|  |  |
| --- | --- |
|  | **Θεραπευτική ενότητα 7: Ενσυναίσθηση** |

**Φύλλο εργασίας 7.6. Πληροφορίες σχετικές με τη θεραπευτική ενότητα 7**

ΟΙ μελέτες έδειξαν ότι πολλοί άνθρωποι με ψυχιατρικά προβλήματα (π.χ. ψύχωση) έχουν…

* …δυσκολίες στην ανίχνευση και στην αξιολόγηση των εκφράσεων προσώπου των άλλων ανθρώπων
* …δυσκολίες στο να αντιληφθούν τις προοπτικές των άλλων και να συνάγουν τα κίνητρά τους από τη συνεχιζόμενη συμπεριφορά τους.

Άγχος/ένταση, συναισθήματα (φόβος, λύπη κλπ), καθώς και υπνηλία, ουσίες ή καφές μπορεί να οδηγήσουν σε παραμορφωμένη αντίληψη των καταστάσεων.

Οι εκφράσεις προσώπου και οι δράσεις των άλλων δεν μπορούν να ερμηνευτούν πάντα με σιγουριά.

**Συλλέξτε όσο το δυνατόν περισσότερες πληροφορίες όταν ερμηνεύετε κοινωνικές καταστάσεις ή τη συμπεριφορά άλλων ανθρώπων.**

**Αν η συμπεριφορά κάποιου σας μπερδεύει ή σας ενοχλεί, εξετάστε μια σειρά από διαφορετικές εξηγήσεις των πράξεών του.**

|  |
| --- |
| **Ποιες πλευρές της θεραπευτικής ενότητας βρίσκω ιδιαίτερα χρήσιμες/βοηθητικές;** |
| **Πότε και σε ποιες συγκεκριμένες καταστάσεις θα ήθελα να εφαρμόσω/εξασκήσω αυτά που έμαθα την επόμενη βδομάδα;** |
| **Τι παρέμεινε αδιευκρίνιστο; Τι θα ήθελα να ρωτήσω στην επόμενη συνεδρία;** |