FICHA TÉCNICA TALLERES ZOE

Fecha:	11 de febrero del 2026
Municipio	Pijao, Quindío- Vereda Barragan
Institución Educativa	Luis Granada Mejia
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)** Se organizan dos filas de estudiantes, uno tras otro. Se entrega una bomba al primer participante de cada fila, quien deberá pasarla al siguiente compañero realizando una secuencia de movimientos: ● Pasarla por encima hacia el final de la fila. ● Luego devolverla por el lado izquierdo. ● Finalizar pasándola por debajo. **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. **2. Actividad central: "Poniéndome en tus zapatos"** Se organiza el grupo en círculo. Cada estudiante se quita los zapatos y los deja en el centro. Luego, cada participante escoge un par de zapatos que no sea el suyo

	y se pone esos zapatos. Con los zapatos puestos, se guía una dinámica breve donde cada estudiante reflexiona e imagina: • ¿Cómo podría sentirse la persona dueña de esos zapatos? • ¿Qué dificultades podría estar viviendo? • ¿Qué cosas buenas o duras podría cargar? **2. Reflexión guiada** Se realizan preguntas breves al grupo: • ¿Qué sentiste al usar los zapatos de otra persona? • ¿Fue fácil imaginar lo que vive el otro? • ¿Qué aprendiste sobre juzgar sin saber? • ¿Cómo se ve la empatía en el salón? 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. **3. Cierre: "Mural de la empatía"** Se entrega a cada estudiante un papel tipo post-it. 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?” 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. 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. **Mensaje clave del cierre**: “La empatía se demuestra con acciones, pero también con palabras que acompañan y no juzgan.”

	Propósito 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 Pijao, Quindío – Vereda Barragan)




campo tenía que ser.
PIC 2026

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 red operativa IE Luis Granada nieto (Barragan) **Fecha:** 11/02/2026

Nombres y Apellidos	Edad	Sexo (Masculino, Femenino, Otro)	Rol (Estudiante, padre, madre, docente)	Grado	Numero de Celular	Firma
Yerson Stiven Arias	16	H	estudiante	11	310 5596666	Yerson Arias
Simón Ardila López	16	M	estudiante	11	322 5298237	
Jesorino Ardila Duque	16	M	estudiante	11	322 544 9966	
Miguel Angel tabares quino	13	M	estudiante	8.	3234177328	
Hugo Alejandro Garcia A.	16	M	Estudiante	11	305 4212665	HA
samuel perez ceballos	12	M	estudiante	7B	317 3241145	
Ailyn Gabriela Buitrago Aguilar	12	F	estudiante	7B	302 5151673	
Jhon Alexander Cano Duque	12	M	estudiante	7B	3105250710	
Luisa Fernanda Higuita S.	15	F	estudiante	9B	312 2757041	
Tania Liseth Carmona Giraldo	14	F	estudiante	9B	318 767 2847	Liseth
Mariana Osorio Soto	15	F	Estudiante	10B	3113910789	Mariana Osorio S.
Maria fernanda Marin	15	F	Estudiante	10B	3160648505	fernanda

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
Red operativa IE Luis Granada Mejia (Pijao- Barragan)

Fecha: 11/02/2026

Nombres y Apellidos	Edad	Sexo (Masculino, Femenino, Otro)	Rol (Estudiante, padre, madre, docente)	Grado	Numero de Celular	Firma
Jacobo Andres Llanos Londoño	15	M	Estudiante	10B	3233453575	
Isabella Pastrana Garcia	17	F	Estudiante	11A	3205825149	
Gabriela Gallego Castaño	17	F	Estudiante	11	3118726351	
laura valentina garcia g	25	F	PSICOLOGA	HMF	3222210 1388	
Daniela Izquierdo García	30	F	T.Social	# MF	3216228761	Daniela I.G.
[illegible]	61	M.	Coordinador	N.A	3206771165	

Elaboro: Daniela Izquierdo García