

10/11  
2018

# WSPÓŁODCZUWANIE

czyli warsztaty z empatii

## PROJEKT: WSPÓŁODCZUWANIE, CZYLI WARSZTATY Z EMPATII.

Osoby z doświadczeniem kryzysu czy choroby psychicznej należą do grupy osób doświadczających bardzo silnych uprzedzeń i stereotypów, często bezbronnej w przestrzeni tworzenia społecznych obrazów i pełnionych ról. Prowadzi to bardzo często do zjawiska etykietowania (ang. labelingu) i procesu autodyskryminacji związanych z zamykaniem się na inne grupy, niechęcią i dyskryminacją osób należących do własnej grupy czy innych grup, będących również objętymi społecznymi stereotypami i niechęciami. Wiąże się to również z podziałem i antagonizującym spojrzeniem na grupy i jednostki (na zasadzie „swój – wróg”).

Często, po części również z hierarchicznych i instytucjonalnych powodów, za osoby znajdujące się z „drugiej strony barykady” są brani profesjonalści – opiekunowie, terapeuci, przedstawiciele zawodów społecznych i administracji – słowem osoby zajmujące się na co dzień pomocą danej grupie (skądinąd, antagonizujące postrzeżenie jest obecne również w tej grupie). Może się to przekładać na pogłębienie stereotypów, poczucie odrzucenia i poczucie niższej wartości. Odpowiedzią na tę potrzebą są właśnie warsztaty antydyskryminacyjne oraz rozwijania empatii. *Bardzo często mamy na wszystko odpowiedź, szybko uaktywniają się w nas emocje i jesteśmy w swoich opiniach bardzo mono osadzenia, natomiast dość rzadko zadajemy sobie pytania o motywacje innych osób, o to skąd wynikają postawy innych. Stąd pomysł na warsztaty, w trakcie których możemy rozwijać empatię poznawczą – mówi Łukasz Szewczyk, prowadzący warsztaty w projekcie „Współodczuwanie, czyli warsztaty z empatii”.*

Projekt jest finansowany ze środków m.st. Warszawy.

### KONTAKT:

Stowarzyszenie Pracownia Filmowa COTOPAXI  
ul. Skaryszewska 6/17, 03-802 Warszawa  
adagaska@pracowniacotopaxi.pl  
tel. 792 799 550  
[www.pracowniacotopaxi.pl](http://www.pracowniacotopaxi.pl)

### PARTENER PROJEKTU:

Środowiskowy Dom Samopomocy na Żoliborzu  
ul. Rydygiera 3, 05-077 Warszawa

Projekt finansuje m.st. Warszawa

