

## Actividades de Aprendizaje - Lección 1

### Actividad 1:

#### "Círculo de historias" en comunicación con enfoque de empatía

**Objetivo:** Fomentar la empatía y la comprensión mutua entre los participantes a través de la narración de experiencias personales en un entorno en línea.

##### 1- Preparación:

Explique el propósito de la actividad: compartir historias personales para promover la empatía y fortalecer la conexión entre los participantes.

##### 2- Tema Central:

Establezca un tema central que fomente la reflexión y la conexión emocional, como "Momentos que Cambiaron mi Perspectiva" o "Desafíos Superados en la Comunicación en Línea".

##### 3- Instrucciones:

Invite a cada participante a compartir una breve historia relacionada con el tema central. Pueden hablar de experiencias personales, desafíos superados o lecciones aprendidas en entornos digitales.

##### 4- Formato de la Historia:

Cada historia debe ser estructurada de manera que incluya un contexto, desarrollo y conclusión. Anime a los participantes a ser honestos y reflexivos en sus narrativas.

#### 5- Escucha Activa:

Después de cada historia, permite un breve espacio para que los demás participantes compartan sus pensamientos, reacciones o experiencias similares. Fomente la escucha activa y respetuosa.

#### 6- Preguntas Reflexivas:

Después de cada historia, plantee preguntas reflexivas que estimulan la empatía, como "¿Cómo te sentirías en esa situación?" o "¿Qué aprendizajes podemos extraer de esta experiencia?".

#### 7- Rotación:

Continúe el círculo de historias hasta que todos los participantes hayan compartido. Anime a la participación activa y alentadora de los demás durante cada narración.

#### 8- Cierre:

Concluya la actividad destacando los puntos clave y reflexiones compartidas. Anime a los participantes a llevar consigo la empatía y el entendimiento mutuo en sus interacciones futuras en línea.

**Beneficios:** Esta actividad no solo promueve la empatía, sino que también crea un ambiente de confianza y comprensión en entornos en línea. Los participantes aprenderán a apreciar las experiencias y perspectivas de los demás, fortaleciendo la conexión y la comunicación efectiva.



## Actividad 2:

### Foro

Se recomienda leer con detenimiento las siguientes preguntas y luego de ello, realizar sus aportes en cada una de las preguntas propuestas sobre la temática.

De esta manera, se incentiva a los beneficiarios a que participen en esta actividad, que permitirá retroalimentar sus conocimientos adquiridos durante esta lección.

En este espacio está orientado a conocer la apropiación de conocimiento visionando en la lección:

1. ¿Cómo has experimentado la comunicación inclusiva en línea en tu entorno digital? Comparte una situación específica que haya dejado una impresión positiva en ti y explora por qué crees que fue inclusiva y empática.
2. En la comunicación en línea, a menudo nos enfrentamos a desafíos y malentendidos. Reflexiona sobre una situación en la que la falta de empatía

o comprensión haya afectado negativamente la interacción. ¿Cómo podríamos abordar mejor estos desafíos y fomentar una comunicación más inclusiva?

3. Considerando la diversidad en los entornos digitales, ¿cómo crees que podríamos adaptar nuestra forma de comunicarnos para incluir y respetar las perspectivas de todos? Proporciona ejemplos concretos de prácticas que podrían mejorar la inclusión y la empatía en nuestras interacciones en línea.
4. La comunicación en línea puede carecer de ciertos elementos no verbales presentes en las interacciones cara a cara. ¿Cómo podemos compensar esta falta de expresión visual para transmitir empatía y comprensión a través de nuestras palabras y tono en entornos digitales? Comparte estrategias y ejemplos que consideres efectivos.