

Compasión

Nombre: _____

Centro educativo: _____

Define lo que significa la **compasión** para ti.

ACTIVIDAD

En el siguiente cuadro, registra un diario de situaciones en la que hayas sentido compasión por otros. Reflexiona sobre lo que sentiste y cómo reaccionaste.

Lunes	
Martes	
Miércoles	
Jueves	
Viernes	
Sábado	
Domingo	

Este es un desafío de compasión, durante una semana, debes realizar tres actos de bondad o ayuda hacia los demás. Regístralos en el siguiente cuadro y reflexiona sobre cómo te sentiste.

	¿Qué hiciste?	¿Cómo te sentiste?
1.		
2.		
3.		

Marca con una X los actos que sean de compasión.

- Comprar un helado para ti en día de calor.
- Ayudar a un compañero en el centro educativo.
- Llegar temprano a tu clase de natación o a tu cita con el médico.
- Dar comida a personas que no tienen qué comer.
- Terminarte toda tu comida.
- Ayudar en casa con las tareas del hogar.

PARA VER EN FAMILIA O EN EL AULA



Película: El indomable Will Hunting
Apta para jóvenes de 17 o más.
Año: 1997

Es la historia de un joven prodigio de matemática que trabaja como conserje. Ha tenido una vida complicada por lo que atraviesa por muchos problemas personales y emocionales. Su terapeuta, interpretado por Robin Williams, lo ayuda a enfrentar su interior y alcanzar su potencial.

Únase a nuestro programa de valores



Un programa con el apoyo de

Bi BANCO INDUSTRIAL

