# **Curso Formación de Formadores, Día 3**

# **Ejercicio “Todo Vale”**

**Parte 1. Ejercicio: ¿Se te da bien la escucha activa?**



**Parte 2. Ejercicio: Pon a prueba tu empatía cognitiva**





**Parte 3. Concluye el debate**

1. ¿Cómo has reaccionado al miniconflicto?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

1. ¿Es así como sueles actuar en situaciones conflictivas? ¿Por qué?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

1. ¿Cómo habéis logrado llegar a un acuerdo?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

1. ¿Qué diferencias has notado al cambiar de debate a diálogo?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

1. Cuando alguien no está de acuerdo contigo, ¿sueles dejar de discutir para hacer preguntas?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

1. ¿Te resulta difícil escuchar a alguien que no está de acuerdo contigo? ¿Por qué?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

1. ¿Qué es lo que ha hecho que escuchar resulte más fácil esta vez?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

1. ¿Cómo podrías aplicar estas estrategias la próxima vez que te encuentres en un conflicto?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………