

## EMPATHY WALK (IBILALDI ENPATIKOA)

Praktika hau MITeko bi irakasleei zor diegu: Ed Schein-ek sortu, eta Otto Scharmer-ek bere "U Teoria"n txertatu baizuen. Bi helburu ditu:

1. Zu ez bezalako lagun batekiko empatia garatzea.
2. Mugako egoera batean, harremanetan sartzeko gaitasuna garatzea.

### Prestaketa

B3 bideoa ikusi.

### Prozesua

- Denbora bat eman aztertzen (pentsatzen, ikertzen) nork eduki lezake zurea ez bezalako pentsamendua, ikuspegia edota esperientzia. Nork izango luke munduaren ikuspegi bat, zuretzat guztiz ezberdina dena? Nork ulertuko lituzke gauzak zuk ez bezala?
- Zer pertsona mota bilatu erabaki ondoren, pentsatu nola jar zintezkeen harremanetan horrelako pertsona batekin hurrengo astean, zure hirian edo auzoan. Lanpostuaren bidez dago zurekin lotuta? Familiako kide edo lagun baten bidez lor dezakezun kontaktua da? Hurbiltze estrategia landu.
- Jarri harremanetan pertsona horrekin, azaldu zure asmoak eta galdetu ea zurekin hitz egin nahi duen. Esplizituki eman iezaiozu irtenbide samur bat: biontzako balio erantsia duen esperientzia bat sortzea da asmoa, ez horietatik ezagutza ateratzeko bakarrik.
  - Aintzat hartu zein den zurearen eta beste pertsonaren arteko botere desberdintasuna.
  - Arraza eta klasea bezalako ezberdintasunekiko gure elkarrekintzak sarritan bidegabekeriaren forma hartzen du. Gogoan izan hori, *Empathy Walk* batera gonbidatzeko nor den egokiena unean.
- Pertsona hori ezagutzeko hitzordua jarri. Asmoa da zenbait ordu ematea (ordu bat gutxienez) pertsona ezagutzen eta pertsona horren munduan sartzen saiatzeko, mundua ikuspegi horretatik ikustea nolakoa izango litzatekeen sentitzeko adina.
- Nola egiten duzun hau, zer esaten diozun pertsonari, zenbat denbora ematen duzun... ez dago araurik edo jarraibiderik. Izan sortzailea. Asmoa da mundura irten eta empatia praktikatzea, harremanak eraikitzea eta beste pertsona bati entzutea.

### Uzta

Amaitzen duzunean, idatzi gogoeta labur bat ikasitakoari buruz.