

DÍA 13 DE NOVIEMBRE: DÍA MUNDIAL DE LA AMABILIDAD

Esta idea de formar un Movimiento por la amabilidad nació en Japón en los años 60, como respuesta a altercados violentos entre estudiantes y policías en la Universidad de Tokio y desde 1997 se ha extendido a varios países contando en la actualidad con más de tres millones de seguidores en 15 países.

Este movimiento define a la amabilidad como una actitud y una forma de relacionarnos con los demás, es una filosofía que propone el desarrollo de la ética a través del buen sentir y actuar.

Y establece que las personas amables desarrollan valores tales como:

- 1.- La empatía: Que significa intentar comprender lo que motiva la actitud de los demás.
- 2.- La tolerancia: Respetar las opiniones, creencias, minorías étnicas... porque somos diferentes y nadie posee la verdad.
- 3.- La generosidad: Al ofrecer nuestro tiempo y comprensión.
- 4.- El cariño: Superando los prejuicios del que dirán a la hora de manifestarlo.
- 5.- La paciencia: Para no enojarnos frente a las acciones de los que nos rodean.
- 6.- El respeto: Escuchando sin juzgar.
- Y 7.- La lealtad: Ante nuestros ideales y ante las demás personas.

PORQUE

**13 NOVIEMBRE
DÍA MUNDIAL
DE LA
AMABILIDAD**

SER AMABLE, NO ES SINÓNIMO DE SER IDIOTA.

SER AMABLE, ES POSEER UNA HABILIDAD

QUE **LAS PERSONAS** IDIOTAS NO POSEEN.



Ser **AMABLE** es más importante que tener razón. A veces, lo que la gente necesita **NO** es una mente brillante que hable, sino un **CORAZÓN ESPECIAL** que **ESCUCHE**.

Ser amable es saludable. Está comprobado que un abrazo o una sonrisa con sentido pueden provocar cambios inmediatos en los estados de ánimo, elevando los niveles de endorfina y creando una sensación de bienestar, tanto para quien lo da como para quien lo recibe.

Ejercicios

- 1.- **Abre** un documento nuevo.
- 2.- **Busca información** sobre el día de la amabilidad en internet.
- 3.- **Copia y pega** en el documento la información encontrada.
- 4.- **Busca imágenes** sobre la amabilidad, **elige dos y cópialas** en el documento.
- 5.- Al final del trabajo, **escribe qué opinas** sobre la amabilidad.
- 6.- **Pon un título** a tu trabajo.
- 7.- Pasa el documento a **PDF**, **guárdalo** en la carpeta **Mis trabajos**, con el nombre de **Día_amabilidad**