

EL FUTURO ES HUMANO

PLAN NACIONAL

Multimodal 2025

Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Respeto + Alegría + Aprendizaje

24



EL FUTURO ES HUMANO

Comunidad Nacional de Conocimiento en

Comunicación y Cuidado de la Voz

Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Empatía + Amor + Comunicación asertiva



Positiva Prevención



Hacienda

Sesión 2

EL LENGUAJE DE LA EMPATÍA

La escucha y las palabras oportunas



IVETTE CONSUELO HERNÁNDEZ AVENDAÑO

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO EN COMUNICACIÓN Y CUIDADO DE LA VOZ

 ihernandez@dcaespecialistas.com

 3152162384

FONOAUDIÓLOGA, MÁSTER EN COMPORTAMIENTO NO VERBAL Y DETECCIÓN DE LA MENTIRA CERTIFICADA EN REHABILITACIÓN VOCAL Y EN COMUNICACIÓN NO VERBAL. FUE ACTRIZ, BAILARINA DE BALLET CLÁSICO Y HA REALIZADO ESTUDIOS DE ORATORIA Y LOCUCIÓN.

CREADORA DE UNA METODOLOGÍA QUE INTEGRA LOS ASPECTOS FISIOLÓGICOS, DISCURSIVOS Y ESCÉNICOS, PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES DE COMUNICACIÓN.

ASESORA DE LÍDERES GUBERNAMENTALES, POLÍTICOS Y EMPRESARIALES NACIONALES E INTERNACIONALES.



Ruta de conocimiento



SESIÓN 1:
LA RUTA DE LA CONEXIÓN -
DE LA SINTONÍA A LA
EMPATÍA

SESIÓN 2:
EL LENGUAJE DE LA
EMPATÍA - LA ESCUCHA Y
LAS PALABRAS OPORTUNAS

SESIÓN 3:
TE VEO - LA ACCIÓN DE LAS
NEURONAS ESPEJO ANTE LA
MIRADA Y EL ROSTRO

SESIÓN 4:
EL CUERPO COMO RADAR -
DIRECCIÓN DEL TRONCO Y
LAS PIERNAS PARA
PROPICIAR EMPATÍA

SESIÓN 5:
LA DANZA GESTUAL DE LA
EMPATÍA - MOVIMIENTOS,
GESTOS Y TRAZOS

Ruta de conocimiento



EVALUÉMONOS



Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Respeto + Gratitud + Ética y sostenibilidad

“ Escuchar sin prejuicios es la forma más pura de amar.
Sin agendas ocultas ni expectativas.
Es un acto de entrega total al otro. ”

ISMAEL CALA

OBJETIVOS

01

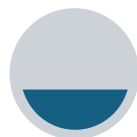
Evidenciar que la empatía es un proceso que requiere disposición y entrenamiento.

02

Brindar guías prácticas que facilitan la escucha en función de la empatía.

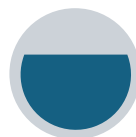
03

Proporcionar orientaciones acerca de palabras que conectan con quienes interactuamos.



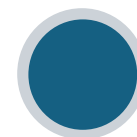
1

Reconocimiento
emocional



2

Integración
emocional



3

Conductas
congruentes

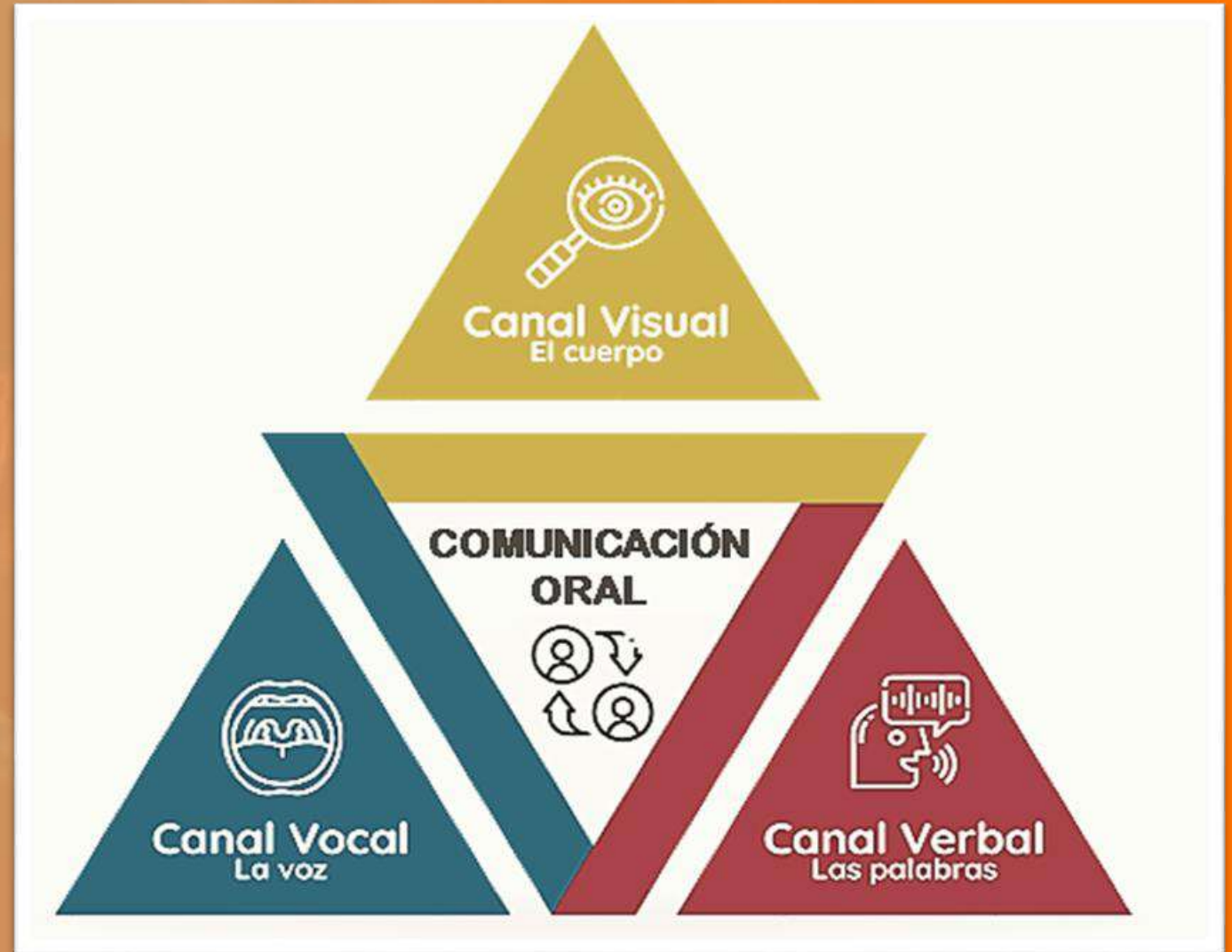


EMPATÍA

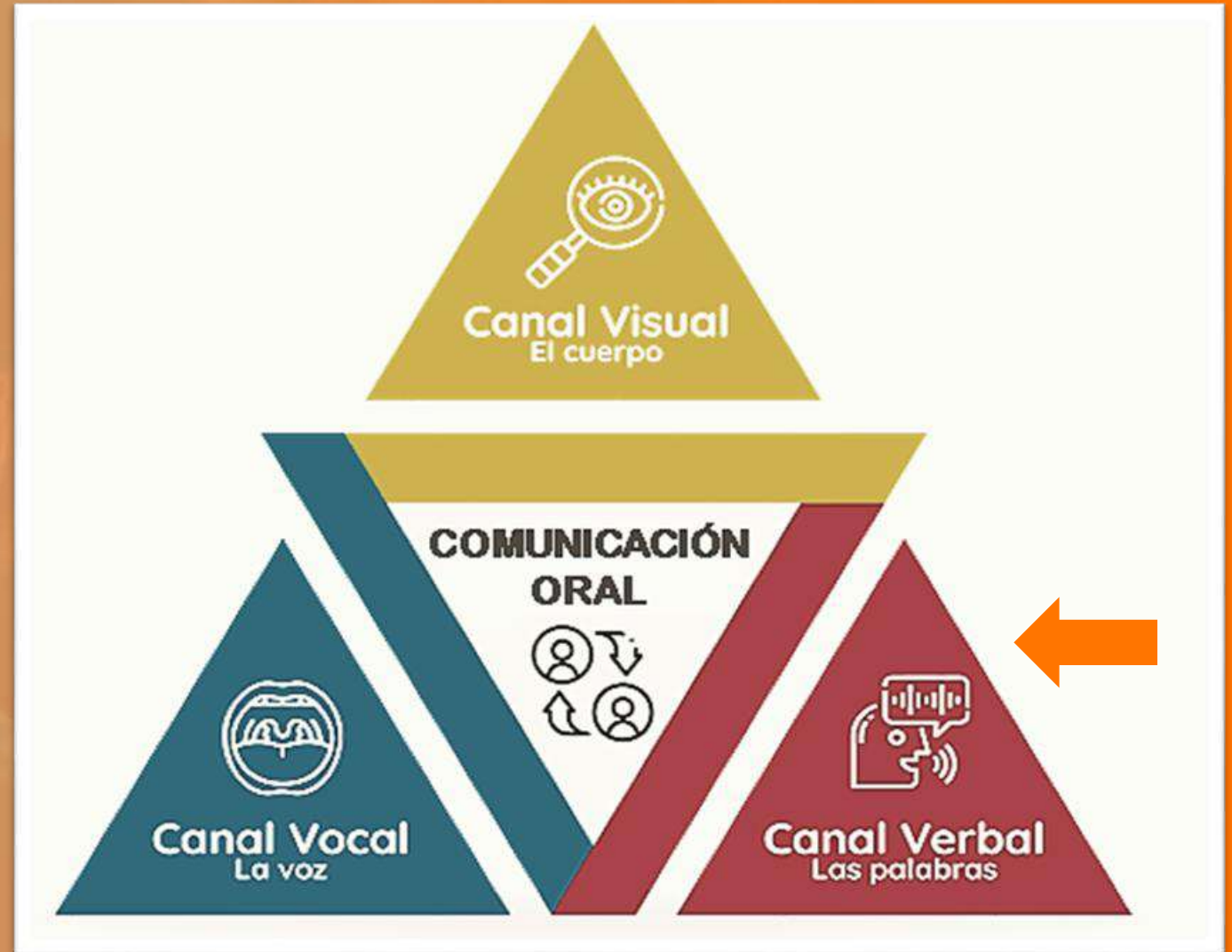
FUENTE:

<https://psicologiaymente.com/social/tipos-de-empatia>

3 canales de la comunicación oral



3 canales de la comunicación oral



*Empatía mediante el **canal verbal**: las palabras*

A las palabras no se
las lleva ningún viento.
Cada palabra
destruye o edifica,
hiere o cura,
maldice o bendice.



HILDA ABRAHAMZ

Actriz venezolana

Saber **escuchar...**



Saber **escuchar...** para saber
hablar



Saber **escuchar...** para saber **hablar**

Escuchar

para comprender al otro y
ampliar nuestro mundo
interior.



Hablar

para expresar
ideas, construir y
conectar

Saber escuchar...



Sintonizarse

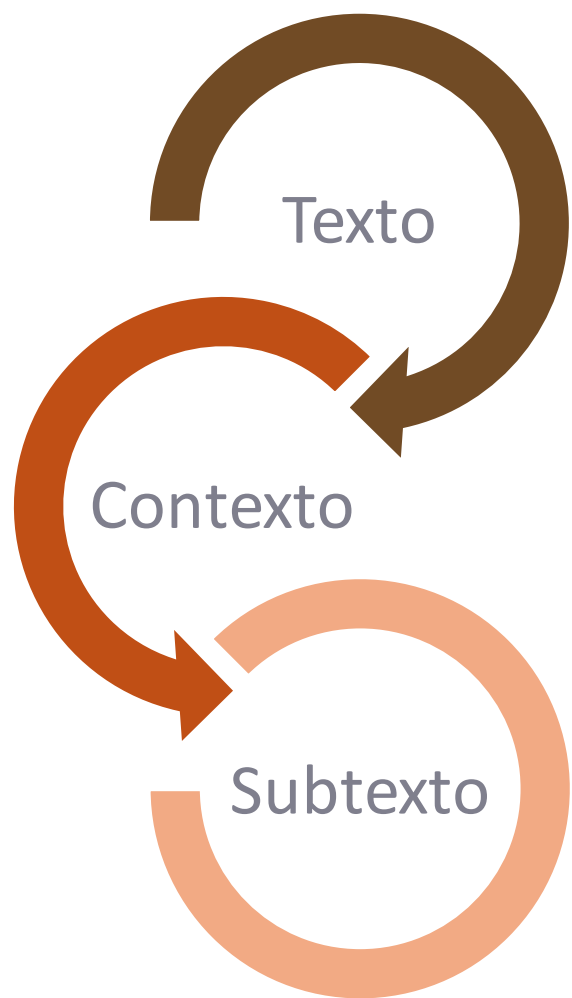


Escuchar
más allá
de...



Comprendo

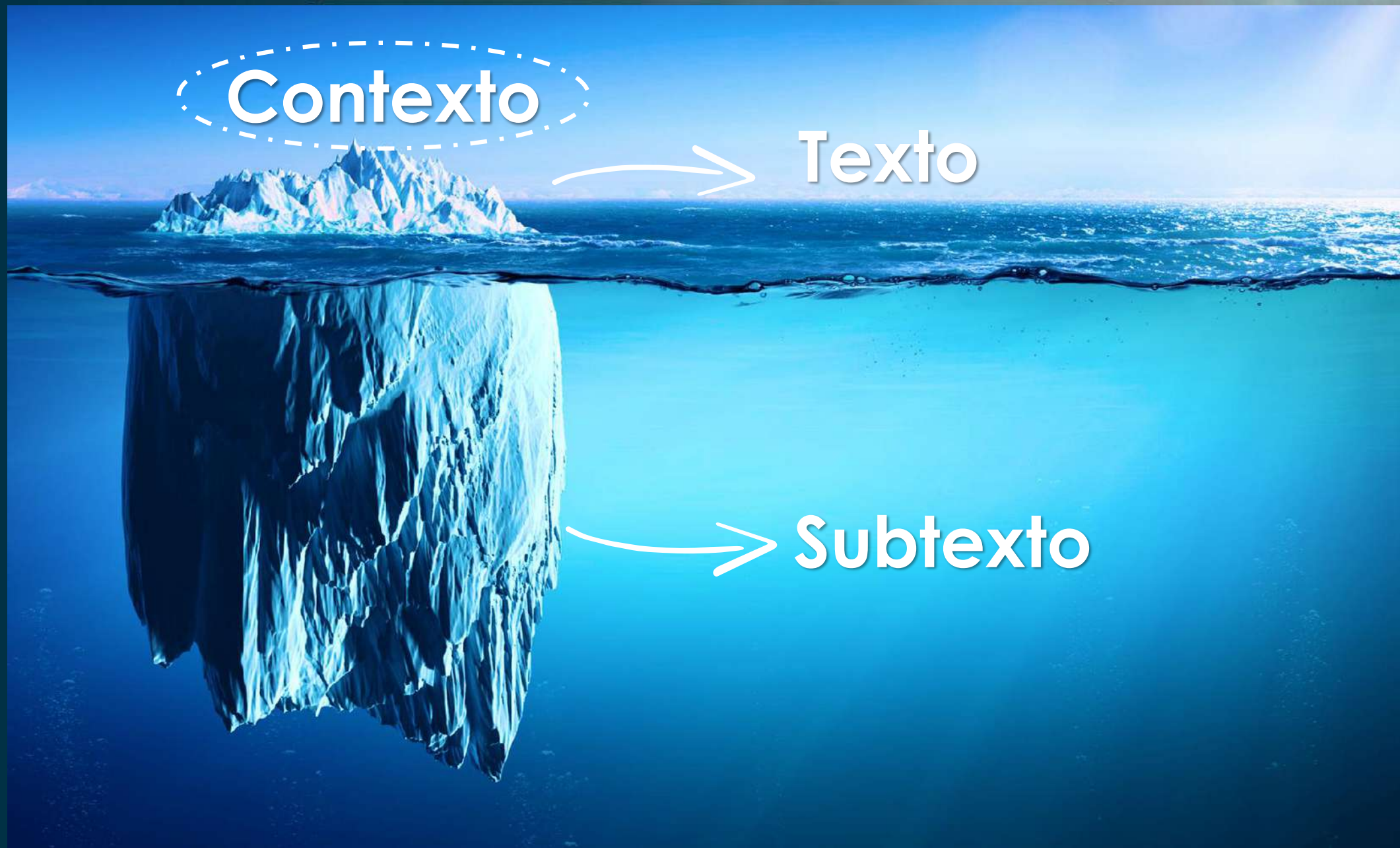
Proceso para la empatía



Contexto

Texto

Subtexto





*"Culture
fo*

“
Lo importante en
la comunicación
es escuchar
lo que no
se dice
”

PETER DRUCKER

American Businessman
(1909-2005)



FUENTE

<https://www.mentalhealthfirstaid.org/2019/08/five-tips-for-nonjudgmental-listening/>

...Saber
hablar



7 pasos para generar empatía con las palabras

FUENTE

<https://innovayaccion.com/blog/el-poder-de-la-palabra>

1

4. Prioriza los estados de ánimo que quieres sentir: tu lenguaje influye sobre tu estado de ánimo. Reflexiona... ¿qué es lo que habitualmente respondes cuando te preguntan cómo estás? Eres de los que responde *“ahí voy”* o de los que dicen *“voy bien”*.

2

1. Usa el lenguaje para amplificar y no para limitar: acude a palabras como *“solución, reto, suma, crece, aprendizaje, proactividad, posibilidad, crecer, construir, genial, excepcional...”* Quítales importancia a los errores y enfócate en las soluciones y los aprendizajes.

3

1. Valora: aunque no estés de acuerdo en todo, eso no es excusa para menospreciar las ideas y propuestas de los demás. Apréciaslas y acéptalas. Evita los términos ofensivos. Un ejercicio muy sano es ponerse en el lugar del otro y ver cuál es la intencionalidad de aquello que hace y dice.

4

1. **Elogia:** fíjate en lo que te gusta y en lo que hacen bien aquellos que te rodean y coméntaselos.

5

1. **Sé curioso:** escucha a los demás de forma activa y emplea frases que evidencien que les estás prestando atención. Ej. *“cómo tu bien dices”* o *“cómo sé que te gusta”*.

6

4. **Consulta en lugar de ordenar:** cambia frases como *“tienes que hacer esto”* por *“¿qué te parece si ahora hacemos...?”*

7

1. **Responsabilízate:** evita las quejas hacia otros, la culpabilidad, el victimismo. Trata de formar parte de la solución y no del problema.

7 pasos para generar empatía con las palabras

FUENTE

<https://innovayaccion.com/blog/el-poder-de-la-palabra>

- ❑ La mayor parte de nuestras conversaciones nos generan problemas porque hablamos solo de lo que pensamos y no de **lo que sentimos**.
- ❑ El lenguaje transformacional es un lenguaje que **pasa del pensar al sentir, a expresar cómo me han afectado ciertas cosas y también a expresar lo que yo necesito**. Ej. *“yo siento esto ante lo que ha pasado...necesito saber si se cuenta conmigo”*.
- ❑ Recuperar las emociones es la clave para **un mejor lenguaje**.

FUENTE

<https://youtu.be/cniqFK4lcOc>

El poder del lenguaje con Mario Alonso
Puig



BIBLIOGRAFÍA

- ❑ <https://innovayaccion.com/blog/el-poder-de-la-palabra>
- ❑ <https://www.mentalhealthfirstaid.org/2019/08/five-tips-for-nonjudgmental-listening/>
- ❑ <https://youtu.be/cniqFK4lcOc>
- ❑ Joaquín Mateu-Mollá. (2019, diciembre 23). *Los 4 tipos de empatía (y sus características)*.
Portal Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/social/tipos-de-empatia>

EVALUÉMONOS



Fórmulas para la vida

Valores + Emociones + Competencias

Respeto + Gratitud + Ética y sostenibilidad



PREGUNTAS

Recuerda que POSITIVA tiene para ti:



<https://posipedia.com.co/>



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVAS



Guías



Mailings



Videos



¿Quieres profundizar tus conocimientos y
potenciar tus competencias en SST?

¡Capacítate y fortalece
la seguridad de tu empresa!

CURSOS

**VIRTUALES SG-SST
DE 50 Y 20 HORAS**

Escanea e insíbete



Para trabajadores de todas las empresas, áreas y sectores.

¡TE ESPERAMOS!



Síguenos en Whatsapp

1

Escanea el Código
QR con tu celular.



2

Síguenos y entérate de
todas las actualizaciones
de nuestro Plan Nacional
de Educación.



3

¡Recuerda!

El canal lo encuentras en
la pestaña de Novedades
de tu Whatsapp



¡Síguenos en nuestra COMUNIDAD EDUCATIVA!



Escanea el código QR para entrar
a nuestro Canal de Whatsapp