



INSTITUTE FOR
HUMANE EDUCATION

CIRCULO DE COMPASIÓN

por Nadia Erdolen, Sophia Seeram Lal, Shannon Finch, Charley Jaspera, y Lynne Westmoreland, IHE M.Ed. graduates

PROPÓSITO

Esta actividad puede servir como un excelente trampolín para explorar la compasión e para introducir asuntos sobre cambio social a los estudiantes.

GRADOS

4 en adelante

DURACIÓN

60-90 minutos

MATERIALES

- estaciones para asuntos / actividades
- definición(es) de compasión, citas sobre compasión
- papel y utensilios para escribir o material de artes plásticas.

ASIGNATURAS RELACIONADAS

Arte, Lengua y Literatura, Ciencias Sociales e Historia.

NORMAS COMMON CORE

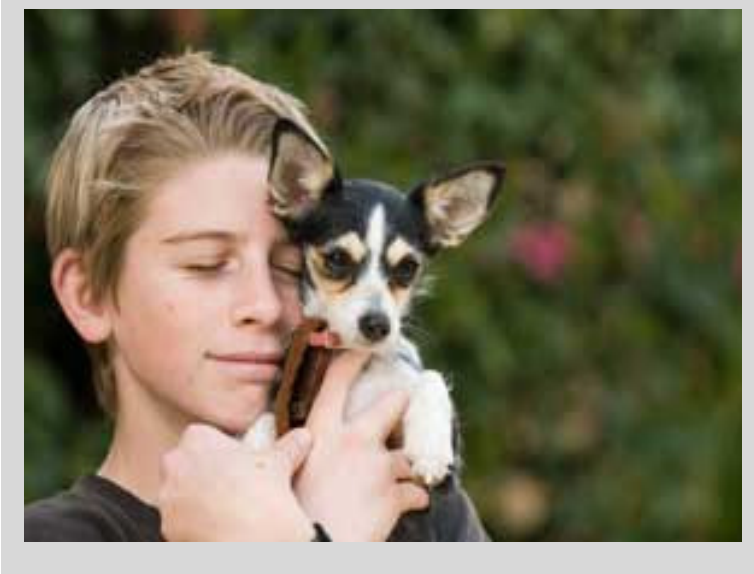
Common Core por grados 4-5: <http://bit.ly/1gv56d1>

Common Core por grados 6-8: <http://bit.ly/167ULEO>

Common Core por grados 9-12: <http://bit.ly/1emOzeD>

PREPARACIÓN

1. Crea “estaciones” que los participantes puedan visitar y que les sean de ayuda para explorar los parámetros de su compasión. El número, el tipo y el contenido de las estaciones dependerá de la edad y del nivel de los participantes. (Consulta los ejemplos de estaciones que se encuentran abajo).
2. Escribe una o más definiciones de compasión en cartulinas y colócalas por toda la sala de aula.



EL PROCEDIMIENTO

1. Explica a los participantes que van a explorar su círculo de compasión. Pide que algún voluntario defina la compasión. Señala las definiciones que están colocadas por toda la sala de aula.
2. Reparte para cada participante una hoja de papel y pídeles que dibujen un gran círculo y que escriban su nombre en el centro de éste. Ahora, pídeles que escriban dentro del círculo los nombres de todas las personas o cosas que formen parte de su círculo de compasión. Invita a que los participantes compartan: “¿Quién está incluido en vuestro círculos de compasión?” y “¿Por qué?”.

Alternativa: Los estudiantes pueden también dibujar o hacer un collage the los elementos que forman su círculo de compasión.

3. Comparte con los participantes citas sobre la compasión y incentiva los estudiantes a exponer sus reacciones sobre ellas. Los ejemplos pueden incluir:

"Nuestra tarea es liberarnos de esta prisión ampliando nuestro círculo de compasión para abarcar a todas las criaturas vivientes, y toda la naturaleza en su gran belleza." ~ Albert Einstein

"Si quieres que otros sean felices, practica la compasión. Si quieres ser feliz tú, practica la compasión." ~ The Dalai Lama

4. Da a los participantes tiempo suficiente para visitar las estaciones de la sala de aula que pueden incluir componentes como opresión, explotación y sufrimiento, relacionados con la protección animal, derechos humanos, preservación del medio ambiente y/o sobre medios de comunicación, consumismo y cultura. Puede que también quieras incluir fichas informativas que incluyan más información sobre los asuntos que introduce cada estación.

Ejemplos potenciales pueden incluir:

- Pon una caja de plástico para transportar botellas y haz que participantes en calcetines se mantengan en pide dentro de ellas. Al lado, deja la ficha informativa en la que se describan las condiciones bajo las que viven las gallinas de factoría.
- Pon una jaula metálica (similar a las que se usan para mantener a los perros en perreras) pero lo suficientemente grande para que quepan 1-2 estudiantes. Invita a los estudiantes a entrar en ellas y quedarse por unos minutos. Incluye información acerca de las condiciones de vida de animales de factoría , gallinas, vacas lecheras, y cerdas asi como también perros en criaderos y animales criados para confección de pieles.
- Prepara un taller de trabajo esclavo donde los participantes tengan que llevar prendas pesadas y calientes y deban permanecer sentados bajo lámparas que calientan realizando una actividad repetitiva y aburrida durante unos minutos. Incluye información sobre talleres de trabajo esclavo.
- Prepara una estación en la que los participantes tengan que sentarse en el suelo de piernas cruzadas y deban de unir y hacer series de nudos minúsculos y perfectos tan rápido como sea posible (como si estuviesen tejiendo una alfombra). Incluye información sobre el trabajo infantil.
- Coloca una estación con grandes garrafas de agua (cada una con 5-10 galones). Invita a los participantes a llevar una garrafa durante unos minutos, imaginando como sería llevar tanto peso en agua durante varias millas diariamente. Incluye información sobre gente que no

dispone de recursos básicos y como esa situación puede relacionarse con nuestro propio consumismo.

- Recrea el contenido (fundamentalmente envases plásticos) que se encuentran en el estómago de una ballena representado en la actividad de IHE “El estómago de una ballena” (vea nuestras unidades didácticas / Actividades en nuestra website). Invita a los participantes a pensar en cómo los objetos podrían haber sido reutilizados, reciclados, redirigidos (o no usados en primer lugar) de forma que no habrían acabado en nuestros océanos. Incluye información sobre contaminación plástica, especialmente sobre las consecuencias de ésta en la vida marina.
5. Pide a los participantes que vuelvan a sus asientos y que dibujen un nuevo círculo de compasión y que escriban quienes están incluidos en él. Pídeles que compartan: ¿Ha cambiado su círculo de compasión?, ¿Cómo?, ¿Por qué?, ¿Por qué no?, ¿Cómo podemos continuar ampliando nuestro círculo de compasión?

EXTENSIONES

1. Invita a los participantes a completar el “Cuestionario MOGO” (disponible en la website de IHE) y compartir sus respuestas. (Asegúrate de adaptarlo a las necesidades de tus estudiantes).
2. Invita a los participantes a hablar sobre: ¿Qué es lo que voy a hacer ahora con lo que he aprendido?” Al lado de todas las estaciones, podrías dejar unas hojas de papel para que los estudiantes vuelvan a ellas y escriban las respuestas a esa pregunta “¿Cómo puedo contribuir para cambiar esto?”