

# EMPATIA

## QUE ES LA EMPATIA

LA EMPATÍA ES LA CAPACIDAD DE CONECTARSE EMOCIONALMENTE CON LOS DEMÁS INDIVIDUOS, PORQUE PERMITE RECONOCER, COMPARTIR Y ENTENDER LOS SENTIMIENTOS Y LOS ESTADOS DE ÁNIMO DE OTROS SERES HUMANOS.



## COMO LO PODEMOS USAR

Facilita la construcción de mejores sociedades. Cuando más ciudadanos son empáticos, hay más probabilidad de que haya más solidaridad y menos discriminación y maltrato.

## PROS

- 1) PERMITE ENTENDER LAS EMOCIONES DE LAS DEMÁS PERSONAS
- 2) PERMITE LA CONVIVENCIA POSITIVA



## CONTRAS

FATIGA POR COMPASIÓN

ABSORCIÓN DE EMOCIONES NEGATIVAS

## EJEMPLO

ENTRISTECERSE AL VER A ALGUIEN LLORAR O SOCORRER A UNA PERSONA QUE SE LASTIMÓ.



## CONCLUSION

La empatía es una habilidad muy importante en nuestro día a día para poder comprender a las demás personas y ser más flexibles con la gente.

