



Ejercicio de Empatía

¿Cómo lo haremos?

En muchas ocasiones nos cuesta tener empatía con una persona en concreto. Por ello, te recomendamos que pienses en esa persona y que tomes la última página para que puedas escribir las respuestas a las 7 preguntas que te plantearemos

¿Qué haremos hoy?

1. Anota el nombre de esta persona y la relación que tiene contigo.
2. Describe las situaciones en las que te resulta difícil ser empático con esta persona.
3. Describe qué hace la otra persona para que te resulte difícil ser empático con ella (por ejemplo, actitudes, expresiones, etc.).

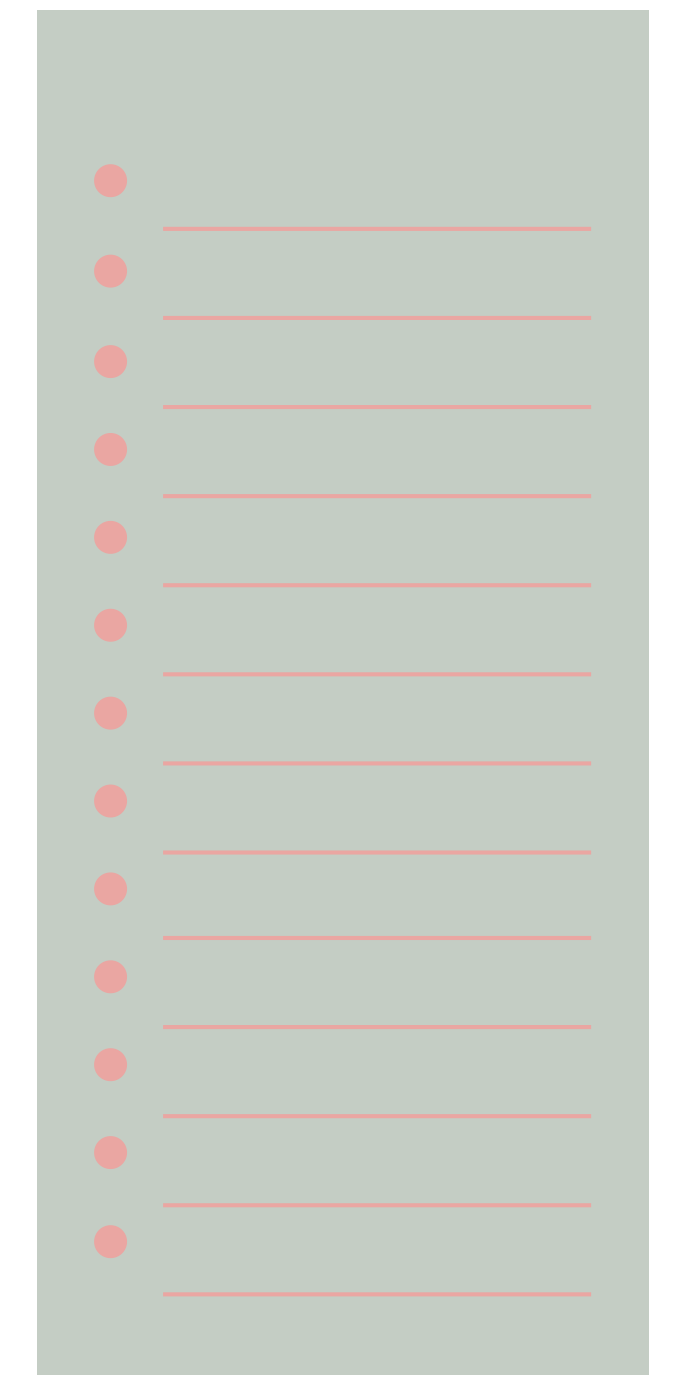
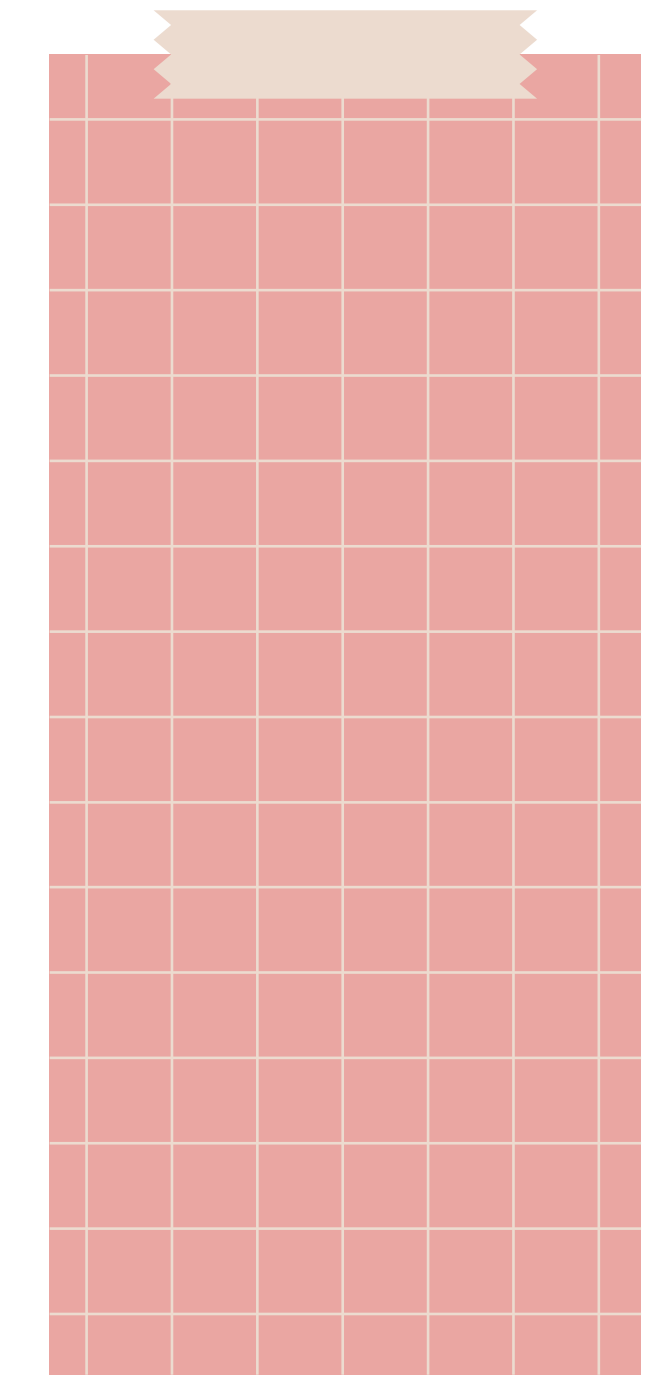
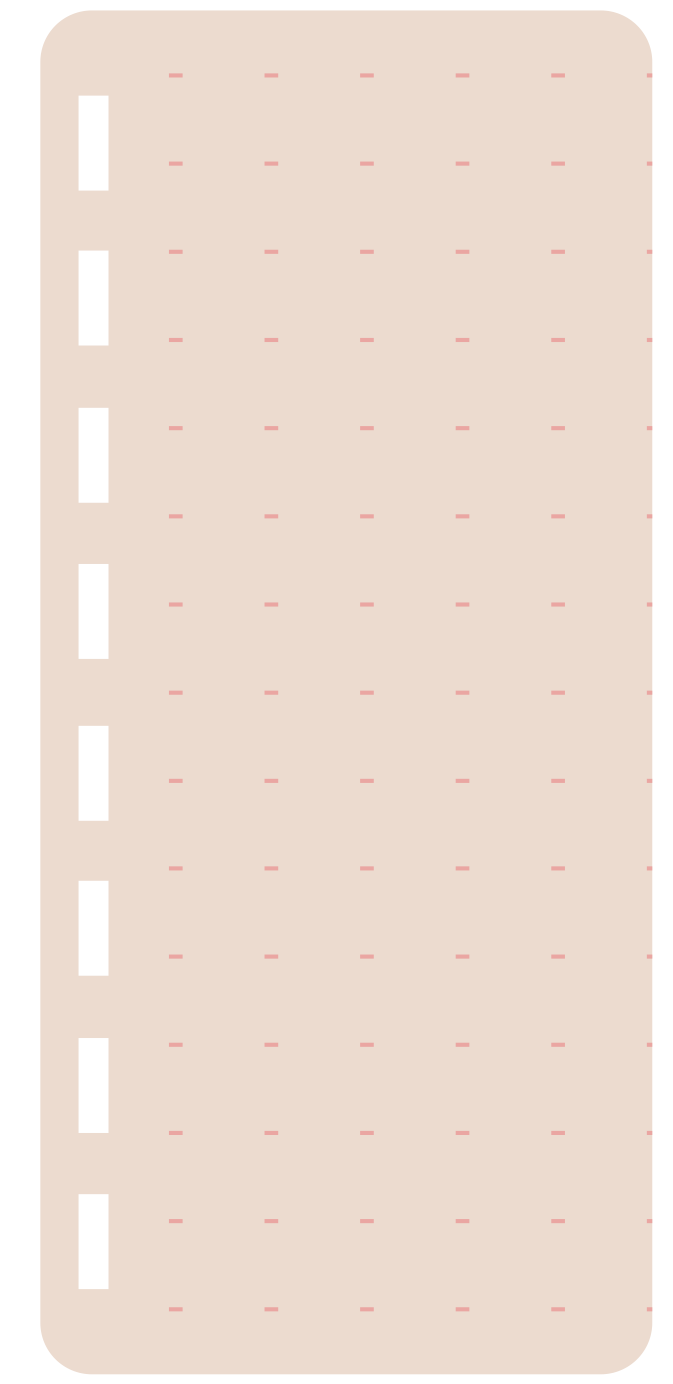
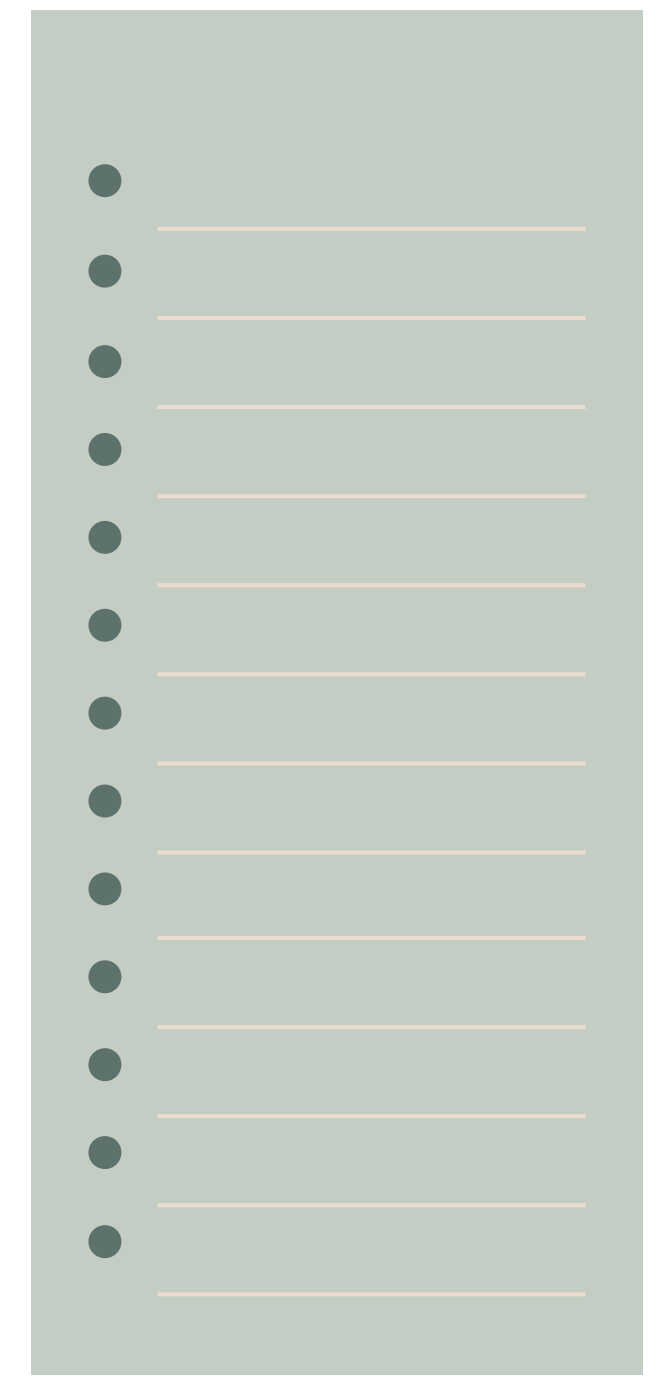
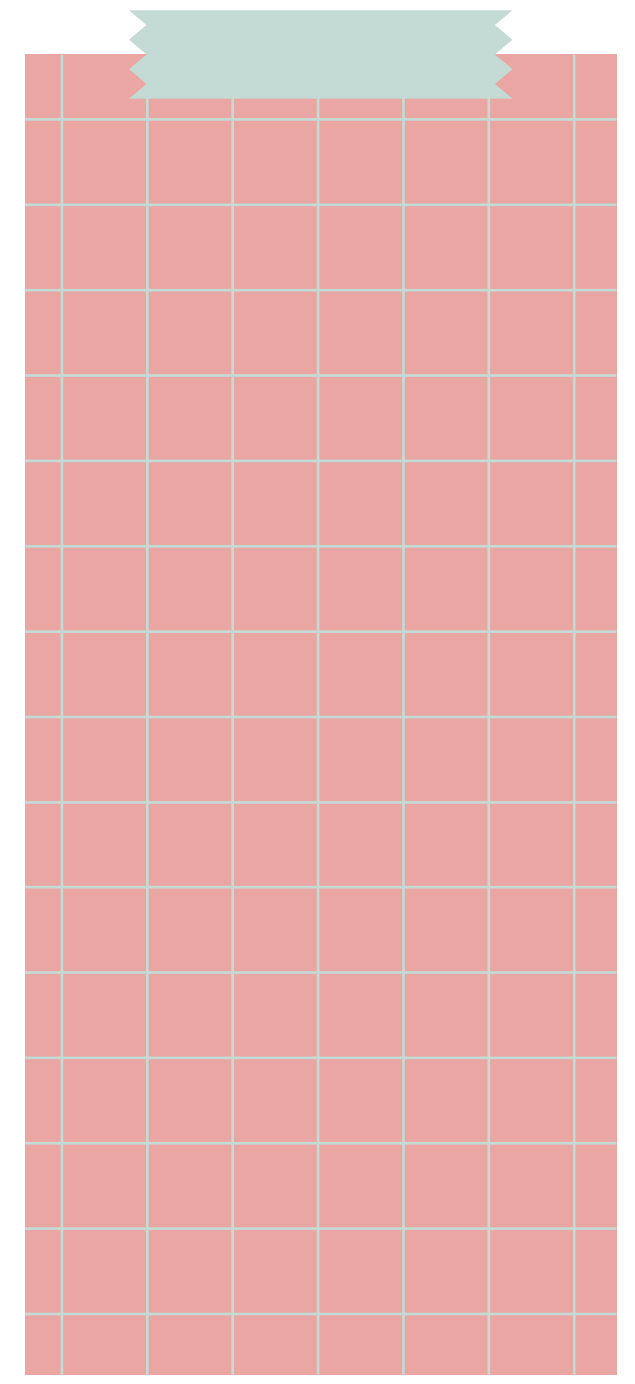
A vertical sheet of lined paper with a teal circular sticker at the top right corner. The paper has a series of dark brown dots on the left side, serving as a bullet point for a list.

¿Qué haremos hoy?

- 4. Describe lo que la actitud de la otra persona te hace sentir.
- 5. Reflexiona acerca de por qué la otra persona podría estar actuando de la manera que lo está haciendo.
- 6. Piensa en qué situaciones tú actúas de la misma manera que esa persona.
- 7. Adopta la forma de construir la realidad de la otra persona.



Registro de Respuestas



Registro de Respuestas

