





# Capacidades y competencias para la vida

## Empatía

Una propuesta de formación humana  
para enfrentar los retos de la vida

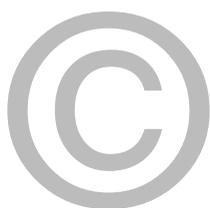


## **FE Y ALEGRÍA COLOMBIA**

**Víctor Murillo Urraca**  
Director Nacional

**Jaime Benjumea Pamplona**  
Coordinador General del Proyecto

**Amanda J. Bravo H.**  
**Claudia Marcela Vega G.**  
Autoras



**María Fernanda Vinuesa**  
Diseño gráfico

**Corcas Editores S.A.S.**  
Impresión

### **Módulo de Empatía**

Fe y Alegría autoriza la reproducción parcial de los textos que aquí se publican con fines pedagógicos, trabajo social o comunitario, siempre y cuando reconozcan créditos a Fe y Alegría sobre los mismos. La reproducción comercial con ánimo de lucro está prohibida parcial y totalmente, de conformidad con las normas legales vigentes.

### **© Fe y Alegría Colombia**

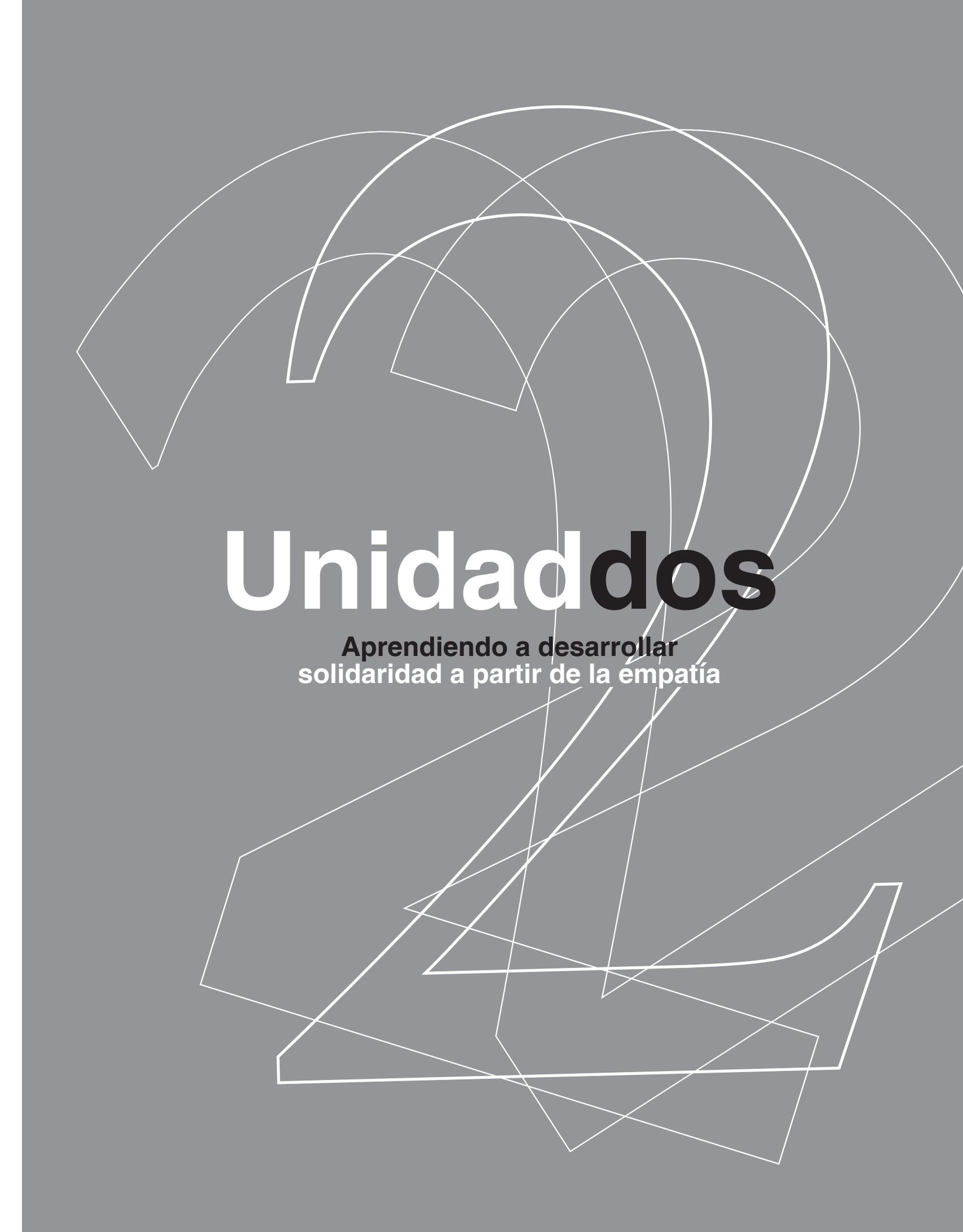
Carrera 5 No. 34-39, Bogotá D.C.  
Teléfono 3209360  
Página web: [www.feyalegria.org.co](http://www.feyalegria.org.co)  
E-mail: [dirnal@feyalegria.org.co](mailto:dirnal@feyalegria.org.co)

Primera edición  
Impreso en Bogotá, Colombia. Noviembre 2015.

# Contenido

PRESENTACIÓN .....	6
GUÍA METODOLÓGICA .....	11
NUESTRO PUNTO DE PARTIDA .....	19
1. ¿Qué sabemos y cómo lo aplicamos? .....	19
2. ¿Cómo estamos? .....	20
3. Autodiagnóstico de entrada .....	20
UNIDAD 1. APRENDIENDO A PONERME EN EL LUGAR DE LAS OTRAS PERSONAS .....	25
Taller 1. Encuentros empáticos .....	28
Taller 2. Ampliando nuestros círculos del cuidado .....	34
Taller 3. Al lado de las otras personas.....	40
UNIDAD 2. APRENDIENDO A DESARROLLAR SOLIDARIDAD A PARTIR DE LA EMPATÍA .....	45
Taller 1. Las gafas de la empatía. Sesión 1 .....	48
Taller 2. Las gafas de la empatía. Sesión 2 .....	54
Taller 3. Somos “guarda - vidas”.....	58
AUTODIAGNÓSTICO DE SALIDA .....	62
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	65

Contenido



# Unidad **dos**

**Aprendiendo a desarrollar  
solidaridad a partir de la empatía**

# LAS GAFAS DE LA EMPATÍA. SESIÓN 2

*Las gafas de la empatía. Sesión 2*



## Taller 2: las gafas de la empatía

### Sesión 2:

#### Objetivo del taller

-  Niñas y niños amplían su sensibilidad frente a las emociones, sentimientos, pensamientos, acciones y deseos de sus pares de edad y se comprometen a apoyarles en situaciones de dificultad.

#### Recursos de apoyo

-  Gafas de la empatía
-  Cuaderno

#### Evidencias de participación en el proceso de aprendizaje

-  Apuntes sobre el taller en el cuaderno

#### Actividad inicial

-  Hacemos nuestro círculo del cuidado, conversamos sobre las reflexiones que hemos registrado en nuestro cuaderno acerca de mirar y sentir el mundo con las gafas de nuestras compañeras y compañeros. Identificamos los principales aprendizajes que nos deja esta experiencia.

#### Actividad central

-  Nos organizamos por parejas y entregamos a cada quien sus respectivas gafas, agradeciendo el intercambio.
-  Seguidamente cada niña y cada niño se coloca sus propias gafas de la empatía y se prepara para escuchar la historia de “Estela, grita muy fuerte”.

## Empatía

*Es un cuento bellissimo y valiente. Una historia conmovedora donde Estela, una niña tímida y amorosa, transforma su carácter a partir de un truco que le ha enseñado Conchita, su maestra: "Cuando alguien quiera hacerte daño, ¡Estela, grita muy fuerte!". Gracias a este fantástico consejo, Estela obtiene la valentía para afrontar a su tío Anselmo, quien últimamente le hace cosas que a ella no le gustan nada.*

*Reseña recuperada el 26 de marzo de 2015 de:  
<http://www.educadoressinfronteras.mx/centro-info-publicaciones/publi-estela.pdf>*

### Actividad de cierre



Conversamos sobre el cuento haciendo énfasis en nuestra posible identificación con los sentimientos y la actitud de la protagonista de esta historia para resolver su dificultad.

### Actividad de refuerzo



En mi casa y barrio, voy experimentando mis gafas de la empatía y en mi cuaderno registro las posibles situaciones de dolor y sufrimiento de estas personas. Tomo nota de lo que he hecho y aquello que puedo hacer para ubicarme en su situación e idear acciones solidarias que sean posibles soluciones a estos problemas.