

Taller N° 3

EMPATIA

Actividades:

1. obsene el siguiente video y a partir de el elabore una reflexion de media Cuartilla donde exprese su pensamiento a partir de lo visto en el video.

RI= Siempre debemos tener empatia y solidaridad por los demas por mas desagradables y malos que parezcan habeces son las personas que necesitan más a alguien que les ofrezca una mano por que nunca sabemos por lo que este pasando esa persona.

2. Resuelve las siguientes preguntas relacionadas con el valor de la empatia:

* ¿ Me he sentido vulnerable?

RI= No, Siempre me he sentido fuerte.

* ¿ He tenido miedo a fracasar?

RI= Si muchas veces es mi mayor miedo.

* ¿Necesito que me valoren?

RI= Si, Por que doy todo de mí y a veces no valoran mi forma de ser.

* ¿Que hago para conseguirlo?

RI= Darme el valor que cada persona se merece.

* ¿Me he sentido rechazado?

RI= Si, muchas veces es duro y doloroso. Pero de la mano de Dios siempre se puede salir adelante.

* ¿He tenido problemas con mi autoestima? ¿Como me protejo?

RI= Si, hace un tiempo atras, pero llevo una persona en mi vida que valia a hacerme creer en mí y ponerme la autoestima en un nivel muy alto.

* ¿Alguna vez he sentido que "si no hago o no consigo... soy poco valido como persona"?

RI= No, lo que cada persona tenga es muy valiosa.

* ¿Alguna vez he tenido la necesidad de "implantar" afecto?

RI= Si, Pero hice mal por que el que no te da afecto no quiere estar a tu lado.

* ¿Alguna vez he utilizado a una persona en ese momento? Consideraba una persona?

marfil

R/ No, Considero que alguien que utilice otra persona tiene

un corazón muy dañado y malo.

*¿Alguna vez he intentado hacer daño a alguien Incon-

ciente o Conscientemente?

R/ No, mi corazón no me da para eso.

*¿He necesitado que me reconocieran o que me refirieran por pequeños logros? ¿Cómo me siento cuando no lo hacen?

R/ Si, y eso se queda marcado para toda la vida. y como no lo hacen me siento muy triste.

*¿He intentado Conscientemente o Inconscientemente ser el Centro de atención?

R/ Si, lo tengo que admitir he sido muy Conscientida.

*¿Alguna vez he negado mis problemas o mis emociones?

R/ Si, muchas veces para que nadie me tenga lástima.

*¿Alguna vez he culpado a otros de mis problemas?

R/ Si, y es un error uno es el único culpable de los problemas.

*¿Me ha Costado tomar una decisión a pesar de que los demás veían la solución clara?

marfil