Cofinanciado por la Unión Europea

Proyecto Erasmus+ LeaFaP

ACTIVIDADES para establecer CPA y facilitar la indagación y la reflexión

DIMENSIÓN RELACIONAL

Ponte en mis zapatos: Mapeando emociones para desarrollar la empatía

LeaFaP

Leading and Facilitating Professional Learning Communities in Schools towards an Inquiry-based and Reflective Practice
KA220-SCH - Cooperation partnerships in school education

unibz · Aristotle University of Thessaloniki · Desarrollo Educativo y Formación Profesional CEP Marbella - Coín · Desarrollo Educativo y Formación Profesional CEP Málaga · European University Cyprus · SOSCIEATH · Universidad de Málaga · NTNU Norwegian University of Science and Technology · Pädagogische Hochschule Weingarten University of Education · PH Vorarlberg

Dimensión relacional

1. Título de la actividad	Explorando la empatía a través del mapeo emocional: Construyendo la actitud de los participantes de la CPA con respecto a la empatía
2. Duración	75 minutos (aprox.)
3. Experiencia previa en la CPA	Algunos de los participantes han estado en una CPA antes y otros no tienen experiencia previa con una CPA. Los participantes se encuentran al comienzo de la etapa de establecimiento de la CPA.
4. Objetivos de la actividad	✓ Fomentar la comprensión de las perspectivas de los demás dentro de las interacciones. ✓ Promover técnicas de visualización para profundizar la comprensión de las perspectivas emocionales de los demás. ✓ Apoyar el desarrollo de la conciencia reflexiva sobre la empatía como habilidad para el crecimiento profesional.
5. Descripción de la actividad	*Esta actividad guía a los participantes a través del análisis del viaje emocional de un personaje en videoclips seleccionados. Utiliza indicaciones estructuradas, mapeo visual y discusiones reflexivas para desarrollar habilidades de empatía relevantes para fomentar relaciones positivas y de confianza dentro de las Comunidades Profesionales de Aprendizaje (CPA).* Introducción: El facilitador (F) introduce el concepto de empatía (enfatizando la empatía como una comprensión activa y compartida de la perspectiva de otra persona) y su relevancia para construir relaciones de confianza dentro de las CPA. F explica que los participantes explorarán la empatía mediante el análisis de los viajes emocionales de los personajes a través de videoclips, examinando los sentimientos, pensamientos y acciones de los personajes. Calentamiento: Interpretación de emociones sutiles (5–7 minutos) • Muestra una foto, un gif corto o un clip de vídeo silencioso que muestre una emoción sutil (por ejemplo, incomodidad, emoción silenciosa). • Preguntar: ○ "¿Qué emoción podría estar sintiendo esta persona?" ○ —¿Qué pistas notas en su rostro, cuerpo o entorno? • Facilite una breve discusión para resaltar los matices emocionales y la variación cultural en la expresión emocional. • Fase 1 – Observación en video: F Selecciona cuatro clips de vídeo del *Apéndice 1: Clips de vídeo sugeridos* (incluye una lista de clips de vídeo con descripciones) y proporciona instrucciones: "Mira los clips, enfócate en la experiencia de un solo personaje. Presta mucha atención a las señales verbales y no verbales que revelan las emociones de un personaje. ▪ Los participantes ven los clips, centrándose en la experiencia de un solo personaje. • Fase 2 – Mapeo Emocional: F dsistribste la *Hoja de Indicaciones de Mapeo Emocional* (Apéndice 2- Incluye una hoja de indicaciones estructurada para que los participantes anoten sus observaciones durante la fase de reflexión) para guiar la reflexión individual. F proporciona las instrucciones:

La empatía es la capacidad de comprender las experiencias y emociones de otra persona sin juzgar. Es como ponerse en los zapatos de otra persona, ver las cosas desde su perspectiva. (Eisenberg y Strayer, 1990; Clark, 2010; Coplan y Goldie, 2011).

La empatía es esencial para los PLC porque promueve la confianza, la inclusión y la colaboración significativa. Al valorar y comprender las perspectivas de los demás, los miembros de PLC pueden trabajar juntos de manera más efectiva para crear un entorno que apoye el crecimiento profesional, los objetivos compartidos y la mejora de los resultados.

Responda individualmente las siguientes indicaciones individualmente para identificar la perspectiva de un personaje *sobre: Hoja de indicaciones de mapeo emocional -(Apéndice 2:* Proporciona indicaciones estructuradas para anotar observaciones). F Proporciona un ejemplo completo para mayor claridad.

- ¿Cuál es el sentimiento del personaje? (Observe las señales emocionales y el lenguaje corporal).
- ¿Qué es lo que escucha el personaje? (Identifique los sonidos o diálogos que influyen en el estado de ánimo).
- ¿Qué dice el personaje? (Registre frases o expresiones notables).
- ¿Qué está haciendo el personaje? (Describa acciones que reflejen emociones.

Cada participante responde a estas preguntas individualmente, identificando las señales verbales y no verbales que transmiten la perspectiva y la experiencia del personaje.

- Fase 3 – Mapeo visual:

F explica cómo representar visualmente el viaje emocional del personaje utilizando plantillas del Apéndice 2- (Proporciona plantillas detalladas para crear mapas visuales), lo que permite flexibilidad en el diseño según las preferencias de los participantes.

Instrucciones:

- Utilice uno de los siguientes formatos para trazar el viaje emocional:
  - Mapa mental: Centra la emoción principal y expándese a acciones, palabras e influencias relacionadas.
  - Diagrama de flujo: muestra la progresión de las emociones del personaje a lo largo del tiempo.
  - Diagrama con símbolos: Use formas o símbolos (por ejemplo, corazones para emociones, flechas para acciones) para representar el viaje.

Los participantes transfieren sus ideas a un formato visual (por ejemplo, mapa, diagrama o diagrama de flujo) para crear un "mapa" del viaje emocional del personaje, que incluye pensamientos, sentimientos y acciones clave que transmiten empatía

- F Proporcione ejemplos de representación visual y subraye que los participantes podrían utilizar formatos digitales o dibujados a mano.

- Fase 4 – Discusión de la díada:

F empareja a los participantes en una discusión de díada para intercambiar mapas visuales y puntos de vista utilizando *el Apéndice 4: Preguntas de discusión en parejas* (incluye indicaciones para guiar intercambios significativos).

Instrucciones:

- Comparta su mapa visual con su compañero y discutan:

- ¿Qué similitudes o diferencias notaste en tus observaciones en comparación con las de tu pareja?
- ¿Cómo influyeron las emociones del personaje en sus acciones?
- ¿Sentiste empatía hacia el personaje? ¿Por qué?
- ¿Qué nuevas percepciones aportaron las observaciones de tu compañero sobre la experiencia del personaje?

	Cada participante también lee una reflexión de su pareja, anotando cualquier nueva percepción obtenida de la interpretación de su pareja. • Fase 5 – Discusión de todo el grupo: F invita a los participantes a compartir las principales conclusiones de sus reflexiones individuales y en parejas, destacando el valor de la empatía. Principales preguntas de reflexión: • ¿Qué nueva perspectiva te dio tu pareja? • ¿Qué te sorprendió de este proceso? • ¿Cómo te ayuda esto a entender la empatía en tu papel como docente o profesional? • ¿Qué nuevos conocimientos obtuviste sobre la empatía a través de esta actividad? • ¿Qué podemos sacar de este ejercicio de comprensión y aplicación de la empatía en nuestras interacciones diarias? • ¿Qué pasos prácticos puedes tomar para aplicar las habilidades de empatía en tus interacciones diarias? • ¿Cómo puede el mapeo de empatía convertirse en una herramienta para el crecimiento profesional y personal? • ¿Cómo pueden estos conocimientos informar sus interacciones dentro de los PLC? Cierre: F Pida a cada participante que comparta una forma en que pueden aplicar el mapeo de empatía en su futura práctica y resuma las reflexiones del grupo, haciendo hincapié en lo que el grupo ha desarrollado a partir de la actividad y la importancia relacional de la empatía en el trabajo colaborativo, resalte la importancia de aplicar estas habilidades para fomentar la comprensión y la colaboración.
6. Dimensiones de la CPA abordadas	Dimensión relacional: Promover la empatía, el respeto y la construcción de confianza entre los miembros de la CPA
7. Resultados de aprendizaje para las y los participantes	Conocimiento: o Estrategias de fomento de la confianza y la empatía y su importancia en entornos grupales. Habilidades: o Demostrar habilidades interpersonales, incluyendo empatía y respeto, a través de señales verbales y no verbales. o Responder adecuadamente a las señales emocionales comunicadas por los miembros del grupo. o Realizar actividades que fomenten el respeto y la apertura entre los miembros del PLC. o Crear y mantener un espacio seguro dentro de la comunidad. Actitudes: o Compromiso de fomentar relaciones positivas y de confianza.
8. Formato de actividad	Actividades individuales, en pareja, todo el grupo

9. Materiales y Recursos	Recurso 1: Preguntas de reflexión para el mapeo emocional Recurso 2: Formularios de apéndices Recurso 2: Papel cuadriculado, marcadores o herramientas digitales para el mapeo visual
10. Espacio y preparación	Organice la habitación en forma de U para apoyar tanto la díada como las discusiones grupales. Prepare los materiales para el mapeo y asegúrese de que el videoclip sea accesible.
11. Dimensiones de inclusión	F garantiza que se respeten todas las interpretaciones, y se anima a los participantes a escuchar con empatía y apreciar las diversas perspectivas. La actividad fomenta un entorno totalmente inclusivo en el que los participantes se sienten respetados, valorados y capacitados para contribuir, independientemente de sus habilidades empáticas, niveles de confianza o estilos de comunicación. 1. Participación equitativa: F garantiza que se escuchen todas las voces monitoreando las discusiones e invitando a participantes más tranquilos: *"Escuchemos a alguien que aún no ha hablado; Cada perspectiva contribuye a nuestra comprensión"*. 2. Adaptación a diversos niveles empáticos: F proporciona orientación para ayudar a los participantes a participar de manera significativa durante las fases de la actividad: ○ Para principiantes: *"Concéntrese en los gestos, el tono o las expresiones: los pequeños detalles a menudo revelan emociones"*. ○ Para participantes avanzados: *"¿Cómo podrían conectarse estas emociones con motivaciones tácitas?"* 3. Respetar los estilos de comunicación: Herramientas como las plantillas visuales y las hojas de mapeo permiten a los participantes expresar sus ideas de diversas maneras. F valida las contribuciones diciendo: *"Honremos todas las formas en que damos sentido al viaje del personaje: palabras, imágenes o símbolos"*. 4. Espacio seguro y reflexivo: F modela un lenguaje abierto y sin prejuicios y aborda las interrupciones de manera neutral: *"Esa es una perspectiva interesante; Vamos a escuchar cómo llegaste a esa observación.* *"Permitamos que [nombre del participante] termine antes de responder"*. 5. Valorando la diversidad: F resume de manera inclusiva para resaltar diversas perspectivas: *"Algunos de nosotros notamos el lenguaje corporal, otros el tono o las acciones, esto muestra cómo la empatía tiene múltiples capas"*.
12. Promoción de valores y prácticas democráticas	La actividad promueve activamente valores democráticos como la equidad, el diálogo abierto, la colaboración y la toma de decisiones compartidas, fomentando un entorno respetuoso y participativo. 1. Equidad y participación: F equilibra las contribuciones invitando a voces más tranquilas: *"Hagamos una pausa y escuchemos las reflexiones de aquellos que aún no han hablado, cada perspectiva importa"*. 2. Diálogo abierto e intercambio respetuoso: F fomenta la exploración sobre el debate y aborda los desacuerdos de manera constructiva: *"No estamos juzgando quién tiene razón o no; Exploremos ambos puntos de vista para enriquecer nuestra comprensión"*. 3. Reflexión colectiva: F facilita la creación de significados compartidos al resumir de manera inclusiva: *"Al compartir nuestras observaciones, hemos visto cómo la empatía se puede entender de múltiples maneras"*. 4. Transparencia y mejora continua: La retroalimentación constructiva se intercambia sin críticas:

	"¿Qué nuevas percepciones te aportó la reflexión de tu pareja?" F destaca la responsabilidad compartida: *"Al escuchar todas las perspectivas, hemos construido un entendimiento colectivo: reflexionemos sobre cómo aplicamos esto a diario".* 5. Resolución pacífica de conflictos: F modela el lenguaje neutral para fomentar el aprendizaje de las diferencias: *"Está bien ver las cosas de manera diferente; ¿Qué podemos aprender explorando ambas perspectivas juntas?"*
13. Adaptación para las CPA digitales	Los clips de video y los mapas visuales se pueden compartir digitalmente; Las salas de reuniones facilitan las discusiones sobre las díadas, y herramientas como Padlet o los mapas mentales digitales permiten el mapeo colaborativo.
14. Referencias y fuentes sugeridas	Barrett, L. F., & Russell, J. A. (2015). *Understanding Empathy and Its Role in Education*. https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1373293.pdf Costantini, G. (2019). Empathy in education: the successful teacher. In *Empathy: Emotional, ethical and epistemological narratives* (pp. 73-81). Brill https://brill.com/display/book/edcoll/9789004398122/BP000006.xml Jalongo, M. R. (2014). Humane education and the development of empathy in early childhood: Definitions, rationale, and outcomes. *Teaching compassion: Humane education in early childhood*, 3-21. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-94-007-6922-9_1 McGowan, K., Christenson, L. A., & Muccio, L. (2021). Collaborative professional learning: An exploration of empathy in early childhood teacher education. *Journal of Research in Childhood Education*, *35*(1), 111-121. https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02568543.2020.1801537
15. Apéndice	Sí

APÉNDICE

Recurso 1. Lista de clips de video - Para uso de los facilitadores

Este formato categorizado admite una selección de clips reflexiva basada en la accesibilidad emocional, la profundidad y la complejidad cultural/contextual.

Tipo de emoción	Clip y escena	Enfoque Emocional
Emociones universales / fácilmente identificables	Spider-Man (2002) - Peter descubre que el tío Ben ha muerto	Culpa, dolor y responsabilidad
	Jurassic Park (1993) - Escena de ataque del T-Rex	Miedo, pánico e instintos de supervivencia
	Frozen (Disney) – Elsa canta *"Let It Go"*	Miedo a ser juzgado, liberación emocional, autoaceptación
	Wonder Woman (2017) – Diana cruza la tierra de nadie	Coraje, compasión y responsabilidad moral
Momentos de Transformación / Empoderamiento	Batman Begins (2005) Bruce Wayne se enfrenta a su miedo en la cueva	Vulnerabilidad, miedo, crecimiento personal
	Juego de Tronos (T1E10) Daenerys entra en el fuego con los huevos de dragón	Dolor, renacimiento, transformación en liderazgo
	X-Men (2000) - Rogue y Logan discuten sobre su mutación	Aislamiento, anhelo de conexión, miedo a uno mismo
Emociones sutiles / culturalmente dependientes	Friends (T5E14) - Phoebe intenta seducir a Chandler (*"The One Where Everybody Entere"*)	Humor, torpeza, incomodidad, falta de comunicación
	Enredados (Disney) – Rapunzel ve las linternas flotantes por primera vez	Asombro, alegría, conflicto interior, tensión emocional
	Joker (2019) - El colapso de Arthur en el metro	Alienación, caos interno, represión emocional, presión social
No verbal / sin clips de diálogo (para calentar o practicar matices emocionales)	Corto de Pixar: *Piper* (2016)	Valentía, curiosidad, crecimiento, dinámica padre-hijo
	Corto de Pixar: *La Luna* (2011)	Roles generacionales, asombro, identidad
	Cortometraje de Pixar: *El presente* (2014) de Jacob Frey	Sorpresa, aceptación, empatía, transformación
	Inside Out (Disney) – Escena de memoria silenciosa (por ejemplo, Bing Bong que consuela a la tristeza)	Nostalgia, compasión, apoyo emocional

Recurso 2: Hoja de Indicaciones de Mapeo Emocional

Instrucciones:

1. Después de ver el videoclip, tómate un momento para reflexionar sobre la experiencia del personaje.
2. Utilice las siguientes indicaciones para guiar su reflexión y documentar sus observaciones.

Pronto	Notas para el participante
¿Cuál es el sentimiento del personaje?	Observa y anota las señales emocionales, el lenguaje corporal, etc.
¿Qué es lo que escucha el personaje?	Identifica palabras o sonidos que afectan el estado de ánimo del personaje.
¿Qué dice el personaje?	Registra las frases o expresiones que usa el personaje.
¿Qué está haciendo el personaje?	Describe acciones que reflejen las emociones del personaje.

Recurso 3: Plantilla de mapeo visual

1. Elija una de las siguientes plantillas que mejor se adapte a su estilo de análisis.

2. Transfiera la información de su *Hoja de Sugerencias de Mapeo Emocional* al formato visual.

- Mapa mental: Coloque la emoción principal (por ejemplo, tristeza, alegría, miedo) en el centro y use ramas para conectar pensamientos, acciones, palabras e influencias ambientales relacionadas.

- Diagrama de flujo: muestra la progresión de las emociones del personaje, detallando los momentos clave que afectan su experiencia. Usa flechas para mostrar las transiciones entre sentimientos y momentos clave.

- Diagrama con símbolos: Use formas o símbolos (por ejemplo, corazones para las emociones, flechas para las acciones) para ilustrar el viaje emocional.

Recurso 4: Preguntas de reflexión para la díada y la discusión en grupo

1. Empareja con otro participante e intercambia tus mapas visuales.

2. Utilice las siguientes preguntas para guiar su análisis.

- ¿Qué similitudes o diferencias notaste en tus observaciones en comparación con las de tu pareja?

- ¿Cómo influyeron las emociones del personaje en sus acciones?

- ¿Sentiste empatía hacia el personaje? ¿Por qué?

- ¿Qué nuevas percepciones aportaron las observaciones de tu compañero sobre la experiencia del personaje?

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Co-funded by the European Union

Erasmus+
Enriching lives, opening minds.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.