



Moduł terapeutyczny 7: Empatyzowanie

Ćwiczenie 7.6. Informacje na temat modułu 7

Badania pokazują, że wiele osób z trudnościami zdrowia psychicznego (np. psychoza)...

- ...ma trudności w rozpoznaniu i ocenie emocji na podstawie mimiki
- ...ma trudności w przyjmowaniu perspektywy innych osób oraz odgadywaniu intencji innych.

Stres/napięcie, emocje (strach, smutek itp.), jak również brak snu, narkotyki czy kawa mogą prowadzić do zniekształceń w odbiorze różnych sytuacji.

Wyraz mimiczny czy zachowania innych osób nigdy nie mogą być interpretowane z całkowitą pewnością.

Kiedy interpretujesz zachowania innych osób czy też sytuacje społeczne staraj się zebrać jak najwięcej informacji.

Jeśli kogoś zachowanie sprawia Ci kłopot lub Cię męczy, staraj się rozważać różne możliwe wyjaśnienia dlaczego ktoś tak się zachowuje.

Jakie aspekty tego modułu terapii były dla Ciebie szczególnie użyteczne i pomocne?

Kiedy i w jakich sytuacjach mogę zastosować wiedzę zdobytą w tym module terapii w następnym tygodniu?

Co jest dla Ciebie nie jasne? O czym chciałbyś/łabyś porozmawiać na następnej sesji?