

Quiz sur les types d'empathie

Pour chaque situation décrite ci-dessous, choisissez le type d'empathie (cognitive, émotionnelle, ou comportementale) qui correspond le mieux à la manière dont vous réagiriez dans cette situation et argumentez votre choix :

Votre ami vient de perdre son emploi et semble très préoccupé. Vous décidez de l'inviter à dîner pour lui changer les idées.

- ☐ Empathie Cognitive
- ☐ Empathie Émotionnelle
- ☐ Empathie Comportementale

Vous assistez à une réunion au travail et votre collègue semble stressé parce qu'il a beaucoup de travail à faire. Vous décidez de lui proposer de l'aide pour terminer ses tâches.

- ☐ Empathie Cognitive
- ☐ Empathie Émotionnelle
- ☐ Empathie Comportementale

Votre sœur vous raconte qu'elle est très triste car son animal de compagnie bien-aimé est décédé. Vous lui exprimez votre tristesse pour elle et lui offrez de l'écouter si elle veut en parler.

- ☐ Empathie Cognitive
- ☐ Empathie Émotionnelle
- ☐ Empathie Comportementale

Votre collègue de travail a réussi un projet difficile et il est très fier. Vous lui dites que vous êtes heureux pour lui et que c'est une grande réalisation.

- ☐ Empathie Cognitive
- ☐ Empathie Émotionnelle
- ☐ Empathie Comportementale