



Instituto Tecnológico de Minatitlán

“Empatía”



Elaborado por el Alumno Rubén Clemente
Pérez, asesorado por M.D.U. Rosario Díaz
Nolasco

Instituto Tecnológico de Minatitlán

La Empatía en tiempos de pandemia



Instituto Tecnológico de Minatitlán

Esta pandemia nos entrega la oportunidad y el momento para pensar en el bienestar comunitario...



Instituto Tecnológico de Minatitlán

¿Qué es la empatía?

Es la capacidad de ponernos en el lugar del otro o como se dice «ponerse en los zapatos del otro»



Instituto Tecnológico de Minatitlán

Es una capacidad de entender al otro ,de llegar a saber cómo se siente.



Instituto Tecnológico de Minatitlán

Es una capacidad por lo tanto fundamental
para relacionarnos con los demás.



Instituto Tecnológico de Minatitlán

¿Por qué es importante ser empático?

Porque favorece el desarrollo y la adaptación emocional.



Instituto Tecnológico de Minatitlán

Las personas empáticas se relacionan mejor con las demás , los vínculos son más estrechos y la comunicación es más efectiva



Instituto Tecnológico de Minatitlán

Es fundamental desarrollar la empatía en los jóvenes, ya que si son empáticos, son menos agresivos, más comunicativos, son capaces de expresar mejor sus sentimientos y crecen seguros y fortaleciendo su autoestima.



Instituto Tecnológico de Minatitlán

¿Cuándo somos empáticos?

Soy empático si me importa lo que pasa a mi alrededor.



Instituto Tecnológico de Minatitlán

Soy empático si demuestro compasión por quienes sufren.





Instituto Tecnológico de Minatitlán

BIBLIOGRAFÍA

Extremera, N. y Fernández, P. (2004). *Inteligencia emocional*, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios. Clínica y Salud, 15 (2), 117-137.

Fernández-Pinto, I., López-Pérez, B. y Márquez, M. (2008). *Empatía: Medidas, teorías y aplicaciones en revisión. Anales de Psicología*, 24 (2), 284-298

