# FICHA TÉCNICA TALLERES ZOE

| | |
|---|---|
| **Fecha:** | 19 de febrero del 2026 |
| **Municipio** | Cordoba, Quindío |
| **Institución Educativa** | José María Cordoba |
| **Dirigido a:** | Estudiantes de la red operativa |
| **Tema:** | Sesión educativa: Empatía |
| **Objetivo:** | Fortalecer en los estudiantes la empatía como habilidad socioemocional, promoviendo el respeto, la escucha, la comprensión de emociones ajenas y la sana convivencia. |
| **Metodología:** | **1. Actividad rompe hielo: "Las bombas en cadena" (cooperación y cuidado)**<br><br>Se organizan dos filas de estudiantes, uno tras otro.<br><br>Se entrega una bomba al primer participante de cada fila, quien deberá pasarla al siguiente compañero realizando una secuencia de movimientos:<br><br>● Pasarla por encima hacia el final de la fila.<br><br>● Luego devolverla por el lado izquierdo.<br><br>● Finalizar pasándola por debajo.<br><br>**Regla clave**: Si la bomba se cae o se revienta, se reinicia la ronda con calma. Para lograrlo, cada participante se debe de adaptar al ritmo del otro, cuidar, esperar y colaborar.<br><br>**2. Actividad central: "Poniéndome en tus zapatos"**<br><br>Se organiza el grupo en círculo.<br><br>Cada estudiante se quita los zapatos y los deja en el centro.<br><br>Luego, cada participante escoge un par de zapatos que no sea el suyo |

| | |
|---|---|
| | y se pone esos zapatos.<br><br>Con los zapatos puestos, se guía una dinámica breve donde cada estudiante reflexiona e imagina:<br><br>• ¿Cómo podría sentirse la persona dueña de esos zapatos?<br><br>• ¿Qué dificultades podría estar viviendo?<br><br>• ¿Qué cosas buenas o duras podría cargar?<br><br>**2. Reflexión guiada**<br><br>Se realizan preguntas breves al grupo:<br><br>• ¿Qué sentiste al usar los zapatos de otra persona?<br><br>• ¿Fue fácil imaginar lo que vive el otro?<br><br>• ¿Qué aprendiste sobre juzgar sin saber?<br><br>• ¿Cómo se ve la empatía en el salón?<br><br>Al finalizar, se refuerza que la empatía no se trata de adivinar exactamente la vida del otro, sino de reconocer que cada persona vive realidades diferentes y que muchas veces no sabemos lo que alguien está enfrentando. Ponerse en los zapatos del otro es aprender a tratar con más respeto, paciencia y comprensión, entendiendo que detrás de cada actitud hay emociones, experiencias y necesidades. Cuando practicamos la empatía, mejoramos la convivencia y evitamos lastimar con palabras o acciones.<br><br>**3. Cierre: "Mural de la empatía"**<br><br>Se entrega a cada estudiante un papel tipo post-it.<br><br>En un espacio visible del aula se ubica un mural o cartelera con la pregunta guía: |

| | |
|---|---|
| | “¿Qué le dirías a una persona que está pasando un mal momento?”<br><br>Cada estudiante escribe un mensaje corto, respetuoso y empático (puede ser una frase de apoyo, una palabra de ánimo o un consejo sano). Luego, pasan uno a uno y lo pegan en el mural.<br><br>Al final, se leen algunos mensajes en voz alta (de forma voluntaria), reforzando la idea de que las palabras también pueden ser una forma de cuidado y que un mensaje empático puede marcar la diferencia en la vida de alguien.<br><br>**Mensaje clave del cierre**:<br><br>“La empatía se demuestra con acciones, pero también con palabras que acompañan y no juzgan.” |

| | |
|---|---|
| | **Propósito**<br><br>Promover una convivencia sana en el aula, fortaleciendo el respeto y la comprensión, entendiendo que cada persona tiene una historia y emociones que merecen ser validadas. |
| **Recursos:** | Bombas (globos), espacio amplio, sillas en círculo, guía de preguntas (opcional). Zapatos, Papel Post-it, lápices o lapiceros, cartelera. |
| **Responsable:** | Laura Valentina García – Daniela Izquierdo (Diadas Cordoba, Quindío) |




Colocándome en los zapatos
del otro!
una persona que está pasando por un mal momento?

hmf
Hospital Mental Filandia | Quindío

**Contrato Interadministrativo 018-2025, Gobernación del Quindío/Hospital Mental de Filandia.**
**Plan de Intervenciones Colectivas en Salud Mental**
**Registro de Asistencia**

**Actividad:** Sesión Educativa: Empatia (Colocandonos en los zapatos del otro - Red operativa I.E. José María Córdoba (Córdoba, Quindío) **Fecha:** 19/02/2026

| Nombres y Apellidos | Edad | Sexo (Masculino, Femenino, Otro) | Rol (Estudiante, padre, madre, docente) | Grado | Numero de Celular | Firma |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Naxly Sanchez | 13 | f | Estudiante | 7b | 3244085377 | Naxly S. |
| Holman David Serna | 12 | M | estudiante | 7B | 3108266969 | |
| Michel Dayana Arboleda | 12 | F | estudiante | 7B | 3211726625 | Michel D |
| Xiomara Guerrero | 12 | F | Estudiante | 7A | 3122888218 | Xiomara |
| Mailyd Lucumi | 12 | F | Estudiante | 6B | 3184588504 | Mailyd |
| Sofia Antonella Cadeño Ospino | 13 | F | Estudiante | 7C | 3113574313 | |
| Xiomara Osorio Diaz | 16 | f | estudiante | 9°B | 3013789037 | Xiomara O. |
| Xarol Dahiana Montealegre | 12 | F | estudiante | 6 = C | 3130759622 | Xarol |
| Emmanuis Yaibet Duque Marin | 15 | f | estudiante | 10°A | 3225935116 | Emmanuis G |
| HAROLD MOSQUERA | 15 | M | estudiante | 8°B | 301 219 6611 | STIVEN |
| Yamcel Orakid Trujillo | 11 | M | estudiante | 7°C | | |
| Brayner Jofiel Giraldo C. | 16 | M | Estudiante | 9°B | | |

hmf
Hospital Mental Filandia | Quindío

**Contrato Interadministrativo 018-2025, Gobernación del Quindío/Hospital Mental de Filandia.**
**Plan de Intervenciones Colectivas en Salud Mental**
**Registro de Asistencia**

**Actividad:** Sesión educativa: Empatía - Colocandome en los zapatos del otro- Red afectiva- Córdoba (Quindío) I.E. José María Córdoba

**Fecha:** 19/02/2026

| Nombres y Apellidos | Edad | Sexo (Masculino, Femenino, Otro) | Rol (Estudiante, padre, madre, docente) | Grado | Numero de Celular | Firma |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Jeronimo Andrey Idrobo H | 15 | M | estudiante | 9-A | 3205237514 | |
| Nicoll Valeria Salinas Ovalle | 15 | F | Estudiante | 10°A | 3009030870 | Valeria S. |
| Lenng Juliana Echeverry Sarasty | 15 | F | Estudiante | 10°A | 3107475044 | Juliana S. |
| Kevin Andrés Lopez Baron | 15 | M | Estudiante | 10°A | 3043744107 | Kevin Lopez |
| Santiago Garcia Cardona | 16 | M | Estudiante | 9-A | 3005475242 | |
| Sofia Ramirez Silva | 14 | F | Estudiante | 9-A | 3166802136 | Sofia RS |
| Tomas C. C. | 13 | M | estudiante | 9°A | 3168255339 | |
| Daniela Izquierdo García | 30 | F | T-Social | HMF | 3216228761 | Daniela I.G |
| Laura Valentina G | 24 | F | Psicologa | HMF | 3227013188 | |
| | 66 | F | Coordin | | 3017707192 | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Elaboro: Daniela Izquierdo García