

# Educación para la ciudadanía y la convivencia

## Ciclo Tres

(Quinto, Sexto y Séptimo):  
Protagonistas de la realidad,  
dirigimos la historia



ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.

BOGOTÁ  
HUMANA







# Educación para la ciudadanía y la convivencia



Ciclo Tres  
(Quinto, Sexto y Séptimo):

Protagonistas de la realidad, dirigimos la historia

**ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO**

**Proyecto de Educación para la Ciudadanía  
y la Convivencia – PECC**

Alcalde Mayor  
Gustavo Petro Urrego

Secretario de Educación del Distrito  
Oscar Sánchez Jaramillo

Subsecretaria de Integración Interinstitucional  
Gloria Mercedes Carrasco Ramírez

Subsecretaria de Calidad y Pertinencia  
Patricia Buritica

Jefe Oficina Asesora de Comunicación y Prensa  
Rocío Jazmín Olarte

Directora de Participación y Relaciones Interinstitucionales  
Adriana Mejía Ramírez

Directora de Inclusión e Integración de Poblaciones  
María Elvira Carvajal Salcedo

Directora de Educación Preescolar y Básica  
Adriana González

Director de Ciencias, Tecnología y Medios Educativos  
Oswaldo Ospina Mejía

Directora de Bienestar Estudiantil  
Andrea Verú Torres

Gerente de Proyecto  
Deidamia García Quintero

**Educación para la ciudadanía y la convivencia  
Ciclo tres (Quinto, Sexto y Séptimo):  
Protagonistas de la realidad, dirigimos la historia**

**Equipo técnico de Educación para la  
Ciudadanía y la Convivencia - SED**

Lizabeth Alpagatero y Rigoberto Solano  
*Coordinadores Gestión del Conocimiento*  
Sandra León

*Coordinadora Planes Integrales de Educación  
para la Ciudadanía y la Convivencia*

Andrea Cely  
*Coordinadora Equipo Territorial  
Ciudadanía y Convivencia*

Ariel Fernando Ávila  
*Coordinador Respuesta Integral de Orientación Escolar – RIO*

**Revisión de Contenidos -SED**

Alejandro Toro Peña  
Yudy Velásquez Hoyos

**FEY ALEGRÍA DE COLOMBIA**

Director Nacional  
P. Hernando Gálvez S.J.

Director Ejecutivo Nacional  
Víctor Murillo Urraca

Coordinador Proyecto Educación  
para la ciudadanía y la convivencia  
Jaime Benjumea Pamplona

Autoría Fe y Alegría  
Amanda J. Bravo Hernández  
Víctor Martínez Ruiz

Con la colaboración de  
Paulina Heyck Puyana

Aportes lectores  
Marco Raúl Mejía J.  
Rosa González Pozo

Corrección de estilo  
Claudia Patricia Vinueza

**Equipo de arte**

Dirección de arte  
María Fernanda Vinueza  
Ilustración  
Humberto Ruiz

Colaboración en color  
Andrea Guzmán  
Yessica Bernal  
Carlos Muñoz

Diseño de manilla  
Nicolás Pineda (Propuesta  
hecha por niño de 12 años)  
Diseño y diagramación  
María Fernanda Vinueza

**Docentes participantes de la  
validación de los módulos:**

Romelia Nuste Castro  
*IED Juan Francisco Berbeo*  
Gladys Guerrero García  
Carlos Pizarro León Gómez

Guimar Edith Mostacilla Marmolejo

*Débora Arango Pérez*

Maritza Gutiérrez

*Grancolombiano*

Nilsa Yineth Rojas Ruiz

*Leonardo Posada Pedraza*

Maria Cristina Ardila

*Campestre Monteverde*

Melba Patricia Ortega

*Simón Rodríguez*

Blanca Isabel Forero

*Ciudad de Montreal*

Carvajal Galindo Yeimy

*El Minuto de Buenos Aires*

Gloria Del Pilar Bejarano Agudelo

*Mochuelo Alto*

Javier Cely

*Francisco José de Caldas*

Flor Elisa Roper Palacios

*José Asunción Silva*

Ángela Chicangana Ramírez

*José Asunción Silva*

Diana Patricia Murillas

*Colegio Prospero Pinzón*

Martha Alexandra Useche Quintero

*IED Saludcoop Sur*

Rosa Yamile Prieto Bogotá

*Colegio San Pedro Claver*

Liliana Maffiold

*IED Los Periodistas*

Marleny Díaz

*IED Los Periodistas*

Mariluz Muñoz Sotaquira

*IED Los Periodistas*

Patricia Castellanos

*Agustín Nieto Caballero*

Maria Victoria Orozco Díaz

*Colegio Republica Bolivariana de Venezuela*

Angélica María Rodríguez

*Colegio Andrés Bello*

Julieta Rojas Charry

*Domingo Faustino*

Maria Margarita Acuña Rodríguez

*Colegio José Joaquín Casas*

Ricardo Murcia Roncancio

*Manuel Del Socorro Rodríguez*

Luis Edilberto Novoa

*Marruecos y Molinos*

Sandra Johana Albarracín Lara

*Aguas Claras*

Miryam Bautista Gil

*Entre Nubes*

Claudia Liliana Gómez Rodríguez

*IED Atenas*

Rosa Elena Carrillo

*IED Atenas*

Raúl Sánchez Lara

*IED Juan Rey*

José Rafael Quilaguy Bernal

*IED Los Alpes*

Mireya Moreno Hernández

*La Belleza*

Martha Helena Lagos Beltrán

*Florentino González*

Lida Mireya Rodríguez

*Florentino González*

Nelson Enrique Flórez

*Atabanza - I.E.D*

Natalia Cruz Cárdenas

*Eduardo Umaña Mendoza*

Karol Viviana Sarmiento

*Eduardo Umaña Mendoza*

Danny Paola Villamil Villamil

*Ofelia Uribe de Acosta I.E.D*

Blanca Inés Rodríguez

*Ofelia Uribe de Acosta I.E.D*

Nubia Liliana Ortiz Cárdenas

*Paulo Freire*

Luz Stella Olaya Suárez

*Sorrento*

Patricia Padilla Casas

*Col. Ciudad Bolívar Argentina*

Martha Isabel Torres

*IED Los Periodistas*

Martha Alejandra Montoya

*Luis Eduardo Mora Osejo*

Sandra Emilia Sierra Zanguña

*Nueva Delhy*

Ingrid Natalia Cruz Cárdenas

*Eduardo Umaña Mendoza*

Maria Fernanda Medina

*IED El Porvenir*

Yenny Patricia Castellanos

*Agustín Nieto Caballero*

Maria Victoria Orozco

*República de Venezuela*

Rafael Quilagua Bernal

*Los Alpes*

Yeimy Carvajal

*El Minuto De Buenos Aires*

Guillermo Ibáñez

*IE Eduardo Santos*

Aura Nieves Riascos

*IE Alexander Fleming*

Diana Carolina Villate

*IE Eduardo Santos*

Lida Yolima Cárdenas

*IE Eduardo Santos*

Victoria Orozco

*República de Venezuela*

Yulliete Rojas Charry

*Domingo Faustino*

Liliana Ortiz Cárdenas

*Paulo Freire*

Lorenzo Zúñiga Goyeneche

*Antonio Villavicencio*

María Esperanza Castillo

*Antonio Villavicencio*

Luz Ofelia Borbón

*CEDIT San Pablo*

Alejandra Gutiérrez Ballén

*Ciudad de Bogotá*

Viviana Méndez Munévar

*Ciudad de Bogotá*

Myriam Cortes Mendieta

*Colombia Viva*

Andrea Murcia

*Delia Zapata Olivella*

José de Jesús Ovalle Balaguera

*Delia Zapata Olivella*

Ivon Pajaro Olmos

*Escuela Normal María Montessori*

Omar Gutiérrez González

*Escuela Normal María Montessori*

Martha Patricia Torres

*Gustavo Rojas Pinilla*

Luz Liliana Sarmiento

*IED Estrella del Sur*

Ana Rita Roza Suárez

*IED Montebello*

Orfi Yineth Delgado Santamaría

*IED Villa Rica*

Inna Pahola Muñoz

*John F. Kennedy*

Luz Gabriela Gómez Montoya

*Juan Francisco Berbeo*

Clara Liliana Rodríguez

*La Victoria*

Leonor Delgado Herrera

*La Victoria*

Mallivi Melo Rey

*La Victoria*

Martha Patricia Montero

*La Victoria*

Patricia Patiño

*La Victoria*

Mauricio García Hernández

*Magdalena Ortega*

Myriam Zambrano Roza

*Manuel Cepeda Vargas*

Luis Edilberto Novoa

*Marruecos y Molinos*

Liliana Zambrano Roza

*Orlando Higueta Rojas*

Vladimir Viteri Gutiérrez

*Paulo Freire*

Clara Millán Reyes

*República de Panamá*

José Eustacio Medina Vargas

*República de Panamá*

Olga Lucero Castro Castañeda

*República de Panamá*

Víctor Baquero Rincón

*Rural Pasquilla*

Eduardo Ortiz Rodríguez

*San Martín de Porres*

Adilia Castillo Martínez

*San Pedro Claver*

María Leila López Contreras

*San Pedro Claver*

### **Estudiantes participantes en la validación de los módulos ciclo tres, cuatro y cinco**

John Fredy Nope Moreno

*Orlando Higueta Rojas*

Johan Orlando Rubiano Rincón

*Orlando Higueta Rojas*

Ana María Peña Guzmán

*Orlando Higueta Rojas*

Erika Fernanda León Macana

*Orlando Higueta Rojas*

Julián Leandro Valbuena González

*Gustavo Rojas Pinilla*

Fredy Romero Chaparro

*Gustavo Rojas Pinilla*

Doran Steeward Yepes

*Gustavo Rojas Pinilla*

Lesly Daniela Combita

*Gustavo Rojas Pinilla*

Valentina Capera Avila

*Gustavo Rojas Pinilla*

Lisa Fernanda Díaz Romero

*Gustavo Rojas Pinilla*

María Camila Flores González

*Gustavo Rojas Pinilla*

Diana Carolina Tenjo

*Escuela Normal María Montessori*

### **ISBN: 978-958-8731-89-6**

Esta publicación hace parte del Convenio 2965 del 2013, cuyo objeto es “Aunar esfuerzos para desarrollar una Caja de Herramientas Pedagógicas de Educación para la Ciudadanía y la Convivencia”, suscrito entre la Secretaría de Educación y Fe y Alegria de Colombia, Fundación para la Reconciliación, Fundación Centro de Investigación y Educación Popular-CINEP y el Instituto para la Construcción de la Paz-FICONPAZ.

**Secretaría de Educación del Distrito Fe y Alegria de Colombia**



EDUCACIÓN PARA LA CIUDADANÍA Y LA CONVIVENCIA





# Taller 2

La empatía: sentir-pensar-actuar  
desde un lugar diferente





# T.2



## Sensibilidad y manejo emocional

### Concepto relacionado

La capacidad de sensibilidad y manejo emocional es la capacidad ciudadana esencial vinculada a nuestro mundo afectivo y que “hace referencia a nuestra dimensión individual en tanto íntima, personal y corporal. La sensibilidad y el manejo emocional se relaciona con la capacidad de ser [seres] emocionales plenos, de sentir sin rubor, de expresar y comunicar aquello que nos emociona, que nos moviliza o que nos cohibe.” (SED, 2014b, p. 26 ). Esta capacidad se proyecta en las relaciones con las demás personas y con el entorno natural.

Los seres humanos, además de unas emociones primarias —ira, miedo, alegría, tristeza, asco, sorpresa— tenemos también un repertorio de emociones cognitivas superiores (Yankovik, 2011) llamadas también emociones secundarias o sociales/morales —porque para que aparezcan intervienen las relaciones con otras personas—, como la empatía, la culpabilidad, la vergüenza, el remordimiento, el orgullo, la envidia y los celos, entre otras. Estas emociones se viven de acuerdo con la cultura y la historia personal.

En este taller nos centraremos en la empatía, entendiéndola como una habilidad para la vida (Mantilla, 2003c) que se puede desarrollar para “ponerse en los zapatos del otro” e imaginar cómo es la vida para esa persona, incluso en situaciones con las que no estamos familiarizados [o formalizadas]” (Ibídem, p. 18).

Pero, la empatía no se queda en este nivel de interacción sujeto–sujeto, va más allá cuando logramos comprendernos como parte de un mundo interconectado que conjuntamente construimos desde nuestro actuar, de manera intencionada o no. De allí la importancia de promover prácticas educativas



que les permitan a niños y niñas reconocer cómo sus acciones pueden afectar a otras personas (no necesariamente conocidas) e incluso al planeta. Podemos hacer extrapolaciones para colocarnos incluso en el lugar de la naturaleza para pensar, sentir y actuar considerando las propias acciones desde allí, donde “el límite es el daño”, lo cual se convierte en premisa de la empatía y el cuidado de la vida.

Desde este punto de vista, la empatía se torna en una *habilidad* fundamental para la construcción de una convivencia cimentada en el respeto, la comprensión y la solidaridad de nuestros semejantes del entorno comunitario, del entorno social más amplio y del mundo natural.

Es importante que reafirmemos con los niños y niñas del ciclo que ser personas empáticas no significa dejarse llevar por el criterio de las y los demás para “caerles bien”; no podemos confundir la empatía con la simpatía “*que tiene que ver con la afinidad o agrado mutuo que pueden sentir dos personas*” (Bravo y Martínez, 2003d, p. 10)

## Objetivo del taller

- ❁ Revisar de manera práctica el papel de la emocionalidad en las relaciones humanas, en especial la empatía, para fortalecer la capacidad de sensibilidad y manejo emocional.

## Evidencias de participación en el proceso de aprendizaje

- ❁ Trabajos creativos resolviendo las preguntas de la sesión anterior que les dejó Nicolás
- ❁ Hojas de la silueta humana coloreadas por niñas y niños
- ❁ Fotos de estatuas humanas preparadas por niñas y niños
- ❁ Narraciones sobre el ejercicio final de empatía

## Duración del taller

2 horas aproximadamente, sin contar el tiempo de trabajo en la sección de ejercicios prácticos de ciudadanía entre taller y taller.



## Materiales de apoyo

- ❁ **Formato para expresión de satisfacción de niñas y niños participantes en el taller, herramienta 3 (encuéntrela en el sobre de herramientas) para fotocopiar.**
- ❁ **Afiche del personaje Nicolás. Armado previamente en el taller 0.**
- ❁ Símbolos y objetos diversos para ambientar el salón, y que podemos utilizar sobre la empatía
- ❁ Objeto simbólico que representa el *poder de la palabra*
- ❁ 2 fotocopias por niña/niño de la silueta del cuerpo humano (viene con el módulo)
- ❁ Témperas y pinceles o marcadores en colores azul y amarillo
- ❁ Música suave o de relajación para niños y niñas

## Instrucciones de la actividad

Previamente, hemos ambientado el salón donde llevaremos a cabo las actividades, haciéndolo acogedor, pero preparado para que las niñas y niños participantes lo terminen de decorar, ubicando en un lugar destinado para ello sus trabajos creativos que dan cuenta de la misión que les dejó Nicolás. En el siguiente cuadro algunas ideas la persona mediadora puede encontrar para esta experiencia orientar.



### **El círculo del cuidado**

El conjunto de niñas y niños se organizan en círculo y les pedimos mencionar cómo se sienten cuando trabajan de esta manera. Les invitamos a profundizar en el conocimiento de su compañera o compañero que está a su lado izquierdo preguntándole acerca de sus preferencias de música y luego pedimos que dos o tres niñas o niños comenten acerca de ello.

### **Sobre de Herramientas**



### **Herramienta 3**



### **Afiche de Nicolás**





Retomamos con el grupo los acuerdos de convivencia y recordamos la forma cómo tomaremos el *poder de la palabra* con el símbolo que hemos escogido, y cómo la honraremos en el trabajo de hoy.



### **Le contamos a Nicolás lo que aprendimos**

Ubicamos el afiche de Nicolás en un lugar del espacio donde estamos trabajando y a continuación, organizamos cinco o seis grupos. Les pedimos que escriban rápidamente en una hoja los tres principales aspectos que aprendieron del taller anterior y que pasen de inmediato a colocar sus hojas en el muro al lado de Nicolás. Hacemos una lectura de sus contenidos, resaltando las coincidencias y complementando según consideremos oportuno.



### **Presentamos el trabajo que nos encargó Nicolás**

*Al azar, seleccionamos dos o tres niñas y niños para que expongan los resultados del trabajo que dejó Nicolás de mirarnos a través del “espejo mágico” para profundizar en el conocimiento de cómo somos y qué quisiéramos hacer a partir de este conocimiento. Planteamos la pregunta: “de acuerdo con lo que estamos encontrando, ¿qué tan diferentes somos de Nicolás?”. El resto de trabajos creativos podrán ser revisados por el conjunto de participantes en un momento posterior de la sesión si así lo consideramos pertinente o en un momento de recreo.*



### Inicio

Comentamos que hoy profundizaremos en el papel de la emocionalidad humana, en especial el ejercicio de la empatía, esto es, sentir-pensar-actuar desde otras situaciones de vida porque ello nos ayuda a la ciudadanía y la convivencia, más allá del simple respeto por los derechos humanos, al desarrollar nuestra capacidad de sensibilidad y manejo emocional.

Ejercicio de *sintonización* (adaptación de Castañer, 1996)

Previamente, hemos seleccionado fragmentos de música con diversos ritmos. Pedimos al grupo ubicarnos de pie en nuestro *círculo del cuidado* (sin olvidar a Nicolás) y escuchar una de las melodías seleccionadas para seguirle el pulso (como el ritmo de nuestro corazón) e irlo marcando a través de distintas formas (con las palmas de las manos, los pies, silbando, etc.).

Pueden llevar el ritmo de la música de forma libre: con “palmadas en el sitio; otros dando un paso en cada una de las pulsaciones musicales o marcándolo con el movimiento de los brazos, etc., evitando formas de actuación repetidas. Es importante motivarles para que busquen nuevas maneras y las compartan con sus compañeras y compañeros.” (Castañer, 1996, p. 184)

Cada cierto tiempo les avisamos que vamos a bajar totalmente el volumen y que deben intentar seguir el ritmo base que sonaba, haciendo que continúe de nuevo la melodía y comprobar si se había interiorizado y coordinado el pulso con respecto a la forma de representarlo.

Tras haber trabajado con la primera melodía se ponen otras con diferentes ritmos, donde cambia continuamente el número de pulsos por minuto, y contabilizan el número de pulsaciones de cada una de ellas a través de palmadas entre parejas, pasos, etcétera.

Les pedimos también que en pequeños grupos, escuchen atentamente diferentes melodías para distinguir la mayor intensidad en los pulsos fuertes o pulsos que se repiten regularmente. Posteriormente, y desplazándose por el espacio, varios grupos marcan los pulsos débiles y otro percute únicamente en el acento (pulso fuerte), de forma tal que en conjunto se escuchen armoniosamente.



### Actividad central

Terminado este ejercicio, volvemos al círculo y exploramos de manera general los conocimientos previos que puedan tener en el grupo acerca de la empatía sin extendernos demasiado para pasar al siguiente ejercicio que realizaremos a partir de la siguiente lectura, a la que le imprimimos el dramatismo adecuado (se puede grabar previamente para darle una entonación propicia, y aun efectos especiales, si se quiere).

#### *El gato y el ratón (narración) (adaptación de Cascón, 1991, s.p.)*

*Cierran los ojos e imaginen que salen de este salón y caminan por una acera muy larga. Llegan ante una vieja casa abandonada. Ya están en el camino que conduce a ella. Suben las escaleras de la puerta de entrada. Empujan la puerta, se abre chirriando y recorren con la mirada el interior de una habitación oscura y vacía.*

(...)

*De repente les invade una extraña sensación. Su cuerpo empieza a temblar y tiritar y sienten que se van encogiendo cada vez más. De momento no llegan nada más que a la altura del marco de la ventana. Continúan disminuyendo su tamaño hasta el punto en que el techo les parece que está ahora muy lejano, muy alto. Ya sólo son del tamaño de un libro y continúan empequeñeciendo.*

(...)

*Notan ahora que cambian de forma. Su nariz se alarga cada vez más y su cuerpo se llena de pelo. En este momento están en cuatro patas y comprenden que se han transformado en ratón.*

(...)

*Miren a su alrededor desde su situación de ratón. Se han sentado en un extremo de la habitación. Después ven que la puerta se mueve ligeramente.*

(...)

*Entra un gato. Se sienta y mira a su alrededor muy lentamente, con aire indiferente. Se levanta y avanza tranquilamente por la habitación. Ustedes se quedan inmóviles, petrificados. Oyen latir su corazón; su respiración se vuelve entrecortada. Miran al gato.*

(...)



**Acaba de verles y se dirige hacia ustedes. Se aproxima lentamente, muy lentamente.  
Después se para delante de ustedes. Se agacha. ¿Qué sienten? ¿Qué pueden hacer?  
¿Qué alternativas tienen en este instante? ¿Qué pueden hacer?**

**(UN LARGO SILENCIO)**

**Justo en el momento en que el gato se dispone a lanzarse sobre ustedes, su cuerpo y el de ustedes empiezan a temblar. Sienten que se transforman de nuevo. Esta vez crecen. El gato parece hacerse más pequeño y cambia de forma. Ahora tiene la misma estatura que ustedes... y ahora es más pequeñito.**

**(...)**

**El gato se transforma en ratón y ustedes se convierten en gato. ¿Cómo se sienten ahora que son más grandes? Y ahora que no están acorralados ¿qué les parece el ratón?, ¿saben lo que siente el ratón?, y ustedes ¿qué sienten ahora? Decidan lo que van a hacer y háganlo.**

**(UN LARGO SILENCIO)**

**¿Cómo se sienten ahora?**

**(...)**

**Todo vuelve a empezar. La metamorfosis. De ser gatos, vuelven a ser ustedes. Crecen más y más.**

**Ya casi han recuperado su estatura. Salen de la casa abandonada y vuelven a esta sala.**

**Abren los ojos y miran a su alrededor.**

REC

Recuerda: puedes grabarlo para darle un mayor impacto



Terminada la lectura, invitamos al grupo a “sintonizarse” con sus propias emociones y sentimientos. Hacemos la analogía de la “sintonización” como encontrar el punto exacto en el que participamos del ritmo de la música, los pulsos fuertes y débiles, la velocidad. Sintonizarse con una vibración es entrar a vibrar en la misma frecuencia, sentirse en ella, y les damos unos minutos para recordar sus vivencias durante el ejercicio y sentirse otra vez en ellas.

A continuación, repartimos dos hojas con la silueta humana a cada participante (ver material adjunto) y les pedimos poner títulos; en una pondrán: “Cuando era ratón”, y en la otra: “Cuando era gato”. Con crayolas o lápices





de color amarillo y azul, cada niña y niño coloreará en las siluetas, utilizando amarillo para mostrar las zonas de su cuerpo donde mayores sensaciones percibió y azul para las zonas donde no percibió que se le activaran sensaciones cuando vivenciaba los personajes. En cada imagen ponen los nombres de todas las emociones que identificaron, según las intensidades que percibieron, por ejemplo: sorpresa, leve disgusto, ansiedad, entre otros, tratando de alcanzar la mayor precisión posible según fue cambiando el relato. Cuando terminan, se organizan en pequeños grupos para compartir sus imágenes y la lista de emociones descritas según su intensidad.



En el grupo utilizan la siguiente simbología (tomado de Bravo y Martínez, 2003d) para avanzar en la reflexión: una cachucha para representar pensamientos, una camiseta para representar el sentir, y unos guantes y botas para representar el hacer/actuar.

Organizan de menor a mayor intensidad sus elaboraciones y señalan el momento del cambio hacia el otro personaje, consignando sus sensaciones/emociones, pensamientos, y acciones.

Para presentar en la plenaria, por grupos, deben representar como estatuas, gestual y facialmente (con sus cuerpos y rostros), la secuencia de intensidades que vivieron en los dos roles, de gato y de ratón. A cada estatua le colocan el sombrero que hayan preparado, donde habrán escrito los pensamientos que tenían; también la camiseta, donde colorean en amarillo y azul las zonas donde más sintieron y menos sintieron sensaciones durante el ejercicio del gato y el ratón; y en los guantes y botas escriben lo que hicieron y para dónde fueron. Sugerimos tomar fotos de las representaciones para tenerlas como evidencia del trabajo y posibles usos posteriores.

En plenaria, presentan sus trabajos grupales, y pedimos que desde cada grupo hagan una valoración conjunta de la representación gestual de las emociones, proyectándonos al fortalecimiento de nuestras capacidades de expresión.

Propiciamos una reflexión a partir de las siguientes preguntas y otras que puedan complementarlas para explorar:



- ❁ ¿Qué sintieron-pensaron-hicieron durante el desarrollo del ejercicio cuando estaban en el lugar del ratón?
- ❁ ¿Qué sintieron-pensaron-hicieron al convertirse en gatos?
- ❁ ¿Qué descubren en esta doble experiencia?
- ❁ ¿Para qué puede ser útil sentir-pensar-actuar (ponerse en el lugar de) otra persona, animal, planta u objeto?
- ❁ ¿Qué podría haber sentido-pensado-hecho nuestro personaje Nicolás en este ejercicio del gato y el ratón?

Pedimos que traten de pensar en alguien que no les gusta en su vida cotidiana y traten de ponerse en su lugar:

- ❁ ¿Qué puede sentir-pensar-hacer esa persona en relación con nosotras y nosotros al darse cuenta que nos desagrada?
- ❁ ¿Cómo sería nuestra vida si fuéramos nosotras o nosotros quienes resultamos marginadas o marginados, o discriminadas o discriminados porque no somos del agrado de las demás personas por cualquier motivo?
- ❁ ¿Qué acciones podemos tomar cuando, a partir de la experiencia empática con alguien, identificamos qué necesita esa otra persona?

Complementamos los aportes de los grupos con la siguiente información:

- ❁ Los seres humanos somos seres sociales y en general buscamos estar en compañía.
- ❁ Para poder convivir hemos desarrollado distintas formas de entendernos, comunicarnos, satisfacer nuestras necesidades y desarrollar propósitos comunes, lo que nos ubica en relaciones complejas y de interdependencia.
- ❁ Una emoción que nos ayuda a entendernos y apoyarnos mutuamente es la empatía, que es la capacidad de ponerse en el lugar de otros seres, en su integralidad y percibir cómo son las cosas desde ese otro lugar, aunque no compartamos su perspectiva.
- ❁ La empatía nos ayuda a conovernos (movernos con) la situación ajena, y es importante aprender a “leer” las manifestaciones de las demás personas para tener pistas sobre cómo orientar nuestras acciones de apoyo en relación con sus posibles necesidades de bienestar.
- ❁ Es relativamente sencillo desarrollar empatía con quienes amamos o nos gustan, pero es más difícil serlo con quienes son diferentes y sus diferencias nos desagradan o si tenemos prejuicios hacia ellas, y si además, culturalmente son motivo de marginación o exclusión de un grupo o sociedad.
- ❁ Todas las personas tenemos necesidad de ser aceptadas y los derechos humanos (convertidos en parte de nuestras leyes desde la Constitución Política (1991)) dicen también que no podemos ser discriminadas o discriminados por ningún motivo, y menos por aspectos como nuestro sexo, raza, color de piel, origen nacional



o familiar, lengua, religión, ideas políticas o filosóficas, costumbres, condición económica, física o mental (CP, 1991, art. 13). Los derechos se viven cotidianamente, todas las personas somos corresponsables de hacer que se cumplan.

- ❁ Muchas veces llegamos a entender las necesidades de apoyo de otra persona, pero no siempre actuamos porque sentimos que hacerlo implica gran esfuerzo y no queremos realizarlo. En este campo profundizaremos más adelante.



### Reconstrucción de saberes

Hacemos un ejercicio individual semejante al de ser gato y ser ratón para ponernos en el lugar de alguna persona que conocemos y quien vive alguna condición particular de diversidad o necesidad educativa especial. Si no conocemos a nadie, nos ubicamos en el lugar de Nicolás. Cerramos los ojos, nos concentramos e imaginamos que estamos en su compañía y progresivamente pasamos a ser esta persona. A partir de allí hacemos consciencia de sus características corporales y de sus circunstancias de vida. Hacemos recorridos imaginarios por el colegio, por el barrio y otros lugares que habita, sintiendo, pensando y haciendo cosas cotidianas desde su condición particular. Progresivamente, volvemos al espacio donde estamos realizando el taller y recuperamos nuestra propia identidad. Abrimos los ojos en el momento en que consideremos oportuno hacerlo.

A continuación, preparamos una narración (escrita, gráfica, oral u otra) personal que dé cuenta de la experiencia que acabamos de vivir, expresando al final nuestra conclusión sobre aquello a lo que nos sentimos invitadas e invitados a hacer. Luego de un tiempo prudencial, invitamos a que voluntariamente compartan sus narraciones.



### Cierre

Organizamos pequeños grupos y les pedimos revisar los aprendizajes más importantes de hoy sobre este tema de la empatía.



Como despedida, nos ponemos en círculo junto con nuestro personaje Nicolás, nos damos un abrazo colectivo en espiral y pronunciamos en voz alta el lema que hemos creado.

A la salida de la sesión, colocamos en nuestra lista de asistencia qué tan satisfechas y satisfechos estuvimos con lo que hicimos, marcando en el casillero que nos corresponda el emoticón que lo representa.



### ***Ejercicios prácticos de ciudadanía entre taller y taller***

Nuestro personaje acompañante Nicolás, nos encarga hacer algunos ejercicios de ponernos en el lugar de otras personas y otros seres, animados e inanimados: un perro, nuestra mamá o papá, un árbol, una banca de un parque, y hacer una experiencia de sentir-pensar-actuar desde ahí. ¿Cómo se ve el mundo desde ese lugar, las cosas que suceden a su alrededor y sobre sí? ¿Cómo se sienten con el trato que les dan? Preparan en su cuaderno de notas un relato corto que puede plasmarse de maneras distintas, acerca de la experiencia, para compartir en la siguiente sesión.

De igual manera, Nicolás nos recuerda escribir en nuestro cuaderno de notas las palabras que más nos impactaron o que no nos quedaron claras para averiguar sobre ellas en diccionarios, en internet o con otras personas que podrían saber su significado y explicárnoslos. Asimismo, registramos las respuestas que encontramos.





EDUCACIÓN PARA LA CIUDADANÍA Y LA CONVIVENCIA







La Educación para la Ciudadanía y la Convivencia representa para la Secretaría de Educación del Distrito una apuesta central de la calidad de la educación en la ciudad, por ello, y con la intención de garantizar su integración curricular a través de todos los ciclos educativos incluido el de primera infancia, y facilitar nuevas prácticas y aprendizajes de ciudadanía y convivencia en el sector educativo distrital, la Secretaría de Educación de Bogotá en alianza con Fe y Alegría de Colombia ponen en escena una colección de módulos cuyo eje de acción es el fortalecimiento y desarrollo de las capacidades ciudadanas esenciales como un conjunto de conocimientos, actitudes, habilidades, motivaciones y prácticas que desarrollan el potencial para conocerme, conocer mi contexto, imaginarme su transformación y actuar con otros para transformarlo.

Con estos módulos, se traza una ruta de aprendizajes que nos invitan a la construcción de una ciudadanía justa y con equidad y ayudan a ganar consciencia en la acción constructora de nuestra individualidad y de nuestro ser social, a convertirnos progresivamente en ciudadanos y ciudadanas que emprenden y transforman sus propias maneras de ser, inciden directamente en el medio en que se desenvuelven, y se proyectan a la transformación de los circuitos más amplios de su sociedad y del mundo, que también influyen en sus condiciones de vida.

## Ciclo Tres

(Quinto, Sexto y Séptimo):

Protagonistas de la realidad, dirigimos la historia

Secretaría de Educación del Distrito

Dirección: Av. Eldorado No. 66 – 63 Teléfono: 3241000 Página web: <http://www.sedbogota.edu.co/>



**Fe y Alegría**  
*Colombia*

Movimiento de Educación Popular Integral y Promoción Social





# Educación

para la ciudadanía y la convivencia

## Herramientas Ciclo Tres



BOGOTÁ  
HUMANA