

Xestionamos emocións nos demais



DI, PARA CADA SITUACIÓN, SE A RESPOTA É OU NON EMPÁTICA E POR QUE

SITUACIÓN	EMPÁTICA?	POR QUÉ?
- Estou contentísima, estudei moitísimo e saquei un 5. - Pois eu tamén, saquei un 8 case sen estudar.		
- Hoxe non podo quedar, mañá teño un exame. - Veña! Só unha voltaña!		
- Esta noite poñen o capítulo final da miña serie favorita. - A min non me gusta esa serie, pero espero que goces co final.		
- Onte no partido metín o primeiro gol da tempada. - Boh! miña irmá xa leva polo menos 10.		
- Non me apetece nada estudar para o exame de mañá. - A min tampouco, e se quedamos e estudamos xuntos?		

Escribe de novo as respostas non empáticas, para amosar respecto polos sentimentos da outra persoa:

Cres que a empatía é algo que se pode aprender?

ESCRIBE UNHA SITUACIÓN QUE LEMBRES NA QUE AMOSACHES EMPATÍA

ESCRIBE UNHA SITUACIÓN QUE LEMBRES NA QUE AMOSARON EMPATÍA CONTIGO