

## Taller 1: <Empatía >

Desarrollado por <IDEA>

Breve descripción:

Dar una breve introducción a los temas que se tratarán (1 - 2 párrafos).

Trabajar con personas socialmente excluidas requiere habilidades de empatía específicas. Estas personas a menudo enfrentan experiencias difíciles, baja autoestima y obstáculos emocionales y sociales. La empatía permite una comprensión más profunda de su situación y ayuda a generar confianza, lo cual es esencial para un apoyo y una educación eficaces. El objetivo de esta presentación es desarrollar la capacidad de adoptar un enfoque empático hacia las personas socialmente excluidas, ayudando a los formadores a apoyarlas mejor en el proceso de inclusión social.

Resultados de aprendizaje del taller:

Al finalizar el taller, los profesionales de EFP...	Comprender qué es la empatía y por qué es vital para trabajar con personas socialmente excluidas.
	Desarrollar habilidades para escuchar con empatía y reconocer las necesidades emocionales de las personas marginadas.
	Aprender técnicas para apoyar y empoderar a personas socialmente excluidas en contextos educativos y sociales.
	Son más conscientes de los desafíos que enfrentan las personas marginadas y podrán responder a estos desafíos con comprensión y apoyo.
	Comprender qué es la empatía y por qué es vital para trabajar con personas socialmente excluidas.

Descripción general del laboratorio:

Descripción de las actividades de aprendizaje, incluyendo métodos e instrucciones para el PROFESOR	Año (minutos)	Materiales y recursos (Incluyendo enlaces)
--	------------------	---

<u>Formulario de evaluación introductoria y previa al laboratorio (evaluación del nivel real de competencia de los profesionales de FP en el ámbito del laboratorio)</u>	<u>20 minutos</u>	<u>Hoja de inscripción</u>
		<p>La empatía es una habilidad esencial para las personas que trabajan con personas socialmente excluidas. Ya sea que se trate de alguien que enfrenta el desempleo, la falta de vivienda o cualquier forma de marginación, comprender sus perspectivas, emociones y luchas es clave para promover la confianza, el compromiso y el progreso en los entornos de capacitación.</p> <p>En este taller, exploraremos cómo la empatía puede transformar la forma en que nos relacionamos con los grupos socialmente excluidos, ayudándolos a sentirse escuchados y apoyados. Ustedes, como capacitadores, están en una posición única para crear un espacio seguro donde las personas puedan superar obstáculos, recuperar su confianza y comenzar su viaje hacia la reintegración.</p> <p>El objetivo de esta sesión es profundizar su comprensión de la empatía, equiparlo con herramientas prácticas de empatía y prepararlo para manejar situaciones emocionales complejas que puedan surgir en su trabajo con poblaciones marginadas.</p> <p>Para evaluar la comprensión y la actitud existentes de los participantes hacia la empatía, se realizará una evaluación antes del taller. Esto puede ayudar a adaptar el taller para satisfacer las necesidades</p>

		<p>específicas del grupo: <a href="#">Formulario de evaluación previa a la lección</a>.</p> <p>Esta breve evaluación previa al taller servirá como punto de partida, permitiéndonos abordar lagunas de conocimiento, aclarar conceptos erróneos y proporcionar ejemplos y estrategias relevantes para mejorar los enfoques empáticos durante la sesión.</p>
<u>Presentación con elementos interactivos</u>	<u>30 minutos</u>	<p><a href="#">Diapositivas</a></p> <p>Conexión a aplicaciones de presentación interactiva a utilizar</p>
<u>Actividad de todo el grupo [1]:</u>	<u>15 minutos</u>	<p><b>Mapeo de barreras de empatía</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Cada grupo recibe una hoja grande de papel y un juego de notas adhesivas.</li> <li>● El objetivo del equipo es crear un mapa de los obstáculos que enfrentan las personas socialmente excluidas en el contexto de la educación, el trabajo y la vida cotidiana (por ejemplo, falta de apoyo financiero, aislamiento social, dificultades de comunicación).</li> <li>● Luego, los grupos discuten cómo la empatía puede ayudar a superar estos obstáculos,</li> </ul>

		<p>escribiendo soluciones en nuevas notas adhesivas.</p> <p><b>Objetivo:</b> Comprender los desafíos que enfrentan las personas marginadas y explorar formas empáticas de superarlos.</p>
<u>Actividad de todo el grupo [2]:</u>	<u>15 minutos</u>	<p><b>Reflejando emociones</b></p> <p><b>(20 minutos)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los participantes participan en parejas.</li> <li>• Una persona comparte un estado emocional (puede estar relacionado con el trabajo o un desafío profesional) y la tarea de la otra persona es escuchar activamente y reflejar los sentimientos que escucha (por ejemplo, "Escuché que te sentiste frustrado en esta situación porque...").</li> <li>• Después del tiempo especificado, los roles cambian.</li> </ul> <p><b>Objetivo:</b> Desarrollar habilidades de escucha activa y empática.</p>

<u>Actividad de todo el grupo [...]: (agrega tantas filas como planees)</u>	<u>20 minutos</u>	<p><b>1. Diálogos empáticos (30 minutos)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Los participantes se dividen en grupos de tres. Cada grupo recibe un escenario que representa una situación difícil con una persona socialmente excluida (por ejemplo, una persona con antecedentes de falta de vivienda que se siente rechazada por otros durante un taller).</li> <li>Una persona desempeña el papel de formador, otra el de excluido y la tercera actúa como observador.</li> <li>La tarea del formador es llevar a cabo un diálogo empático para ayudar a la persona excluida a sentirse comprendida y apoyada.</li> <li>Después de cada escenario, el grupo discute las acciones empáticas tomadas y cómo se pueden mejorar.</li> </ul> <p><b>Objetivo:</b> Aplicar habilidades de empatía en situaciones difíciles de exclusión social.</p> <p><b>3 escenarios:</b></p> <p><b>Escenario 1:</b> En un taller comunitario destinado a ayudar a las personas a reingresar a la fuerza laboral, Anna, quien tiene antecedentes de falta de vivienda, nota que otros participantes susurran y mantienen su distancia de ella. Él percibe su incomodidad y evita</p>
---	-------------------	--

involucrarse en discusiones grupales. Cuando se le pide que comparta sus pensamientos, Anna duda, sintiendo que las luchas pasadas ya la han excluido ante los ojos de los demás. El coordinador nota el retramiento de Anna pero no interviene, dejándola sintiéndose aún más aislada y no deseada.

**Escenario 2:** Durante una sesión de formación profesional para desempleados de larga duración, Piotr, que pasó varios años viviendo en la calle, comparte sus pensamientos sobre el ingenio en situaciones difíciles. Otro participante hace un comentario despectivo, insinuando que la experiencia de Piotr no es relevante para el mercado laboral. Sintiéndose avergonzado y rechazado, Piotr se retira al silencio durante el resto de la sesión; su entusiasmo por contribuir se ve aplastado por la falta de aceptación de los demás.

**Escenario 3:** En una reunión de un grupo de apoyo para personas que superan la adicción y la falta de vivienda, Úrsula, que finalmente se ha recuperado, habla de su deseo de encontrar un empleo estable. Mientras habla, se da cuenta de que otros dos participantes ponen los ojos en blanco sutilmente, claramente escépticos sobre sus posibilidades. Úrsula, ya avergonzada, titubea e interrumpe su contribución, sintiendo que sus esfuerzos por reconstruir su vida no son tomados en serio por los demás en el grupo. El sentimiento de rechazo profundiza la inseguridad y el miedo al fracaso.

<u>Actividad opcional [...]:</u>	<u>20 minutos</u>	<p><b>Juego de roles empático</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Los participantes se dividen en grupos de tres: una persona desempeña el papel de una persona socialmente excluida, otra actúa como formador y la tercera persona es un observador.</li> <li>La tarea del formador es dirigir una conversación con la persona excluida, demostrando empatía escuchando activamente, validando los sentimientos y ofreciendo apoyo.</li> <li>Después de 10 minutos, el observador proporciona retroalimentación sobre qué tan bien el capacitador utilizó la empatía en la discusión.</li> <li>Los roles se alternan, de modo que cada uno experimenta cada posición.</li> </ul> <p><b>Objetivo:</b> Practicar la comunicación empática y aprender a navegar en interacciones emocionalmente difíciles.</p>
<u>Retroalimentación y evaluación del taller</u>	<u>30 minutos</u>	<p>Al finalizar la sesión realizaremos una sesión de retroalimentación, primero llenaremos el <a href="#">formulario de evaluación</a>, también podríamos discutir esto:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><i>¿Qué hemos aprendido sobre la empatía en el contexto de la exclusión social?</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>¿Qué ejercicio fue el más valioso para usted y por qué?</i></li> <li>• <i>¿Qué desafíos enfrentamos al intentar comprender la perspectiva de las personas marginadas?</i></li> <li>• <i>¿Qué habilidades de empatía te gustaría desarrollar más en el futuro?</i></li> </ul> <p>Cada grupo o individuo tendrá la oportunidad de compartir sus pensamientos sobre los desafíos y éxitos asociados con la adopción de un enfoque empático para trabajar con personas socialmente excluidas.</p>
--	--	---

Recursos adicionales para que el instructor explore:

- Algunas ideas de actividades grupales para trabajar la Empatía: <https://www.sessionlab.com/library/empathy>
- Un estudio fenomenológico sobre las experiencias de empatía entre los trabajadores sociales que trabajan con migrantes forzados: <https://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordId=5010715&fileId=5010890>
- "Mírame a los ojos": empatía y transmisión del trauma en el proceso de determinación de la condición de refugiado: [https://www.researchgate.net/profile/Cecile-Rousseau/publication/44638720\\_Look\\_Me\\_in\\_the\\_Eye\\_Empathy\\_and\\_the\\_Transmission\\_of\\_Trauma\\_in\\_the\\_Refugee\\_Determination\\_Process/links/54ef47b60cf2495330e1d5e6/Look-Me-in-the-Eye-Empathy-and-the-Transmission-of-Trauma-in-the-Refugee-Determination-Process.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Cecile-Rousseau/publication/44638720_Look_Me_in_the_Eye_Empathy_and_the_Transmission_of_Trauma_in_the_Refugee_Determination_Process/links/54ef47b60cf2495330e1d5e6/Look-Me-in-the-Eye-Empathy-and-the-Transmission-of-Trauma-in-the-Refugee-Determination-Process.pdf)