

Ćwiczenia z empatii

Empatia to między innymi zdolność wczucia się i zrozumienia motywów działań innej osoby. Czasami przypisujemy innym ludziom motywy, których oni nie mieli lub nie znamy kontekstu sytuacji. Zapraszam Cię do intelektualnej łamigłówki. Wymyśl po cztery (KONIECZNIE!) możliwe przyczyny zaistniałej sytuacji. Pamiętaj, zawsze rozstrzygamy na korzyść "winowajcy".

1. Poprosiłaś rano męża, żeby po pracy zrobić zakupy. On ich nie zrobił. Co mogło tego przyczyną?

-
-
-
-

3. Miłaś po pracy szybko wrócić do domu, bo gdzieś wychodzicie. Nie wracasz o umówionej godzinie i nie informujesz o tym męża. Jaki może kryć się za tym kontekst sytuacyjny?

-
-
-
-

2. Zaprosiliście na wieczór gości. Ty przychodzisz po pracy do domu, a w przedpokoju bałagan - mąż wyjął narzędzia i na dodatek nie ma go w domu. Co się mogło stać?

-
-
-
-

4. Mąż prosił Cię, żebyś na wieczór wyprasowała mu koszulę. Ty tego nie zrobiłaś. Co mogło być przyczyną tej sytuacji?

-
-
-
-