

Empatia



Una iniciativa de:





Organización coordinadora regional:



Organización ejecutora local:



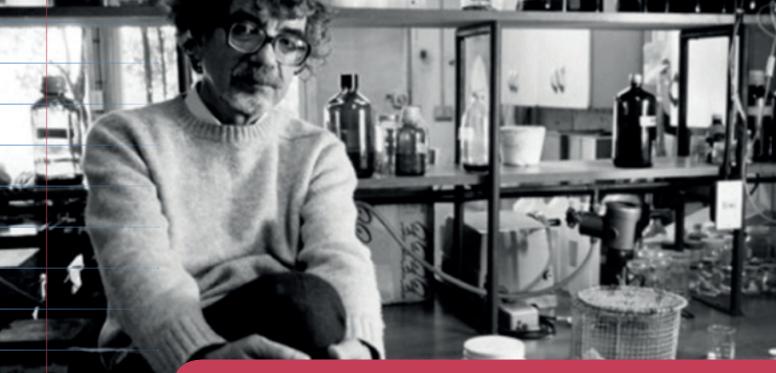
Aliados locales:



NSTITUCIÓN COORDINADORA Fundación ESOUEL Material para el programa de Formación de Formadores del Proyecto SPORTIC-Ecuador. Anabel Bilbao - Gabriela Moncayo **AUTORAS Equipo LUDOMENTIS** Paula Betancourt - Sol Gómez - Paola Viteri. Dávila www.ludomentis.com.ec EOUIPO DE MEDIADORES COMUNITARI@S Y DE APRENDIZAJE Proyecto SPORTIC "Tecnología y Deporte: Educación para el futuro" 2020-2021-2022 Quienes desde su experiencia y conocimientos realizaron aportes claves y generosos a este material. Hilda Brigitte Quijije Quiroz Luis Fernando Veliz Velez Amy Mayte Carrasco Arcos Ana Karla Román Coveña Jacqueline Lisseth Baque Suarez Luis Lucas Guadamud Jennifer Xiomara Barreto Pin Marco Adolfo Navarrete Fernández Andrea Lizbeth Cedeño Chiquito Jessica Bastidas María Fernanda Ayón Vélez **Andres Arauz** María José López Andrade Andrés Mitte Jessica Paola Bastidas Angel Anibal Holguin Villamar Jhon Alex Hayman Yagual María José Ponce Ángel Aníbal Holguín Villamar Joe Alexander Vera Soledispa Maria Sol Montero Maridueña Maria Sol Montero Maridueña Angel Jalca Pérez Joel Eduardo Garcia Lopez Angélica Mera Chica Joel Garcia Marvin Renny Quimis Arteaga Angie Nicole Bermúdez Rodriguez Jordy Andrés Yépez Merchan Mora Ronny Arturo Arlen Alvarado Ponce Jordy Andrés Yépez Padilla Miguel Drouet Miryam Camila Ramos Gallegos Bella Stefania Burbano Bermudez Jorge Alberto Cedeño Vinces Morán Tigua Kevin José Bermúdez Rodríguez Angie Nicole José Intriago Mera Bonilla Yoza Maria Mercedes José Intriago Mera Odalis Nerexi Ponce Cevallos Camila Castro Ponce Cevallos Odalis Nerexi Jose Rene Castillo Villamar Daisy Cristina Reyes Mejia Josue Alejandro Ponce Marcillo Rebeca Susana Andrade Baque Josue Alejnadro Ponce Marcillo Daisy Cristina Reyes Mejia Roddy Steven Lucas Arteaga Daniela Bedon Juan Sebastian Robles Pulla Salomé Zambrano Safadi Samantha Michelle Zambrano Zambrano Daniela Guerrero Julio Taipe Daniela Guerrero Karen Elisa Yanchapaxi Samantha Michelle Zambrano Zambrano Daniela Vera Karina Velez Samara Gracia Karla Santana Alvarez Sancan Perez Edgar Enrique Diego Sisalema Edgar Enrique Sancan Perez Katerin Sisalema Sandra Jackeline Fonseca Quichimbo Katherine Lilibeth Rosado Plua Sharon Moya Eimmy Baque Eimmy Baque Reyes Katherine Lilibeth Rosado Plúa Triviño Muñiz Melanie Damaris Erick Caballero Kelly Figueroa Baque Triviño Muñiz Melanie Damaris Gema Villacreses Kevin Israel Franco Vinces Vélez Solórzano Jefferson Veliz Velez Luis Fernando Genesis Michelle Rodríguez Sinisterra Lino Solís Yanina Joselyn Genesis Rodríguez Lucas Guadamud Luis Antonio Wilter Leonel Solórzano Álava Gladys Arelis Soledispa Gonzales Lucas Guadamud Luis Antonio Xiomara Anzules Avila Guido Gabriel Chilán González Luis Fernando Landázuri Gallegos Yury Alegría Vallejo Fundación ESQUEL Av. Cristóbal Colón E4-175 entre Amazonas y Foch, Ed. Torres de la Colón, Mezzanine Of.12 +(593) 2 252-0001 Quito- Ecuador www.esquel.org.ec







"Sólo en el mutuo respeto es posible la colaboración y eso requiere escuchar, tiempo para estar y ver el mundo del otro" Humberto Maturana



Preguntas activadoras

¿He pensado cómo le afecta a la otra persona lo que yo digo o/y hago? ¿Reconozco cómo se siente la persona con la que estoy conversando? ¿Tengo bastante información sobre la situación de una persona como para emitir opiniones o comentarios? ¿Esa persona quiere conocer mis opiniones y/o consejos?



Arteactivactor

Usa esta imagen para dialogar.



La foto corresponde a la obra de Tania Bruguera, una instalación artística que busca combatir esa sensación de apatía, existe una imagen escondida debajo, solo se deja ver cuando la superficie del suelo recibe suficiente calor humano. El motivo de su obra es hablar sobre la crisis migratoria en sí y sobre la creciente indiferencia que hay en torno a este tema y cómo accionamos frente a esta realidad.



Empatía hacía mi... ¿Quiero que los demás sepan cómo me siento? ¿Quiero que solo me escuchen? ¿Quiero escuchar sus opiniones y/o consejos?

Recurso Pedagógico



¿Por qué es importante crear espacios de diálogo en los procesos de enseñanza-aprendizaje?

"Un aspecto que no debemos pasar por alto como mediadores es promover la comunicación y generar espacios para el debate y el encuentro grupal. Además de hacer uso del chat, los foros... y el correo electrónico, entre otros; a la vez que fungimos como orientadores del proceso formativo, propiciamos el respeto de las opiniones y estimulamos la creatividad para la construcción del conocimiento.



Empatia, elarte de entender a los demas

https://bit.ly/3sxMAye



Es importante establecer acuerdos de trabajo con tod@s, el respeto debe ser uno de esos. Promover la escucha activa y el agradecimiento a las personas que comparten sus experiencias es fundamental.





Dibujo hablado - perspectiva

Pide a los participantes que realicen este ejercicio-juego contigo

Dibuja un círculo, y al círculo añade dos óvalos. Observa, ¿qué forma tiene? A tu dibujo, añade dos puntos y 6 líneas donde tú quieras. ¿Qué es lo que dibujaste? Añade detalles si es necesario y escribe el nombre del objeto junto a tu estado de ánimo actual. Ej: Hormiga alegre.

Haz preguntas que te permitan generar un espacio de compartir y reflexionar sobre lo que cada un@ dibujó:

¿Por qué los dibujos/objetos son distintos? ¿Entendemos lo que l@s demás están pensando/sintiendo? ¿Por qué es importante escucharnos?...



El dibujo es una herramienta importante dentro de los procesos educativos, permite comunicarnos de distintas maneras y en muchas ocasiones, según el ejercicio propuesto, nos permite conocer y expresar emociones y sentimientos.





Propón hacer este ejercicio-juego con tus familiares o personas cercanas. Incentiva a que juntos conversen sobre sus emociones y la importancia de expresar saludablemente lo que sienten.

"Lo más importante es que necesitamos ser entendidos. Necesitamos alguien que sea capaz de escucharnos y entendernos. Entonces, sufrimos menos"

Thich What Hanh



Usa las redes sociales como un espacio de investigación y sensibilización

Invita a buscar páginas de Facebook o Instagram que aborden problemáticas sociales o medioambientales que provengan de fuentes confiables. Pídeles que compartan los enlaces de las páginas a través del grupo de whatsapp y reflexionen el por qué siguen a esa/s página/s.

	Espacio para apuntes personales, reflexior	nes,	
	Espacio para apuntes personales, reflexior adaptaciones, propuestas propias		



Ejercicio para escuchar, solo escuchar

Crea un espacio de escucha activa e invita a l@s participantes a conversar sobre su día, no es necesario abordar temáticas complejas, puedes hacerlo al inicio o cierre de los encuentros. Haz preguntas como: ¿Qué planifican hacer después de este encuentro? o Cuéntanos tu día, desde que te despertaste hasta llegar aquí.

"La empatía es simplemente escuchar, retener el juicio, conectar emocionalmente y comunicar ese mensaje increíblemente sanador de que no estás solo"

Brene Brown

Si sientes que el grupo está desconectado, desmotivado, cansado...



Puedes pedirles que cierren sus ojos y en 30 segundos intenten recordar los 10 primeros momentos que recuerdan de su día. Vuelve a hacer el ejercicio pero ahora pídeles que recuerden 20 momentos de su día. Este ejercicio permite ejercitar la memoria y relajarte.