



Nombre de alumno: María José López Guillén

Nombre del profesor: María Verónica Román Campos

Nombre del trabajo: Actividad 4

Materia: Estrategias de enseñanza y aprendizaje

Grado: Quinto cuatrimestre

Grupo: "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 30 de Marzo de 2025



FICHA DE DESARROLLO DEL TALLER

TEMA DEL TALLER: Autoestima y empatía

NOMBRE DEL TALLER: Conecta con tu corazón.

FACILITADORES: Kassandra Natividad Ballinas Culebro, Dulce Mariana Escobedo Gonzales, Diana Lizeth Francisco Salazar, Dulce María Guillen Mora y María José López Guillen.

PUBLICO OBJETIVO: Estudiantes de 18 a 21 años.

FECHA: 3 de abril del 2025

DURACION: Una hora y cuarenta minutos.

LUGAR O MODALIDAD: Presencial, en la universidad del sureste.

OBJETIVO DEL TALLER:

Objetivo general: Desarrollar habilidades para mejorar la autoestima y habilidades para comprender y compartir los sentimientos de los demás.

Objetivos específicos: Que los participantes comprendan las definiciones básicas de los temas a abordar (autoestima y empatía), que desarrollen habilidades para mejorar la autoestima y que comprendan la importancia de tener empatía con los demás.

METODOLOGIA PROPUESTA:

Implementar los 4 tipos de aprendizaje: Auditivo (explicación básica), visual (diapositivas y videos creativos), lectura/escritura (escribir las cosas que más le gustan de sí mismo) y kinestésico (actividades y dinámicas)

ESTRUCTURA DEL CONTENIDO:

Pedirles que se pongan en circulo para realizar una actividad que toca el tema de la empatía, se colocaran gelatinas, junto con una botella de agua en diferentes lugares y los participantes tienen que encontrarlas. Si alguno no la encuentra, algún compañero podría ayudarle y ahí es en donde tocamos la empatía.

Comenzar preguntando al azar, ¿que entienden por autoestima?

- Primera diapositiva con la definición
- ¿Qué entienden por empatía?
- Segunda diapositiva con la definición
- ¿Cómo creen que se relacionan ambos temas?
- Tercera diapositiva y su definición

Clip de un podcast sobre la autoestima

Actividad: Repartir 1 hoja y pedirles a los participantes que escriban cualidades propias. (colocar su nombre en la hoja)

Diapositiva: Invitando a los participantes a reflexionar porque a algunas personas les cuesta reconocer sus propias cualidades.

Actividad 2: Pedirles que se rolen la hoja y cada compañero escriba una cualidad del dueño de la hoja. (Pedirles a todos que lean lo que les escribieron)

Diapositiva: Ventajas de tener una buena autoestima y tener empatía.

Descanso de 3 minutos.

Actividad 3: Caja de secretos, se les proporcionará una hoja en donde escribirán un defecto propio.

Podcast de 3 minutos sobre la empatía.

Diapositiva: Factores que causan una baja autoestima.

Diapositiva: Estrategias para tener una buena autoestima.

Diapositiva: Sobre la empatía y relaciones saludables.

Diapositiva: Con preguntas evaluativas

¿Cómo se ve una persona con alta autoestima?

Características de una persona empática.

Como creen que la empatía se ve reflejada en la sociedad.

Menciona 3 factores que causan una baja autoestima.

Menciona 2 estrategias para desarrollar la empatía.

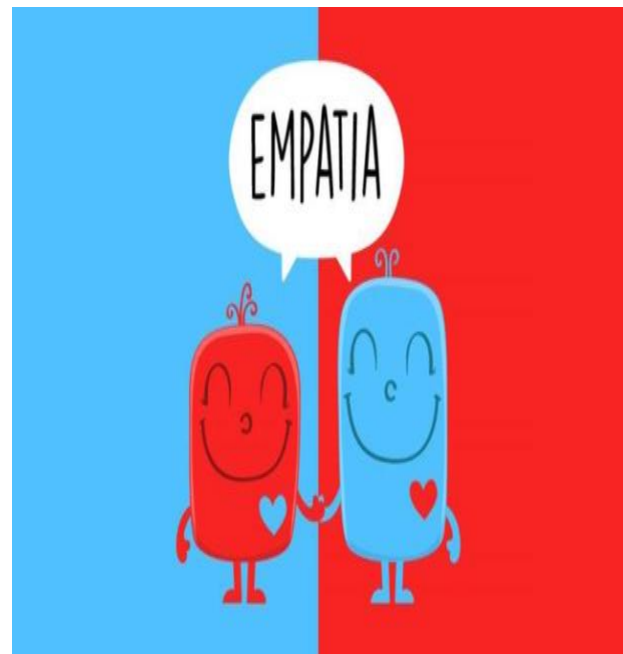
SKETCH: Simular una situación de una persona con baja autoestima, una persona que sea empática con el sentir de la persona con baja autoestima y una tercera persona que le haga un comentario sobre su manera de vestir)

Diapositiva: Reflexión sobre el sketch, invitar a los participantes a que vean la importancia de tener una buena autoestima y que comprendan la importancia de la empatía en la vida diaria.

Agradecer por la atención prestada al taller y esperar que los objetivos se hayan alcanzado.



REFLEXION:



REFLEXION:

En mi caso con mi equipo nos dimos cuenta que en algunas dinámicas tuvimos que dar mas tiempo del que teníamos planeado y eso nos afecto cuando mi compañera Diana paso a exponer y tuvimos que recortar el tiempo que ella tenía planeado, para la presentación final ya tenemos que fluir de una mejor manera, ya que ya tenemos una idea de que el tiempo si nos da bien solo nos falta ajustar el tiempo en algunas dinámicas, fluir de mejor manera al explicar el tema ya que en el simulacro realizado nos ganaron un poco los nervios al hablar, tener una buena modulación de la voz e intervenir si algún participante presenta alguna incomodidad al tocar un tema sensible en las dinámicas, al igual que no volver a exponer al compañero que presente la incomodidad y tocar los temas con mucho cuidado y empatía principalmente. Son las únicas cosas que modificaremos para que al final el taller impartido salga de una buena manera y tenga un impacto significativo y de manera positiva, al igual que sea entendible para todos los participantes.