

fab CONNECT her

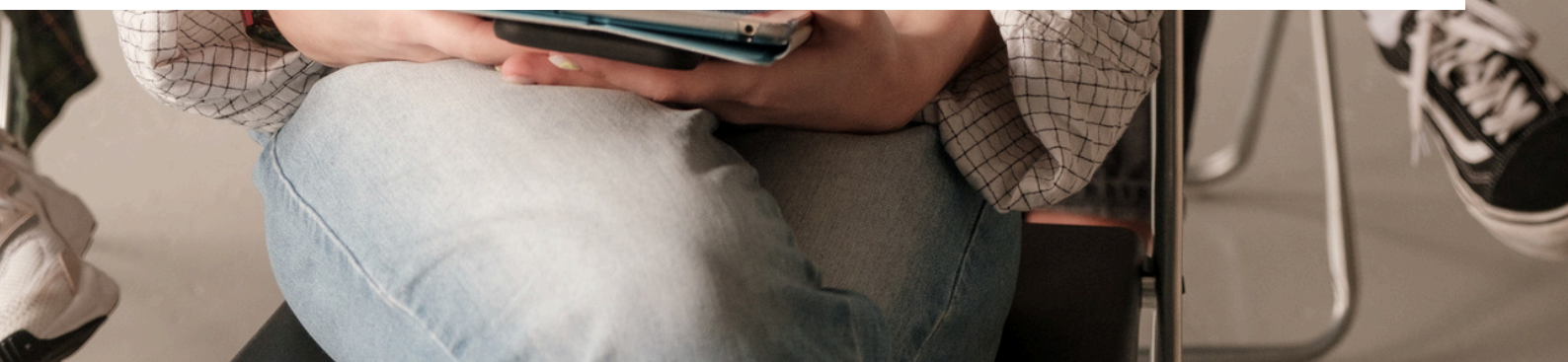
Future Female
Innovators In STEAM

 Cofinanciado por
la Unión Europea



Reflexión de historias para la escucha activa

En esta actividad practicarás la escucha activa a través de la narración de historias. Pide a tu aprendiz que comparta una historia o experiencia significativa. Tu papel es escuchar con atención sin interrumpir. Después de que termine, refleja los temas principales, las emociones o las perspectivas que haya compartido para demostrar que comprendes y valoras su experiencia.



Proceso:

- 1. Invitar al/la aprendiz a compartir:** Pídele a tu aprendiz que cuente una historia sobre algo significativo para él/ella, como un logro reciente, un desafío o un momento que haya disfrutado. Anímale a hablar libremente sin centrarse en detalles específicos.
- 2. Practicar la escucha profunda:** Escucha atentamente su historia, prestando atención a los puntos clave, emociones y lenguaje corporal. El objetivo es escuchar sin planear tu respuesta, enfocándote únicamente en lo que está diciendo.
- 3. Reflejar los temas clave:** Después de la historia, refleja los puntos principales y las emociones que notaste. Puedes decir cosas como:
 - "Suenas como que eso te hizo sentir..."
 - "Noté que te sentiste muy orgulloso/a, emocionado/a, frustrado/a por..."
 - "Lo que escucho es que esta experiencia significó mucho porque..."
- 4. Fomentar una exploración más profunda:** Haz una pregunta abierta para ayudarlo a reflexionar más, como:
 - "¿Qué aprendiste de eso?"
 - "¿Cómo te hizo sentir después?"

Resultado:

Esta actividad te ayuda a comprender y validar la perspectiva de tu aprendiz. Te enseña a escuchar profundamente, haciendo que tu aprendiz se sienta escuchado y con confianza al compartir sus experiencias.

