

# EMPATÍA

## Actividad 2: ¡Sentirse a través de ti!

Actividades para promover las habilidades personales, sociales y para aprender de los alumnos adultos

Descripción de iniciativas comprendidas en este manual.

Título/nombre?	¡Sentir a través de ti!
<b>Habilidad LifeComp tratada</b>	<input type="checkbox"/> Autorregulación <input type="checkbox"/> Flexibilidad <input type="checkbox"/> Bienestar <input checked="" type="checkbox"/> Empatía <input type="checkbox"/> Comunicación <input type="checkbox"/> Colaboración <input type="checkbox"/> Predisposición al crecimiento <input type="checkbox"/> Pensamiento crítico <input type="checkbox"/> Gestión de aprendizaje
<b>Duración<sup>1</sup></b>	3-5 horas
<b>Tipo de actividad</b>	Recreación cultural/Educación no-formal
<b>Descripción corta</b>	<p>Esta actividad comprende una visita grupal con el objetivo de crear/desarrollar empatía entre los participantes.</p> <p>Entran en juego la capacidad de observación, la escucha, el compartir conocimientos, emociones y experiencias de los participantes, lo que comporta un mejor conocimiento y comprensión de la gente que nos rodea.</p>
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✘ Identifique lo que es significativo para los demás a través de su propia perspectiva</li> <li>✘ Discuta situaciones que proporcionen la oportunidad de experimentar la perspectiva de otra persona</li> <li>✘ Profundice su conocimiento de la gente que nos rodea</li> <li>✘ Desarrolle empatía en diferentes contextos vitales</li> </ul>
<b>Montaje <sup>2</sup></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✘ Reunión previa para preparar la visita</li> <li>✘ Espacio exterior / Parque</li> <li>✘ Mapa de carreteras / Mapa del sitio</li> <li>✘ Espacio de picnic, preferiblemente con mesa y sillas. Comida de pic-nic para compartir, preparada por los participantes</li> <li>✘ Cámara (opcional)</li> </ul>

<sup>1</sup> Se puede organizar distintas veces

<sup>2</sup> Materiales y recursos necesarios para la implementación, incluidos los recursos financieros, humanos, y los espacios. En caso de que se necesite una hoja de trabajo, por favor, utilizar el documento [siguiente](#) para prepararla



<b>Consejos para los facilitadores<sup>3</sup></b>	Crea grupos pequeños de no más de 5 personas. Como alternativa, la actividad se puede realizar en otros espacios exteriores o interiores (museos, exposiciones, etc.) o incluso a través de visitas online y tours de realidad virtual. Es aconsejable tener un itinerario de visita con un mapa que detalle la ruta. Si no está disponible, debe prepararse por adelantado. Es importante adaptar la ruta, el grado de dificultad y la duración del trayecto a la edad y condición física de los participantes.
<b>Paso a paso</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El facilitador proporciona un mapa de ruta del sitio a cada grupo y pide a los participantes que empiecen la visita.</li> <li>2. Cada participante del grupo será responsable de una sección de la ruta. Con la ayuda del mapa, cada participante guiará a sus colegas a través de la sección designada, destacándose/parándose en los lugares importantes (pre-definidos en la ruta o elegidos por ellos mismos). Describirán lo que es importante destacar (paisaje, plantas, animales, construcciones humanas...).</li> <li>3. El facilitador alienta a los participantes a intercambiar experiencias relevantes y conocimientos unos con otros sobre tópicos provocados y evocados por la visita.</li> <li>4. Si los participantes quieren, pueden tomar fotos durante la visita para poder compartirlas después si se sienten cómodos</li> <li>5. Al final de la visita, los diferentes grupos se volverán a encontrar y celebrarán juntos una comida de picnic.</li> <li>6. Durante el picnic, los participantes pueden compartir sus experiencias y opiniones, para alentar la reflexión del grupo sobre la experiencia.</li> </ol>
<b>Sesión informativa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✂ ¿Cómo se ha sentido durante esta actividad?</li> <li>✂ ¿Qué le ha gustado más?</li> <li>✂ ¿Ha habido alguna dificultad que no haya podido resolver usted mismo?</li> <li>✂ Describa una situación en la que haya sentido empatía</li> <li>✂ ¿Se ha fortalecido la empatía entre vosotros? ¿Cómo ha sido?</li> <li>✂ ¿De qué manera las visitas/tours en grupo pueden desarrollar empatía?</li> <li>✂ ¿Qué puntos en común o diferencias ha encontrado en cuanto a la percepción y descripción del sitio entre sus colegas?</li> </ul>
<b>Referencias</b>	

<sup>3</sup> El que una persona necesita saber per implementar la actividad

