-escolar.pdf>
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*. Cambridge University Press.
- Milicic, N. (2001). *Creo en ti. La construcción de la autoestima en el contexto escolar*. LOM Ediciones.
- National Research Council. (2012). *Education for life and work: Developing transferable knowledge and skills in the 21st century*. National Academies Press.
- Rizzolatti, G., & Sinigaglia, C. (2008). *Las neuronas espejo: Los mecanismos de la empatía emocional*. Paidós.
- UNESCO. (2024). *Aportes para la enseñanza de habilidades socioemocionales: Estudio Regional Comparativo y Explicativo (ERCE 2019)*.
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000388352>
- UNICEF. (2021). *Sostener, cuidar, aprender. Lineamientos para el apoyo socioemocional en las comunidades educativas*.
<https://www.unicef.org/chile/media/5701/file/Sostener%20cuidar%20.pdf>

