

EMPATİ NEDİR?

Bir kişinin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak olaylara onun bakış açısıyla bakması, o kişinin duygularını ve dūřüncelerini doğru olarak anlaması, hissetmesi ve bu durumu ona iletmesi sürecine "empati" adı verilir.

EMPATİNİN 3 KURALI

1. Bir insanın kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak, olaylara onun bakış açısıyla bakmak.
2. Karřıdakiinin duygu ve dūřüncelerini dođru olarak anlamak ve hissetmek.
3. O kişiyi anladığını ona ifade etmek

EMPATİ



EMPATİ NE DEğİLDİR?

- Antipati değildir.
- Sempati değildir
- Karşısındakiinin söylediklerini tekrar etmek değildir
- Karşısındaki ile üzmek, ağlamak değildir.
- Anlatana hak vermek değildir .

EMPATİ NASIL KAZANILABİLİR?

- Açık uçlu sorular yönelterek
- Azami oranda hareket ederek ve yorumda bulunarak
- Yargılama sürecini yavaşlatarak
- Kendi duygu ve dūřüncelerimizi anlamaya çaba sarf ederek
- Geçmişten tam anlamıyla ders çıkarılarak
- Olay ve eylemlerin kendi doğal akışına bırakarak



Empati ve sempati farklı şeylerdir!

Empati, bir duyguyu diğer kişi "ile" birlikte yaşamak iken, sempati bir duyguyu diğer kişi "için" yaşamaktır. Birinde diğer kişinin duygusu tahmin edilirken, diğerinde aynen hissedilir.

Empati kurduğumuzda ise karşımızdaki kişiyle aynı duyguları ve görüşleri paylaşmamız gerekmez; sadece onun duygularını ve düşüncelerini anlamaya çalışırız.

Bir insanı "anlamak" başka şeydir, ona "hak vermek" başka şey.

Empatide anlamak, sempatide ise anlamış olalım ya da olmayalım, karşımızdakine hak vermek söz konusudur.

Diyelim ki;

Bir ziyafettesiniz ve bir yakınınız, yanında oturan kişinin üzerine yemek döktü. Eğer yakınınızın utandığını fark ederseniz, bu empatidir. Eğer yakınınız yemeği döktü diye, onunla birlikte siz de utanırsanız, sempati duymuş olursunuz. Sempati duyduğumuz kişilerle özdeşim kurarız.





EMPATİ NEDİR?

Bir kişinin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak olaylara onun bakış açısıyla bakması, o kişinin duygularını ve dūřüncelerini doğru olarak anlaması, hissetmesi ve bu durumu ona iletmesi sürecine "empati" adı verilir.

EMPATİNİN 3

EMPA





PATI



EMPATİ NE DEĞİLDİR?

- **Antipati değildir.**
- **Sempati değildir**
- **Karşısındakinin söylediklerini tekrar etmek değildir**
- **Karşısındaki ile üzölmek, ağlamak değildir.**
- **Anlatana hak vermek değildir .**



EMPATİ NASIL KAZANILABİLİR?

KURALI

- 1. Bir insanın kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak, olaylara onun bakış açısıyla bakmak.**
- 2. Karřıdakiinin duygu ve dűřüncelerini dođru olarak anlamak ve hissetmek.**
- 3. 0 kişiyi anladığını ona ifade etmek**



Empati ve sempati

Empati, bir duyguyu





farklı şeylerdir!



**diğer kişi "ile" birlikte yaşamak iken, ser
duygusu tahmin edilirke**





**mpati bir duyguyu diğer kişi "için" yaşan
en, diğerinde aynen hissedilir.**



Açık uçlu sorular yönelterek

**Azami oranda hareket ederek ve
yorumda bulunarak**

Yargılama sürecini yavaşlatarak

**Kendi duygu ve düşüncelerimizi anlamaya
çaba sarf ederek**

Geçmişten tam anlamıyla ders çıkarılarak

**Olay ve eylemlerin kendi doğal akışına
bırakarak**

aktır. Birinde diğer kişinin

