

Klasa VIII- Zajęcia z wychowawcą- 2 czerwca 2020r.

Temat: **Czym jest empatia?**

1. Empatia- wyjaśnienie pojęcia.

Empatia – zdolność odczuwania stanów psychicznych innych osób, umiejętność przyjęcia ich sposobu myślenia, spojrzenia z ich perspektywy na rzeczywistość.

2. Empatia poznawcza i empatia emocjonalna.

Empatia poznawcza	Empatia emocjonalna
Zdolność odczytywania sposobu myślenia drugiej osoby.	Współodczuwanie, czyli umiejętność wyobrażenia sobie uczuć i emocji drugiej osoby.

Człowiek empatyczny jest w stanie w większym stopniu niż ktoś, kto jest empatii pozbawiony, zrozumieć postawy i działania innych dzięki temu, że umie wczuć się w ich stan wewnętrzny. Potrafi spojrzeć na rzeczywistość czyimiś oczami i wyobrazić sobie, co druga osoba czuje, a często nawet przeżywać pewne wydarzenia razem z nim i wspólnie cieszyć się z sukcesu lub płakać nad porażką.

3. Dlaczego empatia jest taka ważna?

Zdolność empatii okazuje się przydatna w wielu życiowych sytuacjach. Pomaga w relacjach międzyludzkich, ułatwia budowanie więzi przyjacielskich, małżeńskich, rodzicielskich oraz zawodowych. Ludzie empatyczni są przeważnie otoczeni przyjaciółmi, a to wiąże się z tym, że zawsze mogą liczyć na ich pomoc. Empatia to bardzo ważna i pożądana cecha także w wielu zawodach takich jak: terapeuci, pracownicy socjalni, nauczyciele, policjanci, pielęgniarki i lekarze.

4. Czas na podsumowanie.

A czy Ty okazujesz empatię? A może jesteś raczej typem zapatrzonego w siebie egocentryka, który nie liczy się z uczuciami innych?

Zachęcam do skorzystania z poniższego linku i obejrzenia krótkiego filmu pt. „Gdzie kryje się empatia? <https://youtu.be/4843hJVDmCA>