



Nombre de alumno: María José López Guillén

Nombre del profesor: María Verónica Román Campos

Nombre del trabajo: Actividad 3

Materia: Estrategias de enseñanza y aprendizaje

Grado: Quinto cuatrimestre

Grupo: "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 09 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 mas le gustan de sí mismo) y kinestésico (actividades y dinámicas)

ESTRUCTURA DEL CONTENIDO:

Pedirles que se pongan en círculo 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 ayudarlo 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.

